

Взгляд на тупики через призму иммиграции

Аннотация. В данной статье рассматривается феномен иммиграции в контексте психологии в целом и с точки зрения Транзактивного Анализа в частности, через понятие тупиков. Целью статьи является исследование того, какой эффект оказывает опыт иммиграции на психику человека, а также то, каким образом он может «активировать» состояние тупика.

Ключевые слова: феномен иммиграции, тупики, психологические последствия иммиграции, клинические проявления, психологические причины иммиграции.

Оксана Михайловна ЗЛЕНКО

Клинический психолог (СКФУ, 2010), практикующий психолог в модальности Транзактивный Анализ (202 курс, Е. С. Соболева, 2018 г.), специализация «Психология иммиграции», переводчик с английского и испанского языков; Хихон, Астурии, Испания, oxana.psychologist@gmail.com ORCID ID 0000-0002-6695-7361 Researcher ID HNP-8734-2023



Oxana Mikhailovna ZLENKO

Clinical psychologist (North-Caucasus Federal University, 2010), psychotherapist (Modality TA) (202 course, Soboleva E.S., 2018), specialized in psychology of immigration, Interpreter (English and Spanish); Gijón, Asturias, Spain, oxana.psychologist@gmail.com ORCID ID 0000-0002-6695-7361 Researcher ID HNP-8734-2023

Looking at the Impasse Theory Through the Lens of Immigration

Annotation. This article examines the phenomenon of immigration in the context of psychology in general and from the perspective of Transactional Analysis in particular, using the theory of impasses. The purpose of this article is to examine the impact of the immigration experience on the human psyche and the ways in which it can «activate» the impasse state.

Keywords: immigration phenomenon, impasses, psychological consequences of immigration, clinical manifestations, psychological causes of immigration.

Понятие тупика в Транзактном Анализе

Первичное определение тупика в Транзактном Анализе было следующим: «Тупик – это интрапсихический процесс, затрудняющий или блокирующий коммуникацию между эго-состояниями» (Cornell W.F., Landaiche M, 2006). На сегодняшний день среди транзактных аналитиков существуют альтернативные интерпретации понятия тупика, тем не менее, в данной статье я буду опираться на классическое определение, приведённое мною выше.

Теория тупиков (M. Goulding, R. Goulding, 1978; K. Mellor, 1980) описывает три типа внутриспсихи-

ческих конфликтов, происхождение которых может быть связано с определёнными возрастными этапами развития человека и фиксировано родительскими предписаниями, полученными и принятыми ребёнком. «Попадание» в тупик может быть вызвано различными факторами и обстоятельствами, являющимися как частью терапевтического процесса, так и самой жизни.

В данной статье тема тупиков будет рассмотрена в контексте иммиграции, через такие аспекты как: феномен иммиграции и его возможные психологические причины, психологические последствия иммиграции и их клинические проявления в терапевтическом пространстве, «активация» тупиков как следствие иммиграции.

Оксана Михайловна ЗЛЕНКО
Взгляд на тупики через призму иммиграции**Феномен иммиграции**

Иммиграция – въезд в страну для временного или постоянного проживания граждан другого государства. (Ефремова, 2000)

Иммиграция – это сложный, многоуровневый феномен имеющий серьёзные психологические, трансгенерационные, социальные, культурные и экономические последствия для всех участников данного процесса как по отдельности, так и в группе (*Например: семья, род, общество и т. п.*). В современных исследованиях одной из центральных тем иммиграции является тема интеграции и гармоничного сосуществования иммигрантов и коренного населения. Это в свою очередь поднимает вопрос об идентичности, а точнее, дилеммы её утраты, сохранения или преобразования в процессе интеграции.

Вышеупомянутое часто становится благодатной почвой для возникновения внутриличностных конфликтов различной степени тяжести среди иммигрантов. Тем не менее, несмотря на то, что феномен иммиграции, вероятно, существует ещё со времён зарождения человечества, в нём по-прежнему остаётся много неизученного и непонятого. И это создаёт потребность в его дальнейшем изучении на всех уровнях, в том числе и психологическом, для его более глубокого понимания и для приобретения новых, более эффективных способов оказания психологической помощи клиентам-иммигрантам.

