

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра социальной психологии

ТРОНИНА КСЕНИЯ ЕВГЕНЬЕВНА

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

**ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
АДАПТАЦИИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ**

Направление подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Психосоциальная работа с мигрантами

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ
Заведующий кафедрой
к.пс.н., доцент Груздева О.В.

Руководитель магистерской программы
д.и.н., профессор Ковалев А.С.

Научный руководитель
к.пс.н., доцент Барканова О.В.

Обучающийся
Трoнина К.Е.

Красноярск 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	2
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ	7
1.1. Проблема социально-психологической адаптации в научных исследованиях	7
1.2. Психологические особенности иностранного студента	22
1.3. Особенности процесса социально-психологической адаптации студентов	33
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1	44
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ	46
2.1. Организация и методики исследования	46
2.2. Анализ результатов исследования социально-психологической адаптации иностранных студентов	51
2.3. Методические рекомендации по сопровождению социально-психологической адаптации иностранных студентов	63
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2	72
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	75
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	78

ВВЕДЕНИЕ

Крайняя нестабильность социально-политической ситуации в современном российском обществе порождает в последние два десятилетия непрерывные миграционные потоки. Причины миграции различны: межнациональные конфликты и акции международного терроризма, снижение уровня жизни и рост социальной напряженности, желание заработать и получить образование. Миграция и сопутствующие ей в той или иной степени дезадаптация и маргинализация, накладывают отпечаток на процесс развития личности, создают тяжелые стрессовые ситуации.

Социально-политические изменения, миграционные процессы обусловили появление в поликультурном пространстве такой категории молодежи как студенты-мигранты.

В условиях вуза возрастает значение социально-психологической адаптации студентов-мигрантов. Представители одной нации или одной этнической общности наряду с общечеловеческими качествами обладают особенностями, типичными только для данной нации или этнической группы и нетипичными для представителей другой. В свете сегодняшних социальных проблем эти различия абсолютизируются, способствуют делению на «своих» и «чужих», приводят к формированию этнических предрассудков. Особенно легко этому влиянию поддаются молодые люди из-за неустойчивости мировоззрения, несформировавшегося отношения к жизни.

Появившиеся уже в последнее время монографии, статьи в научных журналах дают основание предполагать, что проблемой миграции занимаются очень серьезно и целенаправленно. В этой области сегодня известны работы многих ученых. Среди них: С.А. Арутюнова, Ю.В. Бромель, А.И. Дробежева, Л.Н. Гумелев, З.Т. Гасанов, О.В. Гукаленко, Ю.С. Давыдов, В. Мошняга, В.И. Переведенцев, Л.Л. Рыбаковский и др.

Для понимания сущности личности студента-мигранта и специфики взаимоотношений их с социумом, значимыми являются этнологические психолого-педагогические исследования (Д.В. Василенко, З.Т. Гасанов, О.В. Гукаленко, Ю.С. Давыдов, Е.М. Лысенко, Ф.О. Семенова, Г.У. Солдатова, А.А. Цахаева, С.Х. Чомаева).

Проблема социально-психологической адаптации студентов к обучению в вузе рассматривается в различных аспектах, так, изучается ее социально-педагогический аспект (Л.Г.Егорова, Г.Н.Круглова, Н.Н. Чистяков и др.), социально-психологический аспект (С.Л.Братченко, А.А.Ефимова, А.В.Лисовский и др.), индивидуально - психологический (В.Г.Бушурова, Р.М.Горфункель, Т.Н.Мазурик и др.).

Также различна постановка вопросов изучения социально-психологической адаптации студентов к вузу, например, выявляются трудности в ходе адаптации и предлагаются некоторые пути их преодоления (В.Г.Асеев и Г.В.Майстренко, В.И.Гроздева, Р.И.Недзельская и И.К.Зотова, М.С.Дмитриев, Д.П.Ломков); устанавливаются личностные характеристики студентов и их влияние на процесс адаптации (О.М.Анисимова, Е.И.Бологова, Т.Н.Ронгинская); определяются факторы адаптивной деятельности (О.И.Зотова и И.К.Кряжева, Т.Б.Карцева, В.П.Колпачев).

Сегодня студенчество рассматривается как отдельная социальная группа, значительная сила, проявившая себя в ходе мировой истории; это потенциал, направленный в будущее, определяющий развитие нашего общества. Именно поэтому эта группа нуждается в глубоком и всестороннем анализе. Изучение психологических аспектов проблем студенчества, в том числе социально-психологической адаптации студентов-мигрантов, должно занимать одно из центральных мест, так как формирование социально значимых качеств во многом обуславливает жизненную позицию молодого человека как специалиста и гражданина.

Такие аспекты проблемы, как выявление особенностей социально-психологической адаптации студентов-мигрантов вуза освещены пока недостаточно.

В этом свете особую актуальность приобретает изучение особенностей социально-психологической адаптации студентов-мигрантов к среде вуза, так как на этом этапе молодым людям необходимо одновременно решать такие сложные задачи, как освоение учебной деятельности в условиях высшей школы и осуществление взаимодействия с представителями другой национальной культуры, при этом возникают противоречия между накопленным опытом общения и учебной деятельностью и деятельностью студентов-мигрантов в условиях вуза, индивидуальным своеобразием общения и динамикой адаптации к межкультурному взаимодействию.

Проведенный анализ теории и практики социально-психологической адаптации позволил выявить **следующие противоречия:**

- между личностными и образовательными возможностями студентов-мигрантов и требованиями новой для них ситуации развития;
- несогласованностью между имеющейся внутренней системой этнокультурных и образовательных ценностей личности и системой ценностей окружающего социума.

Выявленные противоречия обуславливают **проблему исследования:** каковы особенности социально-психологической адаптации студентов-мигрантов.

Цель исследования: изучение особенностей социально-психологической адаптации иностранных студентов.

Объект исследования: социально-психологическая адаптация личности.

Предмет исследования: особенности социально-психологической адаптации иностранных студентов.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что социально-психологическая адаптация иностранных студентов будет различной в зависимости от курса обучения.

Для достижения поставленной цели и подтверждения гипотез исследования были намечены **следующие задачи**.

1. На основе теоретического анализа научных исследований рассмотреть проблему социально-психологической адаптации личности.
2. Изучить психологические особенности иностранных студентов.
3. На основе анализа психолого-педагогической литературы выявить особенности социально-психологической адаптации в студенческом возрасте.
4. Эмпирическим путем выявить особенности социально-психологической адаптации иностранных студентов.
5. Разработать методические рекомендации по сопровождению социально-психологической адаптации иностранных студентов.

Теоретико-методологической основой исследования являются

- системный подход к исследованию социально - психологической адаптации (А.В.Карпов, Б.Ф.Ломов, В.Д.Шадриков);
- субъектно-деятельностный подход к изучению социально - психологических явлений (Б.Г.Ананьев, К.А.Абульханова-Славская, Б.Ф.Ломов и др.);
- отечественные и зарубежные исследования социально-психологической адаптации личности (А.А. Балл, Ф.Г. Березин, Л.И. Божович, А.В. Петровский, Т.П. Скрипкина, Э. Эриксон и др.)
- исследования личности студента-мигранта (Г.С. Абрамова, С.А. Беличева, О.В. Гукаленко, В.А. Лабунская, Е.М. Лысенко, Г.У. Солдатова, Т.П. Скрипкина, Ф.О. Семенова, А.А. Цахаева и др.).

Методы исследования.

1. Теоретические: анализ, сравнение и обобщение научной литературы по исследуемой проблеме.

2. Эмпирические: анкетирование, метод опроса, тестирование.

– Методика оценки адаптационных способностей личности (многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» А.Г. Маклакова и СВ. Чермянина).

– Методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Вассермана (модификация В.В. Бойко)

– Тест К.Томаса «Стили поведения в конфликте».

3. Методы математической статистики – U-критерий Манна-Уитни.

База исследования: Исследование проводилось на базе на базе Института Горного Дела Геологии Сибирского Федерального Университета г. Красноярска. Первую группу иностранных студентов (из стран СНГ) составили 24 обучающихся первого курса обучения в возрасте 18-19 лет (средний возраст выборки 18,6). Вторую группу иностранных студентов из стран СНГ составляют 24 обучающихся четвертого курса обучения в возрасте 21-23 лет (средний возраст выборки 22,4).

Теоретическая значимость заключается в расширении представлений о социально-психологической адаптации иностранных студентов с позиции длительности обучения в вузе и психологических особенностей мигрантов. Полученные данные позволяют значительно расширить представление о социально-психологической адаптации иностранных студентов.

Практическая значимость исследования заключается в разработке методических рекомендаций повышения адаптационных возможностей иностранных студентов. Результаты исследования могут быть использованы: для подготовки методического пособия по проблеме повышения социально-психологической адаптации студентов в вузе.

Структура работы: магистерская диссертация состоит из введения, двух глав, выводов, заключения, списка литературы и приложений, содержит таблицы и гистораммы.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ

1.1. Проблема социально-психологической адаптации в научных исследованиях

Адаптационная проблематика занимает центральное место практически во всех направлениях современной психологии, естественно, со своеобразными, характерными для того или иного подхода акцентами. Проблема адаптации представлена в психоаналитической практике и гештальт-терапии, она находит свое приложение в теоретических конструкторах и эмпирических разработках бихевиоризма и когнитивной психологии, отражена в концептуальных постулатах гуманистической парадигмы (личностно-ориентированной психотерапии и психологии).

Исследование проблемы социально-психологической адаптации студентов в период обучения в вузе требует решения ряда задач таких, как установление сущности процесса адаптации как биологического, социального и психологического феномена; анализ общих закономерностей адаптации студентов в период вхождения в образовательное пространство вуза и изучение специфики протекания адаптационных процессов студентов, обусловленной требованиями высшей школы.

Термин «адаптация» (от латинского слова *adaptatio*) в широком смысле означает приспособление. С философской точки зрения адаптация представляет собой диалектическое единство динамики и стабильности, изменения и неизменности и представляет собой аспект жизнедеятельности особи и вида, в котором реализуется фундаментальное свойство материи к самосохранению и развитию в конкретных условиях существования.