Психологические причины иммиграции

Понимание возможных психологических причин иммиграции имеет центральное значение для успешной работы с данной категорией клиентов. Различными областями исследований были приняты попытки объяснить причины, по которым люди иммигрируют в другие страны (Massey, 1993; Portes & Borocz, 1989; Hicks, 1932), большая часть которых освещает экономическую составляющую мотивации иммигрантов. При этом психологическая практика демонстрирует, что глубокое понимание данного феномена невозможно без учёта психологической и социокультуральной составляющих.

Среди возможных психологических факторов иммиграции мы можем выделить следующие: *тип личности иммигранта, его отношения с семьёй, а также его личная история, связанная с местом привязанности*. Согласно Boneva и Frieze (Boneva & Frieze, 2001; Frieze & Li, 2010) люди с высокой мобильностью наиболее склонны к иммиграции. Обладатели такого типа личности как будто бы predisposed к тому, чтобы иммигрировать, вне

зависимости от характера ситуационных факторов. Иммигранты такого типа часто описывают свою мотивацию к иммиграции с позиции чувств, а не мышления, и нередко в процессе рефлексии сталкиваются с как будто бы отсутствием логичной и осознанной причины для переезда. Как если бы они не до конца понимали, что именно их подтолкнуло к иммиграции, помимо некоего внутреннего ощущения или просто стечения обстоятельств. Что, возможно, указывает на наличие внутреннего бессознательного процесса, в отдельных случаях вероятно выходящего за рамки внутреннего мира отдельно взятого индивидуума и, как мне кажется, лежащего в плоскости трансгенерационного.

Последний из обозначенных мною факторов – это личная история иммигранта, связанная с местом привязанности. Gustafson (Gustafson P., 2006) изучил аффективное чувство принадлежности к местному, региональному и национальному уровням привязанности по отношению к мобильности в своём крупномасштабном исследовании, реализованном в Швеции. И он обнаружил, что чем сильнее человек ощущает принадлежность к своему району, городу, региону, народу, тем меньше вероятность того, что он иммигрирует. Это позволяет предположить, что недостаточный уровень привязанности к месту происхождения может быть одной из психологических причин последующей иммиграции в сочетании с прочими факторами. Также стоит упомянуть исследование Tartaglia (Tartaglia S., 2006), в котором он пришёл к выводам о том, что длина непрерывного проживания в одном месте равна силе привязанности к нему.

Психологические последствия иммиграции

Прежде всего следует отметить, что психологические последствия иммиграции затрагивают как самих иммигрантов, так и членов их семей, оставшихся на Родине, значительно меняя динамику семейных взаимоотношений. Также сам процесс включения в культуру принимающей страны влечёт за собой психологические изменения как следствия аккультурационного стресса (Berry J.W. Immigration, acculturation, and adaptation. Appl. Psychol. 1997; 46: 5-34).

Психотические расстройства

Многочисленные исследования (Schofield P., Thygesen M., Das-Munshi J., Becares L., Cantor-Graae E., Pedersen C., Agerbo 2017; Markkula N., Lehti V., Gissler M., Suvisaari J. 2017; Ruiz-Castell M., Kandala N.B., Perquin M., Bocquet V., Kuemmerle A., Vögele C., Stranges S., 2013-2015 etc.) показывают, что психическое здоровье иммигрантов является важной социальной и клинической проблемой, которая

Оксана Михайловна ЗЛЕНКО
Взгляд на тупики через призму иммиграции

выражается в более высоком уровне психических расстройств среди иммигрантов по сравнению с коренным населением. Так, иммигранты первого и второго поколения демонстрируют высокий риск психотических расстройств, вероятно, связанных с социальными и контекстуальными факторами принимающих стран. (Bourque F., van der Ven E., Malla A., 2011).