Созвучное вышеприведенному понимание адаптации сложилось в физиологии и медицине: под физиологической адаптацией понимается совокупность физиологических реакций, лежащих в основе приспособления к изменению окружающих условий и направленных к сохранению

постоянства его внутренней среды (Ю.А.Александровский, О.Ф.Алексеева, Н.А.Амнинов, Ф.Б.Березин, Л.Ф.Бурлачук, Е.Ю.Коржова, Т.П.Хованская). По данным современной физиологии адаптация является системной реакцией организма на длительное или многократное воздействие внешней среды, обеспечивающее выполнение основных задач деятельности и направленное на достижение адекватности первичной реакции и минимизации платы.

В отечественной социальной психологии и социологии адаптация рассматривается по-другому - с позиций включенности личности в совместную деятельность, которая определяется общностью целей и ценностных ориентации коллектива. Адаптация, как считает А.Л.Мацкевич, - это процесс взаимодействия личности с окружающей средой, этот процесс направлен (в зависимости от степени активности личности) на преобразование среды в соответствии с потребностями, ценностями и идеалами личности или же на преобладание зависимости личности от среды [24]. В трудах этого направления акцентируется активный характер такого взаимодействия со стороны личности.

В то же время адаптация рассматривается и как процесс целостной реакции личности на изменения жизни и деятельности (В.В.Лагерев, Н.П.Локалова).

Хотя точки зрения философов, психологов и социологов на феномен адаптации различны, но существует единство в их понимании адаптации как процесса и результата взаимоотношений между социальной средой и личностью. Различия во взглядах можно объяснить и многообразием видов жизнедеятельности человека (учебная деятельность, производственная среда и др.). Например, социологи при рассмотрении адаптации акцентируют внимание на ее социальном контексте.

В исследованиях психологического аспекта адаптации определяется приспособление человека как личности к требованиям конкретной социальной группы и общества в целом с учетом своих потребностей, стремлений и интересов. Методологически изучение этого аспекта адаптации

опирается в отечественной психологии на принципы детерминизма, развития и единства сознания и деятельности. С.Л.Рубинштейн, разрабатывавший детерминистическое объяснение активности личности, определил, что эффект воздействия одного явления на другое зависит не только от характера самого воздействия, но и от природы того явления, на которое это воздействие оказывается, то есть эффект воздействия одного явления на другое опосредствуется природой последнего [47].

Особое внимание в исследованиях социально-психологической адаптации направлено на приспособление человека к изменяющимся условиям среды, адаптация в этом случае определяется как приспособление индивидуальных и личностных качеств к жизнедеятельности человека в изменившихся условиях существования (И.В.Дубровина, Т.Н.Мазурик).

Социально-психологическая адаптация всегда связана с изменением социальных ролей, с определенной перестройкой личности. Успешность – неуспешность этой перестройки зависит от соответствия установок личности новым условиям, от наличия у человека оптимальных резервов, основанных на предыдущем обучении и опыте взаимодействия.

В связи с этим успешность социально-психологической адаптации будет связана с формированием у субъекта представления о том, что новые условия стали для него благоприятными.

Активность такой системы в качестве целостной опирается на взаимосвязь и взаимозависимость ее относительно самостоятельных подсистем и реализуется посредством их взаимодействия.

Адаптация как социально-психологическое явление представляется процессом активного приспособления индивида или группы людей к условиям изменяющейся среды. Она имеет непрерывный характер, но ее обычно связывают с периодами кардинальной смены деятельности индивида и его социального окружения. В изучении социально-психологической адаптации существует множество аспектов, связанных с ее анализом и разнообразием акцентов.

В российской психологии разработка проблем социально-психологической адаптации связана с именами А.Н.Леонтьева, А.А.Налчаджяна, А.В.Петровского, В.А.Петровского и других. Под понятием «социально-психологическая адаптация» часто понимается процесс приспособления индивида к социальной среде. Процесс социально-психологической адаптации может выступать не только как объективный механизм приспособления, приноравливания к социальной среде, а более как механизм субъективной деятельности, направленной на приспособление индивида к тем или иным нормам, стандартам, маркам, установленным в обществе. Раньше такая позиция являлась преимущественной, однако в современных условиях присутствует отчетливая тенденция уменьшения роли собственно начала в адаптации. Приспособление носит заведомо пассивный характер, ему противопоставляется активное воздействие личности на социальную сферу, ее преобразовательная способность, которые служат важным механизмом социально-психологической адаптации, потому что механизм социально-психологической адаптации значительно богаче и сложнее, нежели только приспособление. В российской социальной психологии и социологии термин «адаптация» понимается как сложное социально-психологическое явление, специфические черты которого выражаются в следующих моментах [13]:

- во-первых, адаптация носит конкретно-исторический характер и обусловлена всей системой общественных отношений и уровнем культуры данного общества и его взаимодействующих сторон;
- во-вторых, адаптация по своему содержанию представляется как духовно-практическая деятельность вспомогательного характера;
- в-третьих, сущность адаптации раскрывается через культуру - ядро социокультурной среды. Именно во взаимодействии индивида с конкретной средой реализуется адаптивный потенциал;
- в-четвертых, активность проявляется не только как энергетическая, но и как своего рода духовная импульсивность, сила воздействия с

направленным ударом, инициатива в выборе форм и способов социокультурного взаимодействия;

– в-пятых, адаптация имеет «сквозное» прямое и опосредованное нормативно-регулятивное влияние на общественные процессы.

Социально-психологическая адаптация трактуется как «формирование у личности устойчивого положительного отношения к законам, традициям и перспективам предприятия, в ходе которого личность активно включается в новую для нее производственную деятельность, систему межличностных отношений », находит для себя условия самореализации [28]. Адаптация понимается как процесс активного регулирования взаимодействия индивида со средой [14, с. 115]. При пристальном рассмотрении позволительно ввести в анализ ее содержания такие конструкты как «включение личности в новую для нее предметно-вещественную среду», «освоение системы межличностных взаимоотношений в коллективе», «постоянный процесс активного приспособления индивида к условиям социальной среды и результат этого процесса » и т.д.

Наиболее часто встречающимися категориями, напоминающими содержательно процесс социально-психологической адаптации, являются следующие: «взаимодействие индивида со средой», «усвоение нормы и ценностей принимаемой культуры», «выработка образцов поведения и общения», «формирование позитивного отношения к социальным нормам», «включение в систему деятельности и межличностных отношений», «самореализация индивида».

Существуют различные точки зрения в определении места социально-психологической адаптации в структуре такого феномена как адаптация индивида, поэтому так различен анализ ее содержания, уровней, факторов и критериев.

Отмечается, что адаптация как специфический процесс может быть реализована различными уровнями в структуре психологической деятельности индивида: физиологическим и деятельностно-конативным [22].

Первый из них связан с функционированием физиологических механизмов, обеспечивающих протекание адаптивных процессов, второй - с освоением сложноорганизованной, динамической среды, в которой протекает деятельность.

В особенности среды включаются конкретные условия деятельности индивида на предприятии, на рабочем месте, в коллективе.

Социально-психологическая адаптация связана с вхождением новой личности в первичный коллектив, с необходимостью обретения индивидом соответствующего статуса в нем и овладение репертуаром соответствующих статусу социальных ролей.

Считают, что социально-психологическая адаптация представляет собой одну из трех разновидностей адаптации наряду с профессиональной и производственной [28]. Определяя профессиональную адаптацию как овладение всей совокупностью знаний, умений и навыков, необходимых для полного освоения профессии и выполнения требований, предъявляемых со стороны последней к индивиду, производственную - как приспособление индивида к конкретным условиям работы, организации труда, установлению взаимодействия с коллегами; социально-психологическую адаптацию рассматривают как «вхождение человека в систему внутригрупповых отношений, приспособление к этим отношениям, выработку образцов мышления и поведения, которые отражают систему ценностей и норм данного коллектива, приобретение, закрепление и развитие умений и навыков межличностного общения в нем».

Существует и иной подход в понимании социально-психологической адаптации, она может рассматриваться как явление более общее, состоящее из частных видов адаптации. Предполагается при ее категориальном определении, что сама она есть системное явление, обусловленное четырьмя составляющими: профессионально-производственной, общественно-политической, межличностной и личностной адаптациями.

В отношении социально-психологической адаптации активный ее характер проявляется во включенности индивида в общность, опосредованную его индивидуальными особенностями и направленную на становление, раскрытие и развитие индивидуальности в условиях социально регламентированной деятельности [47].

В рамках каждого направления исследователями даются различные определения адаптации в зависимости от объекта и цели исследования. В психологическом словаре под редакцией А.В.Петровского адаптация в широком смысле слова определяется как приспособление к окружающим условиям.

Также предлагается определить социально-психологическую адаптацию как процесс установления оптимального соответствия личности и окружающей среды в ходе осуществления свойственной человеку деятельности, который позволяет индивиду удовлетворять актуальные потребности и реализовать связанные с ним значимые цели (Ф.Б.Березин) [11].

Процесс адаптации рассматривается в контексте отражения взаимодействия человека как биологической единицы и как представителя социальной структуры - человека как личности (А.Ф.Белов и Ю.Ю.Бяловский) [10].

Адаптацию определяют как процесс взаимодействия социальной среды и личности, направленный на включение человека в новый для него вид деятельности (А.А.Прохватиллов, А.Ю.Шалыко) [31].

Таким образом, социально-психологическая адаптация выделяется как один из видов адаптации вообще через локализацию специфичной для нее среды и анализ содержательных ее характеристик.

Субъектом рассмотрения в проблематике социально-психологической адаптации является индивид; категория «индивид» может употребляться не только для констатации общих свойств психики, но и для определения

человека как единичного носителя общественных отношений и функций, как единичного представителя какой-либо группы [19].

Адаптация как целостное системное явление функционирования психики индивида в непривычных условиях его деятельности и поведения, включает в себя работу всех уровней психики, поэтому мы отмечали ранее такие подсистемы как адаптация психофизиологическая, общепсихологическая, социально-психологическая.

Такое понимание социально-психологической адаптации локализует сферу ее реализации как с точки зрения внутриспсихической организации, так и в отношении среды в целом. При этом подчеркивается специфичность в содержании самой адаптации как процесса, в механизмах, с помощью которых, она реализуется, в ее результате, по которому можно судить о ее протекании.

Следовательно, социально-психологическая адаптация, представляя собой системное явление, конкретного уровня функционирования психики, с одной стороны, с другой же - является подсистемой внутри явления и процесса адаптации индивида в целом. Если адаптация в целом представляет собой результат функционирования системы «индивид - среда», то социально-психологическая адаптация реализуется в системе «индивид — социально-психологическая среда».

Социально-психологическая адаптация есть сложный, диалектический, многоуровневый и иерархически организованный процесс взаимодействия личности и социальной среды, приводящий к оптимальному соотношению целей и ценностей личности и среды, реализации внутриличностного потенциала в конкретных условиях жизнедеятельности при благоприятном эмоциональном самочувствии [118].

Считается, что активность индивида относительно среды, выражаясь в его поведении, реализуется на основе взаимодействия внешних и внутренних факторов. Т.е. функционирование механизма социально-психологической адаптации в структуре психики, с помощью которого она реализуется,

должно отвечать приведенному выше требованию. Поведение представляет собой «реальное действие живого организма как единого целостного существа, возникающее в процессе взаимодействия этого последнего с действительностью» [19].

Процесс адаптации объединяет во взаимосвязях, взаимообусловленностях, динамике множество психических функций и психологических феноменов индивида в целом, имеет черты сложности и комплексности, поэтому недопустимы упрощенность и условность его анализа. В связи с этим даже в рамках одного подхода при изучении процесса адаптации мнения авторов представляет собой многообразную палитру характеристик, подчеркивающих тот или иной ее аспект.

Исходя из тенденций современного научного подхода - стремления к целостному, интегральному, междисциплинарному исследованию, - процесс социально-психологической адаптации можно определить как, с одной стороны, процесс приспособления личности к обществу, с другой стороны - процесс реализации взаимодействия личности с обществом с целью удовлетворения и реализации личностно-значимых потребностей посредством деятельности и общения.

Таким образом, социально-психологическая адаптация основывается не только на пассивно-приспособительных, но и на активно-преобразующих связях человека с окружающей средой, представляя собой неразрывное единство тех и других форм связи (А.А.Свенцинский). В этом случае адаптация понимается и как соответствующий процесс, и как конечный результат, выраженный в состоянии адаптированности человека к новым факторам среды.

В последнее время изучение социально-психологической адаптации студентов сопряжено с исследованиями особенностей коммуникативной деятельности, так как большой интерес в современных условиях представляет исследование взаимодействия межкультурного, межэтнического плана, межнационального общения молодых людей в

условиях вуза (И.А. Аливердиева, М.Ю. Бабанский, С.В. Васильева, Л.П. Меркулова, И.Л. Мушарапова, О.В. Полянок, О.К. Степанова, А.Г. Терещенко и др.).

Социально-психологическая адаптация предполагает, с одной стороны, освоение человеком норм и ценностей социальной общности, к которой он относится, с другой стороны, овладение человеком приемами и способами тех видов деятельности, которые в этой общности реализуются и в которые он включается, становясь ее членом (Б.Ф.Ломов, Б.Д.Парыгин), то есть адаптация человека к окружающей среде может пониматься как процесс и результат функционирования сложной саморегулирующейся системы.

Это представляет особую актуальность, так как при наличии очагов социальной напряженности существует необходимость положительно разрешать вопросы межнационального общения молодых людей с целью формирования толерантности, позитивного мировоззрения.

А.Н.Леонтьев представляет социально-психологическую адаптацию как активный процесс усвоения личностью социального опыта, овладения навыками общения, социальными ролями [27].

Т.А. Василькова и Ю.В. Василькова рассматривают социально-психологическую адаптацию, как приспособление к общению, зависящую от условий существования и коммуникативных свойств личности, обеспечивая личности комфортность в социальной среде [13, 14].

Установлено, что коммуникативный аспект социально-психологической адаптации направлен на анализ и разрешение социальных ситуаций и реализацию поведенческих стратегий в целом. Коммуникативная активность выражается в решении социальных задач и включает в себя уровень сформированности коммуникативных умений и навыков. Структурные характеристики данного компонента проявляются в умении устанавливать конструктивные отношения во взаимодействии как с отдельными личностями, так и с группой, к которой адаптируется человек.

В. В. Ковалев, рассматривая социально-психологическую адаптацию как приспособление человека к коллективу, вхождение в коллектив, критерием её успешности является установление нормальных межличностных отношений.

Свиридов Н.И. считает, что содержанием социально-психологической адаптации является вхождение индивида в систему внутригрупповых отношений и приспособление к этим отношениям, выработку образцов поведения и мышления, которые отражают систему ценностей и норм данного производственного коллектива (группы), приобретение, закрепление и развитие умений и навыков межличностного общения в этом коллективе [36].

Парохин В.П., исследуя начальную стадию адаптации индивида в новой социальной среде, показал, что для успешной адаптации важно умение человека быстро находить свое место в совместной деятельности, свою роль в новом коллективе [29].

Таким образом, большинство авторов отмечают важность момента вхождения в коллектив и в качестве показателя степени адаптации отмечают способность и умение человека найти свое место в коллективе и умения устанавливать конструктивные бесконфликтные отношения во взаимоотношениях.

В теории индивидуальной психологии А. Адлера феномен социально-психологической адаптации представлен как способы адаптации человека к жизни, которые проявляются через поставленные человеком цели и выбором способов достижения этих целей. Автор рассматривает способ достижения цели - конструктивный (сотрудничество), где человек старается превзойти самого себя, и не конструктивный (противостояние) - превосходство над другими.

Социально-психологическая адаптация рассматривается как процесс взаимодействия личности с социальным окружением посредством общения в области общественных и межличностных отношений. Мы разделяем мнение

А. А. Наичаджян, которая под социально-психологической адаптацией понимает процесс взаимодействия индивида и социальной среды, в ходе которого, находясь в различных проблемных ситуациях, возникающих в сфере межличностного взаимодействия, индивид приобретает различные механизмы и нормы социального поведения, установки, черты характера и их комплексы и другие особенности и подструктуры, которые имеют адаптивное значение.

Таким образом, согласно А.А. Налчаджян, адаптация – это социально-психологический процесс, который при благоприятном течении приводит к состоянию адаптированности. Он же определяет социально-психологическую адаптированность, как своеобразное состояние взаимоотношений личности и группы, когда личность способна бесконфликтно выполнять свою деятельность. При этом удовлетворяются основные социогенные потребности, ролевые ожидания эталонной группы, переживаются состояния самоутверждения и реализации своих творческих способностей [29].

В целом, проблема социально-психологической адаптации в исследованиях российских ученых представляет собой многообразную палитру мнений по тем или иным ее аспектам.

В западной психологии и социологии социально-психологической адаптации также уделяется большое внимание. Употребление термина «адаптация» для характеристики процессов, происходящих в общественной жизни, имеет давние традиции в зарубежной социологии. Начиная с 20-х годов западные социологи и социальные психологи провели большое количество теоретических и конкретных исследований адаптации личности к различным социальным условиям, и тем самым внесли немало ценного в разработку методов исследования адаптивных процессов.

Западные авторы в большинстве работ придают адаптации решающее значение в деятельности человека и его психологическом состоянии. Сущность этого явления ими определяется как достижение равновесия

между взаимодействующим организмом и средой. Равновесие рассматривается ими как пассивное принятие норм и требований общества.

«Равновесие» ярко выражается в теории «ролевой концепции», основоположниками которой являются Дж.Мид, Дж.Морено, Р.Линтон. Основоположники и современные ее последователи (Т.Ньюком, Т.Сарбин, Т.Парсонс, Р.Мертон и другие) рассматривают человека как функционера социальных отношений, исполнителя социальных ролей [47, с. 170-186]. Исследования социальной адаптации с позиции ролевой концепции основаны на идее Дж.Мида о том, что формирование установок и моделей поведения личности детерминировано принятием установок и моделей других членов группы и происходит внутри эмпирической матрицы социальных взаимодействий [35].

Под ролью понимается функция, нормативно одобренный образ поведения, ожидаемый от каждого, занимающего ту или иную позицию. Эта роль фиксируется в «социальных нормативах», в «институциональных стандартах», в «системе значений», в целом, в общественном сознании. Т.Парсонс считает основой общества «организованный нормативный порядок, который осуществляет коллективную организацию жизни людей». По его мнению, через исполняемую роль человек связывается с социальной средой, с окружающими людьми, так как, с точки зрения деятеля его роль определена нормативным ожиданием членов данной группы, сформированным в ее социальных границах. Овладев той или иной ролью, индивид усваивает культурно-исторические ценности.

Бихевиористы выработали собственное представление о социальной адаптации, которое можно проследить в схеме «стимул - реакция» Л.Шаффера и Э.Шобена [16]:

1. Мотивированное действие
2. Преграда
3. Исследовательские пробы
4. Проба, приводящая к обходу преграды

5. Продолжение действия

6. Избежание препятствия, приводящего к прекращению действия.

К бихевиористской ориентации относятся также теория Дж.Тибо и Г.Келли об «уровне сравнения» и теория Г.Хельсона об «уровне адаптации», согласно которым личность воспринимает любой стимул внешнего мира сообразно какой-нибудь точке отсчета, к которой он ранее был адаптирован.

Другие представители бихевиоризма, например, Н.Миллер и Дж.Доллар, считают адаптацию процессом социального научения с таким важным элементом, каким является подражание [4].

Подражание рассматривается ими как способ ограничения проб и ошибок, посредством которого происходит формирование или смена у личности социальных установок.

А.Бандура высказывает мнение о возможности социального научения через моделирование, «люди способны представить внешние явления символически и позднее использовать такие представления для руководства своими действиями» [33]. Он предлагает трехкомпонентную систему регуляции и контроля поведения, составляющими которой являются стимулы (в первую очередь - поведения других), подкрепляющие последствия поведения, а также когнитивная схема. Именно наличие последнего компонента дает человеку в определенной степени способ саморегуляции и управления своим поведением.

Таким образом, социально-психологическая адаптация является актуальной проблемой исследований в западной психологии и социологии.

На основе вышеприведенных исследований можно выделить критерии адаптации - объективные и субъективные. К объективным относятся продуктивность деятельности, реальное положение в коллективе, к субъективным - удовлетворенность личности, отношение к различным аспектам и условиям деятельности и общения, а также к самой себе (О.И.Зотова, И.К. Кряжева, Б.И. Дадонов, Н.А. Свиридов).

В исследованиях социально-психологической адаптации рассматриваются вопросы соотношения сроков адаптации и ее эффективности (В.Е. Каган, Р.Р. Рогов, Т.А. Сильченко и др.), в результате чего предполагается, что продолжительность адаптационного периода зависит от целей адаптации и жизненного опыта человека.