Депрессивные расстройства

Уровень депрессивных расстройств среди иммигрантов первого поколения демонстрирует более высокие показатели по сравнению с местным населением, что, вероятно, связано с необходимостью интеграции при утрате внешней опоры (Ruiz-Castell M., Kandala N.B., Perquin M., Bocquet V., Kuemmerle A., Vögele C., Stranges., 2013-2015). Исследование, проведённое в Швеции, подтверждает связь между пост-миграционным стрессом и депрессией у иммигрантов; также данное исследование демонстрирует доказательства связи сочетания пост-миграционного стресса и травмирующих жизненных событий с ПТСР (Steel J.L., Dunlavy A.C., Harding C.E., 2017).

Суицидальный риск

Исследования уровня суицидального риска среди иммигрантов демонстрируют противоречивые результаты: какие-то исследования указывают на более высокий уровень риска среди иммигрантов (Mirsky J., Kohn R., Dolberg P., Levav I., 2011), а какие-то прямо противоположное (Singh G.K., Hiatt R.A., 1979-2003). На данный момент причины таких контрастирующих результатов не известны. Так же интересны данные исследования (Suicide Risk among Immigrants and Ethnic Minorities: A Literature Overview), проведённого в 2018 году International Journal of Environmental Research and Public Health, в котором проводится анализ суицидальных рисков среди иммигрантов и национальных меньшинств, где в качестве потенциальных суицидальных триггеров приводятся такие факторы, как: языковой барьер, тревога за семью, оставшуюся на Родине, потеря статуса, недостаточная информированность о функционировании системы здравоохранения принимающей страны, потеря социального круга, а также неевропейское происхождение.

Соматизация

Соматизация – это, по терминологии представителей психосоматического направления, возникновение соматических заболеваний вследствие интрапсихических, психологических конфликтов. (Блейхер В.М., 1996).

Процесс иммиграции вызывает изменения в психике, которые в свою очередь могут прояв-

ляться в виде неспецифической соматической симптоматики. Результаты исследований указывают на то, что женщины-иммигранты подвержены соматизации чаще, чем мужчины (Lanzara R., Scipioni M. and Conti C., 2019); тем не менее, исследование, проведённое в Германии, даёт повод думать, что мужчины-иммигранты, принадлежащие к культурам, в которых не поощряется проявление чувств, также склонны соматизировать (Morawa E., Dragano N., Jöckel K.H., Moebus S., Brand T., Erim Y., 2017).

«Активация» тупиков вследствие иммиграции

Как уже было упомянуто выше, иммиграция – это чрезвычайно сложный феномен, который во многих смыслах противопоставляет себя семейной системе, бросает вызов устоявшейся структуре психики индивида, порождая внутренние конфликты различной степени тяжести. В данной части статьи я хотела бы рассмотреть возникновение таких конфликтов с точки зрения Транзактивного Анализа, используя понятия тупиков первой, второй и третьей степени.

Прежде всего стоит рассмотреть вопрос о том, как опыт иммиграции может вызывать попадание в тупик. Для лучшего понимания данного аспекта я предлагаю обратиться к понятию «культурный шок». Термин «культурный шок» был введён в научный обиход в 1960 г. американским исследователем Калерво Обергом. По его определению, культурный шок – это «следствие тревоги, которая появляется в результате потери всех привычных знаков и символов социального взаимодействия» (Питерова А.Ю., 2014). При попадании в новую культуру, незнакомое место человек испытывает неприятные эмоциональные и физические ощущения.

По сути, речь идёт о столкновении прежней идентичности иммигранта, сформировавшейся до переезда, с новой, порой кардинально отличающейся системой ценностей, правил, приказаний и разрешений. И в моменте столкновения нового и старого пласты психики иммигранта приходят в движение, и зарождается новая идентичность, необходимая ему для успешной интеграции в принимающей стране, что создаёт внутренний дисбаланс, глубина и тяжесть которого будут зависеть от того, насколько сильно принимающая страна отличается от родной страны иммигранта.

Для наглядности и лучшего понимания природы тупиков в контексте иммиграции, я предлагаю рассмотреть несколько клиентских случаев. На рисунке 1 я изобразила то, как выглядит тупик первой степени женщины, которая иммигрировала

Оксана Михайловна ЗЛЕНКО
Взгляд на тупики через призму иммиграции

ла в страну, где сильны феминистические настроения и идеи равноправия между полами.