В итоге можно отметить что, несмотря на множество подходов к адаптации как междисциплинарному феномену, определяются некоторые общие особенности этого процесса. Адаптация человека - это сложный процесс и результат взаимодействия субъекта и окружающей среды. Она имеет место в том случае, когда человек включается в новую или существенно изменившуюся среду. Адаптацию можно считать состоявшейся тогда, когда в системе «субъект — окружающая среда» достигнуто состояние, способствующее ее нормальному функционированию и развитию.

В психологии адаптация рассматривается как процесс, развертывающийся на разных уровнях, - социально-психологическом, собственно психическом и психофизическом, между которыми существуют тесные связи и закономерные межуровневые переходы и взаимодействия. Адаптация осуществляется с помощью механизмов разного типа (ассимилятивного, преобразующего и аккомодационного, подстраивающегося) в соответствии с воздействием внешних (объективных) и внутренних (субъективных) факторов. Включение этой целостной системы обеспечивает успешность адаптации. Существование множества различных подходов к проблеме адаптации в целом, и социально-психологической адаптации, в частности, говорит о том, что этот процесс представляет собой явление сложное, имеющее большой научный и практический интерес.

Социально-психологическая адаптация, как следует из анализа исследований, имеет специфические черты:

– социально-психологическая адаптация осуществляется по типу адаптации к постоянно изменяющейся среде, в этой связи пристальное

внимание исследователей должно быть направлено на свойства адаптивности личности;

- социально-психологическая адаптация имеет протяженный характер практически по всей линии онтогенетического развития человека;

- социально-психологическая адаптированность представлена как своеобразное состояние взаимоотношений личности и группы, когда личность способна бесконфликтно выполнять свою деятельность и взаимодействовать в коллективе.

- основной целью социально-психологической адаптации является не приспособление к среде, а самореализация личности.

1.2. Психологические особенности иностранного студента

Уже к началу XX века были определены основные закономерности и виды миграции. В современной отечественной социологии и демографии принято выделять несколько основных видов миграции: переселение, сезонная, приграничная, эпизодическая, вынужденная нелегальная.

В рамках нашего исследования, нас интересует прежде всего вынужденная миграция, как оказывающая наибольшее влияние на адаптацию личности к новым социальным условиям жизнедеятельности. В связи с этим, отметим ряд проблем, с которыми сталкиваются непосредственно студенты-мигранты в результате вынужденной миграции:

- низкая степень материальной обеспеченности жизни и возможности высшего образования;

- неблагоприятное состояние здоровья, в том числе и психического, студента-мигранта;

- материальные и адаптивные возможности семьи;

- недостаточная развитость общественной и государственной заботы о студентах на федеральном и региональном уровнях[5].

Таким образом, мигранты - это люди, которые добровольно или вынужденно изменяют прежнюю территориальность, что влечет за собой, как правило, временное или косвенное «поражение» многих из перечисленных прав человека. При вынужденной миграции резко ухудшаются не только жилищные и материальные условия жизни человека, но и серьезно нарушается социальная интеграция человека [44].

Изучив процессы миграции, непосредственно связанные с социально-психологической адаптацией, мы отметили ряд проблем, с которыми сталкиваются непосредственно студенты-мигранты:

- низкая степень материальной обеспеченности жизни и возможности высшего образования;
- неблагоприятное состояние здоровья, в том числе и психического, студента-мигранта;
- материальные и адаптивные возможности семьи;
- недостаточная развитость общественной и государственной заботы о студентах на федеральном и региональном уровнях.

Миграционные процессы, социально-политические изменения, поликультурное образование обусловили возникновение такого феномена, как личность студента-мигранта.

Личность студента-мигранта - это реальный, объективный феномен современной действительности в мировом и региональном образовательном пространстве. Студенты-мигранты - это особая категория, характерной чертой которой является необходимость адаптации к изменившимся условиям жизнедеятельности (социальным, этническим, материальным, бытовым, психологическим). Процесс адаптации нередко характеризуется глубоким стрессом, что приводит к срыву имеющейся у них положительной защиты [36, 52]. Такой студент нуждается в помощи и поддержке окружающих.

С учетом логики исследования личности студента-мигранта нами определены основания для вычленения их психологических особенностей:

– культурная дистанция: степень, в которой иная культура воспринимается «близкой» или «далекой», похожей или непохожей на собственную проявляется между студентами-мигрантами и преподавателями, а также местными студентами;

– социально-психологическая адаптация: поскольку студент отличается социально и культурно, он кажется нижестоящим по своим способностям, В связи с потерей позитивного ощущения этнической принадлежности, он испытывает униженность, ущемленность;

– настрой на миграцию: мотивы, причины миграции, фоновые знания о принимающей стороне, о том, является ли миграция временной или окончательной;

– личностные особенности студента-мигранта: «зрелость личности», ее ценностные ориентации, особенности характера, психики, установки на миграцию [12, 51].

Факт поступления в вуз укрепляет веру молодого человека в собственные силы и способности, порождает надежду на полноценную и интересную жизнь.

Рассмотрение психологических особенностей студентов-мигрантов невозможно без учета возрастных особенностей и специфики личностных новообразований данной категории студентов.

Известный отечественный психолог Л.С. Выготский рассматривал возраст как определенную ступень развития, как известный, относительно замкнутый период развития, значение которого определяется его местом в общем цикле развития и в котором общие законы развития находят всякий раз качественно своеобразное выражение. При переходе от одной возрастной ступени к другой возникают новообразования, не существующие в предыдущие периоды, перестраивается и изменяется сам ход развития [42]. Таким образом, каждый возраст представляет собой качественно новый этап психического развития и характеризуется множеством изменений, составляющих в совокупности своеобразие структуры личности на каждом

из этапов развития (Л.И. Божович, Л.А. Венгер, И.В. Дубровина, А.В. Запорожец, В.С. Мухина, Н.И. Непомнящая, Д.Б. Эльконин и др.).

Рассматривая возрастные особенности развития личности студентов-мигрантов, мы определили, что в рамках данного исследования нас интересует, прежде всего, юношеский возраст. Следуя подходу, принятому в отечественной психологии (Л.С. Выготский, И.С. Кон, С.В. Мухина, Е. Н. Шиянов, Д.Б. Эльконин, Э. Эриксон), мы определили возрастные рамки юношеского периода- 16-21 год.

Юношеский возраст - этап формирования самосознания и собственного мировоззрения, этап принятия ответственных решений - является одним из наиболее важным в формировании самооценки и в развитии личности в целом [1, 8]. В данный период формируется:

- самосознание - целостное представление о самом себе, эмоциональное отношение к самому себе, самооценка своей внешности, умственных, моральных, волевых качеств, осознание своих достоинств и недостатков, на основе чего возникают возможности целенаправленного самосовершенствования, самовоспитания;

- собственное мировоззрение как целостная система взглядов, знаний, убеждений, своей жизненной философии, которая опирается на усвоенную ранее значительную сумму знаний и сформировавшуюся способность к абстрактно-теоретическому мышлению, без чего разрозненные знания не складываются в единую систему;

- стремление заново и критически осмыслить все окружающее, самоутвердить свою самостоятельность и оригинальность, создать собственные теории смысла жизни, любви, счастья, политики и т.п. [21].

Время учебы в вузе совпадает с периодом ранней юности, который отличается сложностью становления личностных черт, проанализированный в работах таких ученых, как Б.Г. Ананьев, А.В. Дмитриев, З.Ф. Есарева, И.С. Кон, В.Т. Лисовский и др. Характерной чертой нравственного развития в этом возрасте является усиление сознательных мотивов поведения. Заметно

укрепляются те качества, которых не хватало в полной мере в старших классах, - целеустремленность, решительность, настойчивость, самостоятельность, инициатива, умение владеть собой. Повышается интерес к моральным проблемам - цели и образу жизни, долгу, любви, верности и др. Студенческий возраст, по утверждению Б.Г. Ананьева, является сензитивным периодом для развития основных социогенных потенций человека. Высшее образование оказывает огромное влияние на психику человека, развитие его личности.

Термин «студент» латинского происхождения, в переводе на русский означает усердно работающий, занимающийся, т.е. овладевающий знаниями.

Студенчество - это особая социальная категория, специфическая общность людей, организационно объединенных институтом высшего образования. Как социальная группа студенчество характеризуется профессиональной направленностью, сформированностью отношения к будущей профессии. В процессе обучения студент обретает личностные качества, присущие профессионалу и отвечающие потребностям общества, стремится сформировать социальные стереотипы и стандарты, в том числе и профессиональные [14].

Студент как человек определенного возраста и как личность может характеризоваться с трех сторон:

- с психологической, которая представляет собой единство психологических процессов, состояний и свойств личности. Главное в психологической стороне - психические свойства (направленность, темперамент, характер, способности), от которых зависит протекание психических процессов, возникновение психических состояний, проявление психических образований. Однако, изучая конкретного студента, надо учитывать, вместе с тем, особенности каждого индивида, его психические процессы и состояния;

– с социальной, в которой воплощаются общественные отношения, качества, порождаемые принадлежностью студента к определенной социальной группе, национальности и т.д.;

– с биологической, которая включает тип высшей нервной деятельности, строение анализаторов, безусловные рефлексы, инстинкты, физическую силу, телосложение, черты лица, цвет кожи, глаз, рост и т.д. Это сторона, в основном, предопределена наследственностью и врожденными задатками, но в известных пределах изменяется под влиянием условий жизни [24].

Изучение этих сторон раскрывает качества и возможности студента, его возрастные и личностные особенности.

Юношеский возраст представляет собой как бы «третий мир», существующий между детством и взрослостью, т.к. биологическое, физиологическое и половое созревание завершено (уже не ребенок), но в социальном отношении это еще не самостоятельная взрослая личность.

Юность выступает как период принятия ответственных решений, определяющих всю дальнейшую жизнь человека: выбор профессии и своего места в жизни, определение смысла жизни, утверждение мировоззрения и жизненной позиции, выбор спутника жизни, создание своей семьи.

Родоначальником исследования особенностей юношеского возраста в зарубежной психологии называют С. Холла, работы которого относятся к началу XX века [19].

В отечественной психологии к осмыслению и изучению особенностей юношеского возраста обращались Л.Б. Божович, Л.С. Выготский, М.Р. Гинзбург, И.В. Дубровина, И.С. Кон, А.В. Мудрик, А.В. Петровский, С.Л. Рубинштейн, Д.И. Фельдштейн, Д.Б. Эльконин и другие. Исследователи акцентировали внимание на выделении задач развития на данном периоде, на характеристике качественных изменений в сфере общения и потребностно-мотивационной сфере, на особенностях интеллектуального развития, а также

на проблемах юношеского возраста, связанных с необходимостью самоопределения.

Важнейшую характеристику каждого этапа онтогенического развития человека составляют новообразования, результирующие задачи в данный возрастной период. Мы рассмотрим личностные новообразования студентов-мигрантов, которые позволят показать психологический портрет данной категории студентов.

Анализ изученной литературы позволил выделить следующие центральные новообразования юношеского возраста: формирование «Я-концепции» и развитие самосознания, становление идентичности (М. Кле, И.С. Кон, СВ. Мухина, Э. Эриксон и др.); осознанное стремление к самореализации и готовность к самоопределению, самопроекция в будущее и формирование основных личностных позиций (С.Л. Божович, И.В. Дубровина, И.С. Кон, С.Л. Рубинштейн, Г. Хавигхерст, Э. Эриксон и др.); существенные преобразования личностных пространств, качественные изменения в системе личностных отношений, развитие саморефлексии, необходимость и возможность принятия внешнего и внутреннего миров (Ш. Бюлер, А.В. Мудрик, А.В. Петровский, В.И. Слободчиков, Д.Б. Эльконин и др.); формирование личностных позиций, ценностных ориентации, жизненных целей и планов (Л.С. Божович, В.И. Бородкин, Л.Г. Десфронтейнес и др.); высокий уровень самоконтроля и саморегуляции, надстройка социального сознания как регулятора поведения (И.С. Кон, Г. Хавигхерст, Д.Б. Эльконин и др.).

То есть, основными психологическими особенностями студентов-мигрантов, на наш взгляд, являются: изменение личностных пространств, становление «Я-концепции» и готовность к самоопределению, развитие самооценки и самосознания, рефлексия.

В сфере личностных пространств у студентов-мигрантов происходят значительные изменения. Когда мы говорим в этом смысле об отношениях личностной отнесенности к миру и связанных с этим переживаниями, то

обращаемся прежде всего к внутреннему миру человека. Этот мир, наполненный переживаниями, личностными смыслами, ощущением личной причастности, «событийности» существования с другими людьми, межличностного общения.

В связи с возникающими проблемами адаптации к новым социальным условиям, перспективами жизненного самоопределения, отсутствием эмоционального принятия со стороны окружающих, у студентов-мигрантов приобретает существенное значение потребность в общении. Как показывают практические исследования, в случае неудовлетворенности данной потребности у студентов-мигрантов развивается повышенная тревожность, чувство неуверенности в собственных силах, связанные с неадекватной самооценкой, со сложностями в личностном развитии в социально-психологической адаптации (Л.И. Божович, И.В. Дубровина, И.С. Кон, А.В. Мудрик и др.).

На данном возрастном этапе усиливаются значимые отношения и привязанности, что вызывает определенные трудности во взаимоотношениях как с родителями, так и со сверстниками. Так, экспериментально было установлено (В.Р. Кисловская), что в юношеском возрасте уровень тревожности наиболее высок во всех сферах общения, особенно в сфере общения значимых взрослых. На формирование тревожности у студентов-мигрантов помимо этого накладывает отпечаток изменения социальной ситуации и психологические проблемы адаптации. Подобная ситуация требует психологической работы по профилактике и преодолению данного образования через укрепления «Я-концепции», прежде всего самооценки и чувства собственного достоинства, через выработку гибких критериев оценки собственной эффективности и успешности.

Понятие «Я-концепция» было введено в психологическую науку К. Роджерсом, который категории «Я-концепция» и «самость» использовал взаимозаменяемо. «Я-концепция» определялась им как организованный последовательный концептуальный гештальт, состоящий из восприятия

свойств «Я» или «меня» и восприятий взаимоотношений «Я» с другими людьми и различными жизненными аспектами [18].

Б.Г. Ананьев, А.А. Крылов, А.А. Реан определяют понятие «Я-концепция» как обобщенное представление о самом себе, систему установок относительно собственной личности [8, 11, 16]. «Я-концепция» является не статичным, а динамичным психологическим образованием. Формирование, развитие и изменение «Я-концепции» обусловлено факторами внутреннего и внешнего порядка. Значительное влияние на формирование «Я-концепции» оказывает социальная среда, микрофакторы социализации (семья, вуз, формальные и неформальные группы).

В рамках исследования самосознания в отечественной психологии (Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, В.С. Мерлин, С.Л. Рубинштейн и др.) выделим персонологическое направление, согласно которому самосознание субъекта является ведущим фактором, влияющим на сохранение, изменение и развитие личности в ее биографическом ключе.

В.И. Слободчиков предлагает рассматривать самосознание как первый и необходимый этап в развитии рефлексивного сознания [20]. В.С. Мухина отмечает, что самосознание представляет собой совокупность устойчивых связей в сфере ценностных ориентации и мировоззрения человека, обеспечивающих его уникальную ценность и тождественность [15].

М.Р. Гинзбург характеризует самосознание как главный элемент содержательного конструирования человеком своего жизненного поля [15].

Таким образом, развитие самосознания, становление Я-концепции является одной из важных качественных и количественных характеристик психического развития студентов-мигрантов. Оно может выступать как критерий для выделения качественных границ периода онтогенеза личности.

Одним из важнейших новообразований студентов-мигрантов является также самооценка личности. Под влиянием оценок других людей, у студентов-мигрантов возникает интерес к себе, к качествам своей личности, потребность сравнивать себя с другими, оценить себя, разобраться в своих

чувствах и переживаниях, то есть формируется самооценка. В юности развитие самооценки идет, с одной стороны, в направлении повышения ее цельности и интегрированности, с другой - дифференцированности [6].

Как показали многочисленные исследования, наличие положительной самооценки, самоуважение является необходимым условием нормального развития личности. Несоответствие между самооценкой и притязаниями личности, особенно на фоне изменения привычной социальной ситуации жизнедеятельности, ведет к острым аффективным переживаниям. преувеличенным и неадекватным реакциям, проявлению обидчивости, агрессивности, недоверчивости, общей дезадаптации студентов-мигрантов [26].

Напрямую определяя течение процесса адаптации и дезадаптации студентов-мигрантов, самооценка является регулятором поведения и деятельности. Исходя из этого, можно предположить, что самооценка может выступать как один из факторов социально-психологической адаптации студентов-мигрантов. Формирование самооценки происходит в процессе социализации, в процессе деятельности и межличностного взаимодействия.

Одним из немаловажных приобретений студентов-мигрантов является открытие своего внутреннего мира. Открытие своего внутреннего мира предстает как радостное и одновременно драматическое переживание, а открытие несовпадения внутреннего и внешнего «Я» доставляет волнение и актуализирует проблему самоконтроля. Вместе с осознанием своей уникальности и неповторимости приходит чувство одиночества. Юношеское самосознание носит характер усиления компонента эмоционального переживания субъектом своих личностных открытий [25].

Таким образом, анализ современных исследований данной проблематики показывает, что психологические особенности и определяющие их личностные новообразования студентов-мигрантов играют немаловажную роль в процессе социально-психологической адаптации личности к новым социальным условиям жизнедеятельности, откладывая

свой отпечаток на общий ход развития личности. В то же время самооценка как одно из личностных новообразований личности может выступать как один из факторов социально-психологической адаптации студента-мигранта. Кроме того, анализ проблем и трудностей, встающих перед личностью в юношеском возрасте, позволил определить задачи по поддержке и защите студентов-мигрантов в условиях вуза:

- обеспечение каждому студенту-мигранту индивидуальной траектории развития и обучения с учетом его психологических особенностей, способностей, склонностей;

- создание условий, механизмов и технологий адаптационной интеграции личности в культуру посредством образования;

- создание условий и механизмов поддержки и защиты личности, ее быстрой адаптации в инокультурную среду путем развития у студентов адекватного понимания себя и корректировки самоотношения;

- осознание наличия в себе личностного потенциала, способного противостоять жизненным невзгодам и трудностям;

- изменение стилевых характеристик личности и развитие навыков социального взаимодействия;

- формирование у студентов-мигрантов смысло-жизненных ориентации и ценности жизни, базирующихся на категориях гуманизма.

Решение данных задач позволит осуществить защиту и психологическую поддержку студентов-мигрантов в ситуации адаптации к новым социальным условиям жизнедеятельности, хотя уровень существующей психологической поддержки всех без исключения категорий студенчества в образовательном процессе явно не соответствует масштабам данной проблемы.

1.3. Особенности процесса социально-психологической адаптации студентов

Социально-психологическая адаптация, как всякий целостный сложный процесс, имеет свою динамику. Исследователи подходят к этому вопросу с различных позиций, так, в связи с утверждением о постоянности этого процесса (т.е. адаптация не прерывается ни на один день, а условия постоянно меняются) считают, что процесс адаптации охватывает весь период студенчества (Н.Ф.Головатый). Также считается, что адаптация студентов к учебному процессу в вузе заканчивается уже в конце второго - начале третьего учебного семестра (М.В.Буланова-Топоркова). Определяют, что в основном социально-психологическая адаптация протекает на первом-втором курсе и заканчивается к третьему курсу, несмотря на то, что адаптация - процесс индивидуально обусловленный (В.П.Кондрашева). Как уже было отмечено в вышеприведенных исследованиях, процесс социально-психологической адаптации имеет стадии предадаптации, адаптирования, постадаптации. Динамика процесса адаптации студентов к вузу может иметь следующий вид (М.В.Буланова-Топоркова, Н.Ф.Головатый, В.П.Кондрашева, Л.Д.Столяренко и др.).

Первый этап вхождения студента в условия вуза сопровождается возникновением противоречий - молодой человек, поступив в вуз, глубоко верит теперь в себя, строит планы на интересную жизнь. Но первокурсники по сложившемуся школьному стереотипу ждут внимания к себе и опеки, руководства своим поведением, к которым они привыкли со стороны старших, а, не дождавшись в условиях вуза, начинают испытывать дискомфорт. Происходят изменения в их настроении — от восторженного в первые месяцы учебы до скептического при оценке отношений в группе, вузовского режима, системы преподавания и т.п. Также стремление быть включенным во все аспекты студенческой жизни сочетается с налаживанием

собственного режима дня, трудностями организации самостоятельной работы. В это время практически половина студентов жалуется на нехватку времени. Одновременно с этим позитивные устремления студентов в учебе и общении наталкиваются на своеобразный барьер - отсутствие адекватных навыков учебы и коммуникации.