Клиент А, будучи ребёнком, получила послание от отца о том, что девочки не должны «совать» в традиционно мужские сферы интересов, не должны зарабатывать больше мужчин и вообще не должны бросать мужчинам какие бы то ни было вызовы. Со стороны же мамы она получила комплементарное послание о том, что заботиться о женщине – это типично мужское поведение, правда, получая такую заботу, придётся перестать использовать свои ум и ресурс, а также поступиться своим мнением.

Оказавшись в обществе, в котором женщине предлагают разделить позицию силы с мужчиной, наша иммигрантка вероятно столкнётся с сильнейшим внутренним сопротивлением: пойти против родительских приказаний и, таким образом, адаптироваться в новое общество, позволив себе наслаждаться новыми возможностями, или же сохранить старые модели и обречь себя на повторяющуюся фрустрацию в отношениях с мужчинами, не разделяющими такие её взгляды, а также испытывать гнев и осуждение по отношению к женщинам, которые «ведут себя как мужчины».

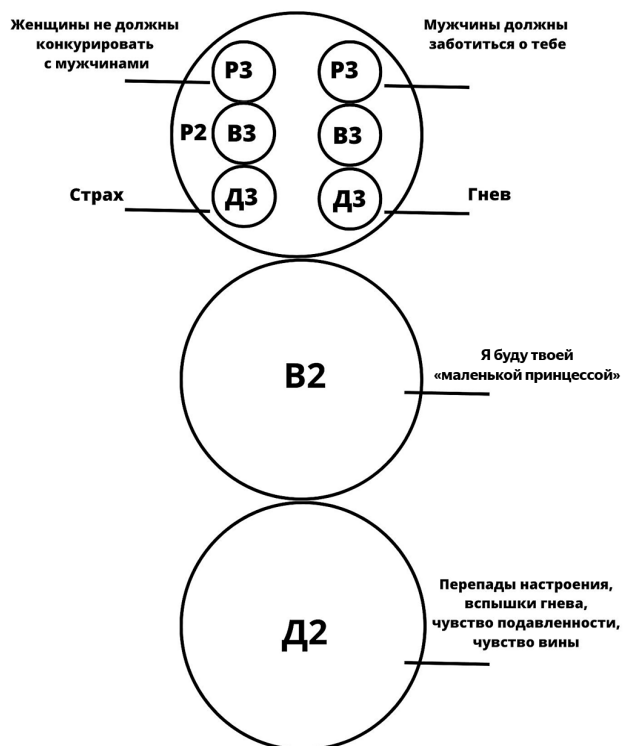


Рисунок 1. Тупик первой степени

Случай 2. На рисунке 2 я предлагаю рассмотреть, как выглядит тупик второй степени у иммигранта-мужчины, который получил послание от P2 (отец) «Будь успешным», при этом от D2 (отец) он получил предписание «Не будь близким», имея эмоционально недоступную депрессивную мать,

но позитивно реагирующую на его достижения («Когда ты добиваешься успеха, ты как будто бы спасаешь меня от депрессии»).

Оказавшись в иммиграции, такой человек будет вынужден столкнуться с утратой прежнего статуса и необходимостью добиваться успеха на новом месте, диктуемой приказанием из P2, при этом он, вероятно, будет испытывать серьёзные трудности в построении новых контактов и отношений, так ему необходимых для успешной адаптации и реализации в новой стране. Чем дольше он будет пребывать в состоянии нереализованности, тем сильнее будут становиться его симптомы в виде депрессии и повышенного чувства тревожности, вплоть до панических атак.

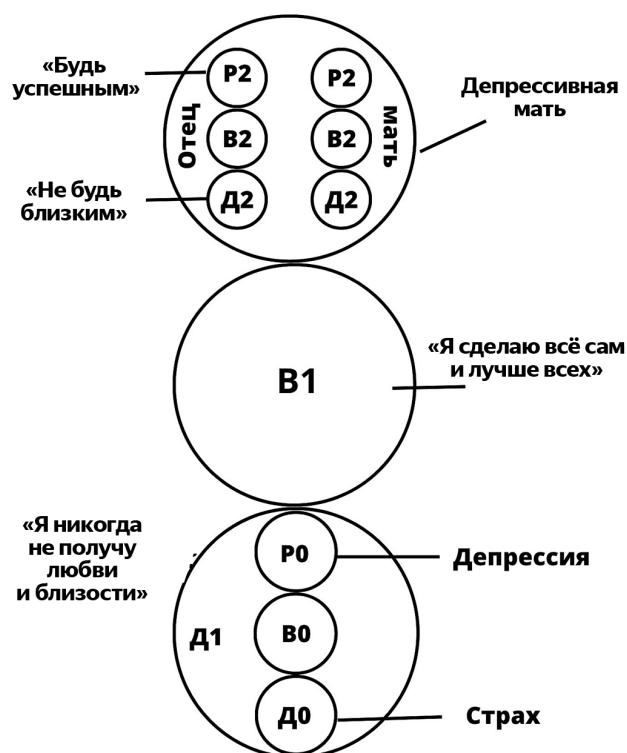


Рисунок 2. Тупик второй степени

Случай 3. И обратившись к последнему рисунку 3, мы можем увидеть то, как мог бы выглядеть тупик третьей степени у иммигранта-мужчины или женщины, принадлежащей к ЛГБТК+ культуре. Среди данной категории клиентов нередко иммиграция в страны, более благосклонно относящиеся к представителям нетрадиционной ориентации, многие из них имеют эпизоды как физического, так и вербального насилия в прошлом, в том числе и со стороны членов семьи на почве их инаковости.

В зависимости от опыта каждого отдельно взятого клиента мы можем наблюдать у них наличие ПТСР, депрессии, суицидального поведения (явного или скрытого), различного типа зависимости, а также соматические болезни. Как правило, после переезда эта группа иммигрантов попадает в среду, кото-

Оксана Михайловна ЗЛЕНКО
Взгляд на тупики через призму иммиграции

рая относится благожелательно к их непохожести, они получают поддержку, принятие и понимание. Это позволяет им создать новое, безопасное пространство, в котором они могут чувствовать себя полноценно и получать удовольствие от жизни, не скрываясь.

При этом чаще всего, помимо описанного мною выше, у них происходит своего рода «расщепление», в котором они начинают как бы жить двойной жизнью, сохраняя старую идентичность в глазах родственников, оставшихся на Родине. И даже стараются «подтереть» следы их той другой жизни, когда члены семьи приезжают к ним с визитом. Чем глубже новая идентичность пускает корни в психике иммигранта, тем мучительнее становится внутренний конфликт между желанием «быть собой» и страхом полностью потерять семью и хоть какую-то иллюзию принятия с их стороны.