Отсутствие нового круга общения и потеря прежних школьных контактов приводят к ощущению одиночества. В конце этой стадии проявляется усталость, раздражительность, неудовлетворенность собой и окружающими [6].

Второй этап сопровождается эффектом «обманутых ожиданий», разочарованием студентов в избранной деятельности. Но в процессе обучения под влиянием интенсивной учебной нагрузки происходит освоение новых коммуникативных и учебных норм, оценок, способов и приемов самостоятельной работы, обучение новым видам научной деятельности; складывается новое отношение к окружению, к избранной специальности; приспособляясь к новому типу учебного коллектива, его правилам, студент пытается найти референтную для него группу. Приспособление к новым образцам студенческой жизни, новым формам общения, использования свободного времени способствует формированию широких культурных запросов и потребностей, происходит развитие социально значимых качеств личности. Значительные изменения претерпевает индивидуально-личностный уровень.

Третий этап характеризуется оформлением индивидуального стиля учебной деятельности, сужением круга интересов в направлении профессиональных, формированием постоянного круга общения и определением социальной роли. Начинают интенсивно формироваться социально и профессионально значимые качества личности. Основные изменения в этот период происходят на социально-психологическом уровне. Иногда на третьем этапе констатируется процесс переадаптации, т.е. студент ограничивается школярскими методами учебы (заучивание материала

наизусть, поверхностное ознакомление с материалом и т.п.) и общения (необоснованные попытки лидерства, демонстрация превосходства по каким-либо качествам). Отсутствие круга общения, инфантильные поведенческие реакции (слезы при неудачной сдаче отчетности, обвинение окружающих в собственных неудачах, поиски конфликтной ситуации для сведения счетов с сокурсниками и т.д.), личностный эгоцентризм приводят к тому, что, не выработав новый способ установления контактов, молодой человек включается в новые еще более сложные социальные условия. В этом случае происходит нарушение процесса социально-психологической адаптации [12].

Таким образом, процесс социально-психологической адаптации студентов не является однородным и состоит из последовательных этапов или стадий, характеризующихся различиями в динамическом характере протекания.

В вузе молодой человек сталкивается с рядом сложных проблем: адаптация к новым условиям учебы и общения, к требованиям учебного процесса, преодоление материальных и бытовых проблем и прочее. В это время происходит осознание первокурсниками социальных условий и окружения. В идеале студент должен очень быстро сориентироваться и с новых позиций освоить способы и методы учебной деятельности, понять систему норм и правил, существующих на факультете и формирующихся в группе, разработать свою новую систему ценностей по отношению к окружающим, сокурсникам и преподавателям, к избранной им специальности. Адаптация первокурсников к новым условиям имеет комплексный характер, что определяет множество подходов к ее исследованию, в том числе исследованию ее критериев [9].

Так, выделены следующие критерии адаптированности студентов:

- осознание необходимости усвоения определенной суммы знаний в избранной специальности;
- готовность выполнять предъявленные вузом требования и соответствующие возрасту и статусу функции;

– эмоциональное состояние студента, которое влияет на результат учебной деятельности. При этом эмоциональное состояние выступает субъективным индикатором, отражающим удовлетворенность требованиям вуза;

– отсутствие частых конфликтов между студентом и другими членами группы;

– степень реализации студентов в своем поведении и межличностных отношениях социальных и моральных норм, одобряемых обществом;

– достижение студенческой группой целостно-ориентированного единства по основным вопросам (отношение к учебе, избранной специальности и т.п.) (А.В.Петровский и З.М.Александровская) [6, 16].

Определяется, что проблемы, возникшие на первом этапе социально-психологической адаптации, остаются нерешенными у некоторой части студентов до окончания первой ступени обучения, и у меньшей части могут остаться полностью.

В некоторых исследованиях подчеркивается, что социально-психологическая адаптация студентов к условиям конкретного вуза и адаптация к выбранной профессии взаимосвязаны (Л.К.Гришанов, Д.В.Цуркан).

Адаптация студентов в вузе подразделяется на два компонента:

– профессиональную адаптацию, под которой понимается приспособление к характеру, содержанию, условиям и организации учебного процесса, выработка навыков самостоятельности в учебной и научной работе;

– социально-психологическую адаптацию - приспособление индивида к группе, взаимоотношениям к ней, выработка собственного стиля поведения (М.В. Буланова-Топоркова).

Процесс социально-психологической адаптации существует в различных взаимосвязанных формах. Различают три формы социально-психологической адаптации студентов к условиям вуза:

- 1) адаптация формальная как познавательно-информационное приспособление студентов к новому окружению;
- 2) общественная адаптация как процесс внутренней интеграции общности студентов и интеграция этих групп со студенческим окружением в вузе;
- 3) дидактическая адаптация как подготовка студентов к новым формам и методам учебной работы в высшей школе [8].

На основании того факта, что социально-психологическая адаптация студента к условиям вуза охватывает все сферы студенческой жизни, считается, что состояние умственной работоспособности может быть интегральной характеристикой адаптации первокурсников (В.П.Кондрашева).

Наряду с другими, в качестве критериев социально-психологической адаптации студентов рассматриваются [19]: отношение к учебе и коллективу; общительность и конструктивные взаимоотношения в коллективе; удовлетворенность учебой и общением; мотивация; самооценка; настроение; успеваемость (Т.А.Проворова).

Учитывая мнения исследователей о том, что социально-психологическая адаптация к вузу - это не только адаптация к новым условиям учебы, выработка отношения к избранной профессии, но и шире - к новым условиям жизни, можно предположить, что в качестве одного из критериев социально-психологической адаптации могут выступать и новые взаимоотношения с окружающими.

На основании приведенных исследований мы придерживаемся мнению, что в ходе социально-психологической адаптации у студентов вырабатываются социальные качества, важные и для профессиональной деятельности, ведь, как это определено в психологии, практически все виды деятельности человека осуществляются в общении.

В целом, наиболее значимыми для нашего исследования критериями социально-психологической адаптации студентов являются: отношение к

условиям вуза, эмоциональное настроение, вхождение в студенческое сообщество, наличие или формирование социально значимых качеств.

Понятие «дезадаптация» является антонимичным по отношению к понятию «адаптация» и рассматривается в связи с постоянным рассогласованием в системе «потребности индивида - среда», которое не обеспечивает адекватное регулирование личностно-средового взаимодействия, поддерживая адаптационное напряжение [28].

В итоге может произойти срыв психосоциальной и психической адаптации в виде нарушений психофизиологических соотношений, которые проявляются в форме многочисленных нервно-психических, психосоматических и соматических заболеваний (психофизиологический аспект дезадаптации), в стабильном изменении психологических характеристик личности, не обеспечивающих адекватных приспособительных реакций (психологический аспект) и в выраженных изменениях характеристик социального функционирования личности, ее системы отношений (социально-психологический аспект дезадаптации).

Таким образом, действие системы социальных факторов и наличие определенных психологических характеристик личности могут привести к нарушению оптимального социального взаимодействия. Нарушение отдельных составляющих психической адаптации представляется следующим образом:

- нарушение собственно психической адаптации проявляется в форме неврозов, функциональных расстройств, сопровождающихся ощущением болезни;

- снижение эффективности социально-психологической адаптации выражается тенденцией к возникновению неадекватного поведения в сфере межличностных отношений, которое зависит от особенностей личности, от ее неадаптивного ормирования, и приводит к рассогласованию взаимодействия между индивидуумом и окружением;

- ухудшение психофизиологической адаптации проявляется в психосоматических или так называемых «функциональных» расстройствах (изменение психофизиологических соотношений, приводящее к нарушениям соматического здоровья) [9].

Синдромы дезадаптации формируются поэтапно, в порядке нарастания степени выраженности нарушений. Вначале происходит нарушение собственно психической адаптации, приводящее к снижению адекватности функционирования психической сферы и соответственно эффективности интеллектуальной деятельности. Происходит это вследствие того, что при дезадаптации функциональные звенья, обеспечивающие переработку информации - ее поиск, восприятие, анализ и синтез, хранение и пользование - могут функционировать на сниженном уровне (О.П.Степанова). Психическая напряженность проявляется в снижении устойчивости психических функций, что приводит к дезинтеграции деятельности: замедленности действий, импульсивности поведения, генерализованности (срыв деятельности, возникновение чувства безразличия, обреченности, депрессии).

На следующем этапе добавляется ухудшение межличностного взаимодействия.

Исследователи подчеркивают, что следствием любого пограничного психического расстройства (дезадаптоза) является развитие в той или иной мере выраженной социальной дезадаптации (О.П.Степанова). Дальнейшее ухудшение состояния адаптации может привести даже к формированию физиологических сдвигов [39].

В схематическом виде процесс дезадаптации разворачивается по принципу «замкнутого порочного круга» (Е.Олкинуора), где пусковым механизмом является, как правило, резкое изменение условий жизни, привычной среды, наличие стойкой психотравмирующей ситуации. Вместе с тем немалое значение имеют и те особенности и недостатки в индивидуальном развитии человека, которые не позволяют ему выработать

адекватные новым условиям формы поведения и деятельности, что определяется не только объективным характером психотравмирующей ситуации, но и субъективным отношением к ней личности, поэтому процесс дезадаптации в большей степени зависит от индивидуальных особенностей человека (В.Н.Мясищев). Каждый человек со свойственными ему конституционными особенностями живет в своем стрессовом фоне социальной среды, проявляя как избирательную чувствительность к различного рода влияниям, так и определенные формы реагирования на них (И.Г.Беспалько). Рассматривая механизмы дезадаптации с позиций онтогенетического подхода, Л.С.Выготский подчеркивает, что особое значение приобретают кризисные, переломные моменты в жизни человека, когда происходит резкое изменение его «ситуации социального развития» (Выготский Л.С), вызывающее необходимость реконструкции сложившейся модели адаптивного поведения [16].

В рамках обсуждаемой нами проблемы наибольший риск представляет момент поступления в вуз и период первичного уровня усвоения требований, предъявляемых новой социальной средой.

В процессе обучения в вузе молодые люди приступают к решению таких жизненно важных задач, как повышение уровня самостоятельности действий, укрепление взрослости в поведении, усиление независимости в суждениях и оценках - что в целом означает развитие личностной зрелости; также таких задач, как приобщение к избранной профессиональной деятельности и становление профессионального самосознания; таких задач, как построение взаимодействия с представителями других народов, национальностей, групп; выбор спутника жизни и тому подобное [46].

Необходимость решать поставленные задачи создает бывшему школьнику адаптивную ситуацию, характеризующуюся отсутствием сбалансированности отношений личности с новой деятельностью и социальной средой, то есть отсутствием у первокурсника достаточно сформированных средств вузовского характера учебной деятельности и

способов регулирования общения с преподавателями и сокурсниками. Цель социально-психологической адаптации как продуктивного выхода из адаптивной ситуации состоит в создании условий, необходимых для реализации намеченных планов. Как утверждают исследователи, адаптация - это «социально-психологический процесс, который при благоприятном течении приводит личность к состоянию адаптированности» [19].

Адаптированность как соответствие личности новой или изменившейся социальной среде может быть разной, так, можно определить временную ситуативную адаптированность, когда равновесие со средой может нарушиться при изменении некоторых ее параметров или актуализации новых потребностей, установок личности, можно выделить устойчивую ситуативную адаптированность в отношении определенного ряда повторяющихся, ожидаемых ситуаций, отмечается общая адаптированность, которая проявляется в возможности достигать равновесия со средой в широком круге социальных ситуаций, типичных для данного социума и в данный исторический период.

Социально-психологическая адаптация, результатом которой является адаптированность в той или иной степени, - сложный динамический процесс, связанный с психологическими преобразованиями, изменением черт личности, перестройкой ее структуры, освоением новых режимов деятельности, приобретением нового социального статуса.

Развертывание адаптационного процесса, где личность осознает свои возможности в решении возникающих задач, в преодолении трудностей путем уравнивания собственных качеств с нормами и требованиями новых условий, можно назвать адаптированностью к обучению в вузе. В ходе этого процесса личность (в данном случае - студент) обеспечивает целенаправленное взаимодействие с новой средой, то есть личность управляет своим поведением, собственной деятельностью, приобретает знания и формирует у себя навыки, умения, личностные качества, необходимые для успешного овладения избранной профессией.

Авторы выделяют и исследуют некоторые уровни осуществления сложного и целостного процесса социально-психологической адаптации студентов [22]:

– психологический уровень, где значительное место отводится психическим процессам и свойствам личности (С.В.Васильева, С.В.Дроздов, Л.Н.Захарова, Т.В.Иванова, И.Е.Лиликталь);

– психофизиологический уровень, где внимание акцентируется на функционировании психофизиологических процессов (Э.Э.Аскандеров, Ю.Е.Сосновикова, О.П.Степанова);

– социальный уровень, где определяется динамика освоения студентом социальных целей, ценностей и социальных норм, понимания социальной важности вузовского обучения (Д.А.Андреева, М.А.Иванова, Г.И.Насырова, Е.М.Никиреев, И.И.Шеремет);

– социально-психологический уровень, где усваиваются правила межличностного, межэтнического общения в процессе обучения (Вей Син, М.С.Дмитриев, Я.Л.Коломинский, И.Л.Мушарапова, Т.В.Снегирева).

Эти направления изучения социально-психологической адаптации студентов к обучению в вузе обусловлены структурой личности студента, где взаимодействуют между собой личностный уровень (идеалы, ценности, установки), деятельностно-ролевой (мотивы деятельности, цели, средства, способы), процессуальный уровень (познавательные процессы) (С.В.Васильева, И.В.Дубровина).

Существует мнение, что студенты в вузе адаптируются к двум основным видам деятельности - к учебной деятельности как к сфере познания и коммуникативной деятельности как к сфере общения. Таким образом, выделяются такие виды адаптации как дидактическая (учебная) и социально-психологическая (коммуникативная). В ходе дидактической адаптации у студента вырабатываются новые учебные действия и приемы, связанные с высоким уровнем организации, навыки преодоления трудностей,

с этим связанных, вырабатываются навыки деятельности, соответствующей требованиям вузовского обучения [19].

В ходе коммуникативной адаптации студент устанавливает и развивает формальные и неформальные (то есть деловые и личные) отношения с преподавателями и однокурсниками в своей группе.

В исследованиях динамики процесса социально-психологической адаптации студентов было установлено, что адаптация делится на определенные периоды. Каждый период имеет собственные количественно-качественные показатели, временные рамки, характеризуется результативностью деятельности, состоянием субъектов деятельности. В целом, успешность / неуспешность адаптации складывается из эффективности каждого ее периода.

Так, определяют три периода социально-психологической адаптации: подготовительный, основной, заключительный [18].

В то же время выделяют и четыре периода в связи с их ролью в ходе социально-психологической адаптации: уравнивание, псевдоадаптация, приурочивание и уподобление; так, в первом периоде уравниваются отношения личности и среды, во втором периоде происходит внешнее признание адаптирующимся ценностей среды, в то же время внутреннее их непринятие, в третьем периоде осуществляется взаимодействие, в четвертом - адаптирующийся осознанно принимает ценности среды, изменяя собственные личностные характеристики (И.А.Милославова).

В ходе адаптации происходит активное приспособление, формирование умений рациональной организации умственного труда, построение оптимальных взаимоотношений с новыми людьми, разворачивается профессиональное самообразование (П.А.Просецкий).

Таким образом, исследователи указывают, что социально-психологическая адаптация является условием преодоления трудностей, которые испытывают студенты, начиная обучение в вузе.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1

Социально-психологическая адаптация - формирование у личности устойчивого положительного отношения к законам, традициям и перспективам предприятия, в ходе которого личность активно включается в новую для нее производственную деятельность, систему межличностных отношений», находит для себя условия самореализации.

Социально-психологическая адаптация разворачивается на разных уровнях, - социально-психологическом, собственно психическом и психофизическом, между которыми существуют тесные связи и закономерные межуровневые переходы и взаимодействия.

Социально-психологическая адаптация имеет специфические черты: социально-психологическая адаптация осуществляется по типу адаптации к постоянно изменяющейся среде, в этой связи пристальное внимание исследователей должно быть направлено на свойства адаптивности личности; социально-психологическая адаптация имеет протяженный характер практически по всей линии онтогенетического развития человека; социально-психологическая адаптированность представлена как своеобразное состояние взаимоотношений личности и группы, когда личность способна бесконфликтно выполнять свою деятельность и взаимодействовать в коллективе; основной целью социально-психологической адаптации является не приспособление к среде, а самореализация личности.

Выделяют объективные и субъективные показатели социально-психологической адаптации личности. К объективным относятся продуктивность деятельности, реальное положение в коллективе, к субъективным - удовлетворенность личности, положительное отношение к различным аспектам и условиям деятельности, конструктивное взаимодействие в проблемных ситуациях и общении, а также к самой себе

(О.И.Зотова, И.К. Кряжева, Б.И. Дадонов, Н.А. Свиридов Т.А. Василькова и Ю.В. Василькова, В. В. Ковалев, А.А. Налчаджян).

Студенты-мигранты (иностранные студенты) - это особая категория людей, характерной чертой которой является необходимость адаптации к изменившимся условиям жизнедеятельности (социальным, этническим, материальным, бытовым, психологическим).

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ

2.1. Организация и методики исследования

С целью изучения особенностей социально-психологической адаптации иностранных студентов нами было организовано и проведено эмпирическое исследование на базе Института Горного Дела Геологии Сибирского Федерального Университета г. Красноярск.

В исследовании принимали участие две группы студентов в зависимости от курса обучения.

Первую группу иностранных студентов (из стран СНГ) составили 24 обучающихся первого курса обучения в возрасте 18-19 лет (средний возраст выборки 18,6).

Вторую группу иностранных студентов из стран СНГ составляют 24 обучающихся четвертого курса обучения в возрасте 21-23 лет (средний возраст выборки 22,4).

С целью исследования социально-психологической адаптации применялись следующие методики исследования:

1. Методика оценки адаптационных способностей личности (многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина).

Многоуровневый личностный опросник (МЛО) «Адаптивность» разработан А. Г. Маклаковым и С. В. Чермяниным (1993). Предназначен для изучения адаптивных возможностей индивида на основе оценки некоторых психофизиологических и социально-психологических характеристик, отражающих интегральные особенности психического и социального развития.

Многоуровневый личностный опросник (МЛО) «Адаптивность» состоит из 165 вопросов и имеет 4-е структурных уровня, что позволяет получить информацию различного объёма и характера.

– Шкалы 1-го уровня являются самостоятельными и соответствуют базовым шкалам СМИЛ (ММРІ), позволяют получить типологические характеристики личности, определить акцентуации характера.

– Шкалы 2-го уровня соответствуют шкалам опросника ДАН («Деадаптационные нарушения»), предназначенного для выявления деадаптационных нарушений преимущественно астенических и психотических реакций и состояний.

– Шкалы 3-го уровня: поведенческая регуляция (ПР}, коммуникативный потенциал (КП) и моральная нормативность (МН).

– Шкала 4-го уровня — личностный адаптационный потенциал (ЛАП).

Характеристику личностного потенциала адаптации можно получить, оценив поведенческую регуляцию, коммуникативные способности и уровень моральной нормативности.

Поведенческая регуляция (ПР) — это понятие характеризующее способность человека регулировать своё взаимодействие со средой деятельности. Основными элементами поведенческой регуляции являются: самооценка, уровень нервно-психической устойчивости, а также наличие социального одобрения (социальной поддержки) со стороны окружающих людей. Все выделенные структурные элементы не являются первоосновой регуляции поведения. Они лишь отражают соотношение потребностей, мотивов, эмоционального фона настроения, самосознания, «Я-концепции» и др. Система регуляции — это сложное, иерархическое образование, а интеграция всех её уровней в единый комплекс и обеспечивает устойчивость процесса регуляции поведения.

Коммуникативные качества (коммуникативный потенциал — КП) является следующей составляющей личностного адаптационного потенциала (ЛАП). Поскольку человек практически всегда находится в социальном

окружении, его деятельность сопряжена с умением построить отношения с другими людьми. Коммуникативные возможности (или умение достигнуть контакта и взаимопонимания с окружающими) у каждого человека различны. Они определяются наличием опыта и потребности общения, а также уровнем конфликтности.

Моральная нормативность (МН) обеспечивает способность адекватно воспринимать индивидом предлагаемую для него определённую социальную роль. В данном тесте вопросы, характеризующие уровень моральной нормативности индивида, отражают два основных компонента процесса социализации: восприятие морально-нравственных норм поведения и отношение к требованиям непосредственного социального окружения.