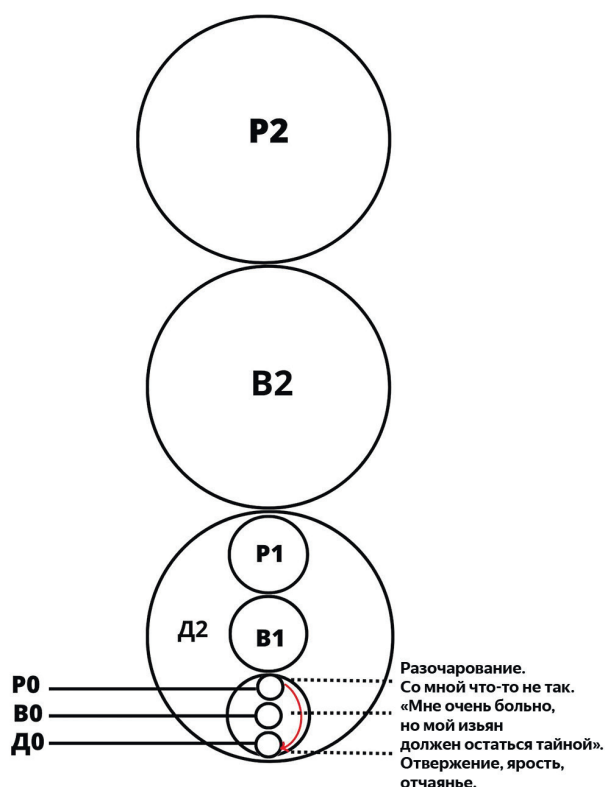


Рисунок 3. Тупик третьей степени

Заключение

Итак, рассмотрев тему «Взгляд на тупики через призму иммиграции», можно сделать вывод о том, что несмотря на то, что феномен иммиграции существует так же давно, как и само человечество, в нём по-прежнему остаётся множество загадок, особенно в сфере его психологического значения и влияния на каждого отдельно взятого человека и на общество, отпускающее или принимающее иммигранта, в целом.

При написании статьи были рассмотрены различные психологические исследования, посвящённые теме иммиграции, её причинам и последствиям для психического здоровья человека.

Несмотря на достаточно малое количество научных статей транзактно-аналитической направленности на данную тему, в статье были рассмотрены некоторые аспекты внутренних конфликтов, с которыми сталкиваются иммигранты, с точки зрения Транзактного Анализа и теории тупиков. В процессе проведённого анализа я также обращалась к профессиональным наблюдениям из моей психологической практики и опиралась на знание о том, что в родительских семьях клиентов-иммигрантов нередко присутствуют внутрисемейные конфликты, обнаруживаются ярко выраженные нарциссические черты у одного из родителей, отношения часто носят симбиотический характер. В таких случаях иммиграция может обладать сепарационной функцией, позволяя иммигранту создавать отдельную жизнь для себя, на которую влияние родителей ограничено.

Также, наблюдая за моими клиентами, я видела, как в своих проявлениях они демонстрируют драйверы и приказания: «Будь сильным», «Будь совершенным», «Не чувствуй», «Не будь собой», «Старайся, пытайся», «Не будь близким», «Не принадлежи» и «Не доверяй». И это в свою очередь делало для меня очевидным, что такой набор посланий создавал для них серьёзные препятствия в процессе адаптации, что ощущалось ими как «застывание», невозможность интегрироваться, быть принятыми, погружало их в чувство «не окейности» и болезненной непохожести на коренное население. А в каких-то случаях мы исследовали семейные истории клиентов, в которых они с удивлением обнаруживали, что они не являются первопроходцами на пути иммиграции, и эта «тропинка» уже была проложена кем-то другим из их рода. Здесь я позволю себе сделать смелое предположение о связи наличия опыта переселения и степени его тяжести в истории рода со стремлением иммигрировать у будущих поколений.

В завершение мне хотелось бы выразить надежду на то, что транзактно-аналитическое сообщество обратит большее внимание на тему иммиграции, что в свою очередь выразится в проведении большего числа исследований и создания теории и практики, направленной на лучшее понимание практикующими в модальности Транзактного Анализа специалистами опыта и процесса своих клиентов-иммигрантов, а также членов их семей. Как мы можем видеть, подобный опыт не проходит бесследно и имеет долгосрочные последствия, во многих случаях даже затрагивая будущие поколения.

Список литературы

1. Boneva B., Frieze I. H. (2001) Toward a Concept of a Migrant Personality // *Journal of Social Issues*. 57. P. 477-491.
2. Berry J.W. (1997) Immigration, Acculturation, and Adaptation // *Applied Psychology: An International Review*. 46 (1). P. 5-34.
3. Bourque F., van der Ven E., Malla A. (2011) A Metaanalysis of the Risk for Psychotic Disorders Among First- and Second-Generation Immigrants // *Psychological Medicine*. 41 (5). P. 897-910.
4. Frieze I. H., Li, M. (2010) Mobility and Personality // *The Psychology of Global Mobility* / S.C. Carr (Ed.). New York: Springer. P. 87-104.
5. Gustafson P. (2006) Place Attachment and Mobility // *Multipledwelling and Tourism: Negotiating place, Home and Identity* / N. McIntyre, K.E. McHugh (Eds.). CAB International. P. 17-31.
6. Halperin S. (2004) The Relevance of Immigration in the Psychodynamic Formulation of Psychotherapy with Immigrants // *International Journal of Applied Psychoanalytic Studies*. 1 (2). P. 99-120.
7. Hicks J. R. (1932) *The Theory of Wages*. London: Macmillan.
8. Li M., Frieze I. H., Horvat J., & Mijoč J., Olson J. (2012). Reasons for Leaving Home: Comparing Predictors of Wanting to Migrate and Travel in Croatian Undergraduates // *Migracijske i etničke teme*. 28 (1). P. 7-27.
9. Lanzara R., Scipioni M., Conti C. (2019) A Clinical-Psychological Perspective on Somatization Among Immigrants: A Systematic Review // *Frontiers in Psychology*. 9. P. 27-92.
10. Goulding M.M., Goulding R.L. (1978) The Power Is in the Patient: A TA/Gestalt Approach to Psychotherapy. Trans Pub.
11. Markkula N., Lehti V., Gissler M., Suvisaari J. (2017) Incidence and Prevalence of Mental Disorders Among Immigrants and Native Finns: A Register-Based Study // *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*. 52 (12). P. 1523-1540.
12. Massey D. S., Arango J., Hugo G., Kouaouci A., Pellegrino A., Taylor E. (1993) Theories of International Migration: A review and appraisal // *Population and Developmental Review*. 19. P. 431-466.
13. «Mirsky J., Kohn R., Dolberg P., Levav I. (2011) Suicidal Behavior Among Immigrants // *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*. 46 (11). P. 1133-1141.
14. Morawa E., Dragano N., Jockel K.H., Moebus S., Brand T., Erim Y. (2017) Somatization Among Persons with Turkish Origin: Results of the Pretest of the German National Cohort Study // *Journal of Psychosomatic Research*. 96. P. 1-9.
15. Ruiz-Castell M., Kandala N.B., Perquin M., Bocquet V., Kuemmerle A., Vogeles C., Stranges S. (2017) Depression Burden in Luxembourg: Individual Risk Factors, Geographic Variations and the Role of Migration, 2013-2015 European Health Examination Survey // *Journal of Affective Disorders*. 222. P. 41-48
16. Singh G.K., Hiatt R.A. (2006) Trends and Disparities in Socioeconomic and Behavioural Characteristics, Life Expectancy, and Cause-Specific Mortality of Native-Born and Foreign-Born Populations in the United States, 1979-2003 // *International Journal of Epidemiology*. 35 (4). P. 903-919.
17. Schofield P., Thygesen M., Das-Munshi J., Becares L., Cantor-Graae E., Pedersen C., Agerbo E. (2017) Ethnic Density, Urbanicity and Psychosis Risk for Migrant Groups – A Population Cohort Study // *Schizophrenia Research*. 190. P. 82-87.
18. Steel J.L., Dunlavy A.C., Harding C.E., Theorell T. (2017) The Psychological Consequences of Preemigration Trauma and Post-Migration Stress in Refugees and Immigrants from Africa // *Journal of Immigrant and Minority Health*. 19 (3). P. 523-532.
19. Tartaglia, S. (2006) A Preliminary Study for a New Model of Sense of Community // *Journal of Community Psychology*. 34. P. 25-36.
20. Cornell W.F., Landaiche M. (2006) Impasse and Intimacy: Applying Berne's Concept of Script Protocol // *Transactional Analysis Journal*. 36 (3). P. 196-213.
21. Forte A., Trobia F., Gualtieri F., Lamis D. A., Cardamone G., Giallonardo V., Fiorillo A., Girardi P., Pompili M. (2018) Suicide Risk Among Immigrants and Ethnic Minorities: a Literature Overview // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 15 (7). P. 1438.
22. Блейхер В.М. (1996) Толковый словарь психиатрических терминов. Т. 2: Н-Я. Ростов н/Д: Феникс.
23. Ефремова Т.Ф. (2000) Новый словарь русского языка. Толково-словообразовательный. Т. 2: П-Я. М.: Русский язык.
24. «Питерова А.Ю. (2014) Культурный шок: особенности и пути преодоления // Электронный научный журнал «Наука. Общество. Государство». 4 (8). Доступно на портале «КиберЛенинка». Просмотрено 22.03.2023.