Интерпретация групп адаптационных способностей личности по тесту МЛО («Адаптивность»)

1-2 – группа хороших адаптационных способностей. Лица той группы легко адаптируются к новым условиям деятельности, быстро «входят» в новый коллектив, достаточно легко и адекватно ориентируются в ситуации, быстро вырабатывают стратегию своего поведения и социализации. Как правило, не конфликтны, обладают высокой эмоциональной устойчивостью. Функциональное состояние лиц этой группы в период адаптации остаётся в пределах нормы, работоспособность сохраняется.

3 – группа удовлетворительной адаптации. Большинство лиц этой группы обладают признаками различных акцентуаций, которые в привычных условиях частично компенсированы и могут проявляться при смене деятельности. Поэтому успех адаптации во многом зависит от внешних условий среды. Эти лица, как правило, обладают невысокой эмоциональной устойчивостью. Процесс социализации осложнён, возможны асоциальные срывы, проявление агрессивности и конфликтности. Функциональное состояние в начальные этапы адаптации может быть нарушено. Лица этой группы требуют постоянного контроля.

4 – группа сниженной адаптации. Эта группа обладает признаками явных акцентуаций характера и некоторыми признаками психопатий, а психическое состояние можно охарактеризовать как пограничное. Процесс адаптации протекает тяжело. Возможны нервно-психические срывы, длительные нарушения функционального состояния. Лица этой группы обладают низкой нервно-психической устойчивостью, конфликтны, могут допускать делинквентные поступки.

Шкалы 2-го уровня соответствуют шкалам опросника ДАН («Деадаптационные нарушения»). Опросник ДАН включает в себя 77 вопросов и имеет 3 шкалы:

1. Астенические реакции и состояния (АС);
2. Психотические реакции и состояния (ПС);
3. Деадаптационные нарушения (ДАН).

Для астенических реакций и состояний в большей степени характерно ухудшение сна, снижение аппетита, отсутствие мотивации к профессиональной деятельности, низкая толерантность к неблагоприятным факторам труда, высокий уровень тревожности, ипохондрическая фиксация. Для психотических реакций типичны высокий уровень нервно-психического напряжения, агрессивность, ухудшение межличностных контактов, нарушение морально-нравственной ориентации, явления аффективного возбуждения и торможения. «Сырые» баллы шкал АС и ПС суммируются, и эти значения соответствуют интегральной оценке — «Деадаптационные нарушения» (ДАН).

Интегральная шкала ДАН Выраженные (достаточно выраженные) признаки деадаптационных нарушений. Требуется консультация психиатра. Показана комплексная психологическая и фармакологическая коррекция.

2. Методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Вассермана (модификация В.В. Бойко)

Социальная фрустрированность – вид (форма) психического напряжения, обусловленного неудовлетворенностью достижениями и

положением личности в социально заданных иерархиях. Социальная фрустрированность передает эмоциональное отношение человека к позициям, которые он сумел занять в обществе на данный момент своей жизни.

Методика представляет собой опросник, который фиксирует степень неудовлетворенности социальными достижениями в основных аспектах жизнедеятельности.

Выводы об уровне социальной фрустрированности делаются с учетом величины балла (среднего балла) по каждому пункту. Чем больше балл, тем выше уровень социальной фрустрированности:

3,5 - 4 балла: очень высокий уровень фрустрированности;

3,0 - 3,4: повышенный уровень фрустрированности;

2,5 - 2,9: умеренный уровень фрустрированности;

2,0 - 2,4; неопределенный уровень фрустрированности;

1,5 - 1,9: пониженный уровень фрустрированности;

0,5 - 1,4: очень низкий уровень;

0 - 0,5: отсутствие (почти отсутствие) фрустрированности

3. На основании исследований Т.А. Василькова и Ю.В. Василькова, В. В. Ковалев, А.А. Налчаджян которые выделяют коммуникативный аспект социально-психологической адаптации, к показателем которой относят способность личности бесконфликтно выполнять свою деятельность и конструктивно взаимодействовать с окружающими.

Тест К.Томаса «Стили поведения в конфликте» направлен на выявление типов поведения личности в противоречивых ситуациях. Тест К. Томаса на выявление предпочитаемого стиля конфликтного взаимодействия дает возможность диагностировать, насколько в практике конфликтных ситуаций студент способен реализовать все стили (приспособление, уход, компромисс, сотрудничество, соперничество) конфликтного взаимодействия.

2.2. Анализ результатов исследования социально-психологической адаптации иностранных студентов

Рассмотрим основные результаты исследования особенностей иностранных студентов разных курсов, полученных по методике МЛЮ «Адаптивность». Данные по шкалам «поведенческая регуляция», «коммуникативный потенциал», «моральная нормативность» иностранных студентов представлены в таблице 1.

Таблица 1

Уровень составляющих компонентов личностного адаптационного потенциала сотрудников мужского и женского пола

уровень проявления	поведенческая регуляция		коммуникативный потенциал		моральная нормативность	
	4 курс	1 курс	4 курс	1 курс	4 курс	1 курс
низкий	16,7%	33,3%	25,0%	16,6%	16,7%	16,6%
средний	45,8%	33,3%	33,3%	41,7%	25,0%	41,7%
высокий	37,5%	33,3%	41,7%	41,7%	58,3%	41,7%

На рис.1. представлены результаты по шкале «поведенческая регуляция» иностранных студентов в зависимости от курса обучения.

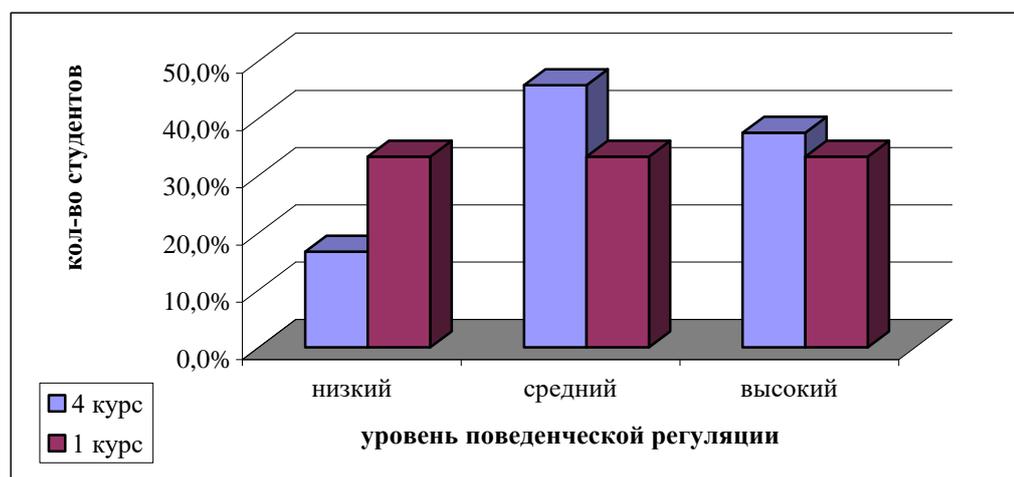


Рис.1. Уровень поведенческой регуляции иностранных студентов

Показатели поведенческой регуляции иностранных студентов 1 курса обучения распределились в равной мере – по 33,3% на каждом уровне.

Иностранные студенты 4 курса в большинстве имеют средний уровень нервно-психической устойчивости и поведенческой регуляции (45,8%

студентов). Далее представлен у выпускников высокий уровень (37,5% студентов), в меньшей степени - низкий уровень (16,7% студентов).

Таким образом, можно сделать вывод, у студентов 4 курса обучения показатели поведенческой регуляции выше, чем у студентов 1 курса обучения, т.е. выпускники более адекватно воспринимают действительность учебно-профессиональной деятельности в вузе.

На рис.2. представлены результаты по шкале «коммуникативный потенциал» иностранных студентов в зависимости от курса обучения.

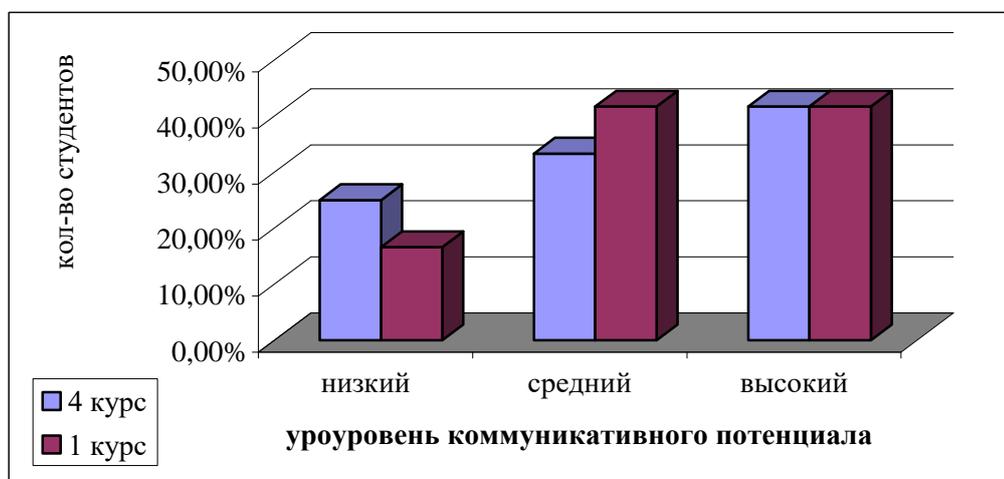


Рис.2. Уровень коммуникативного потенциала иностранных студентов.

По показателю коммуникативного потенциала иностранные студенты разных курсов обучения практически не отличаются. Так низкий уровень коммуникативного потенциала имеют 25% студентов 4 курса, и 16,6% студентов 1 курса. 41,7% студентов в обеих группах имеют высокий уровень коммуникативного потенциала. Таким образом, иностранные студенты имеют средний и высокий уровни коммуникативных способностей, способны устанавливать контакты с окружающими, не конфликтны.

На рис.3. представлены результаты по шкале «моральная нормативность» иностранных студентов в зависимости от курса обучения.

Согласно представленным данным на рис.3, показатели моральной нормативности выше в группе иностранных студентов 4 курса обучения.

На 4 курсе обучения доминирует высокий уровень, который имеют 58,3% студентов, наименьший показатель низкого уровня (16,7% студентов).

В группе студентов на 1 курсе обучения в равной мере распределены показатели на среднем и высоком уровне (41,7% студентов).

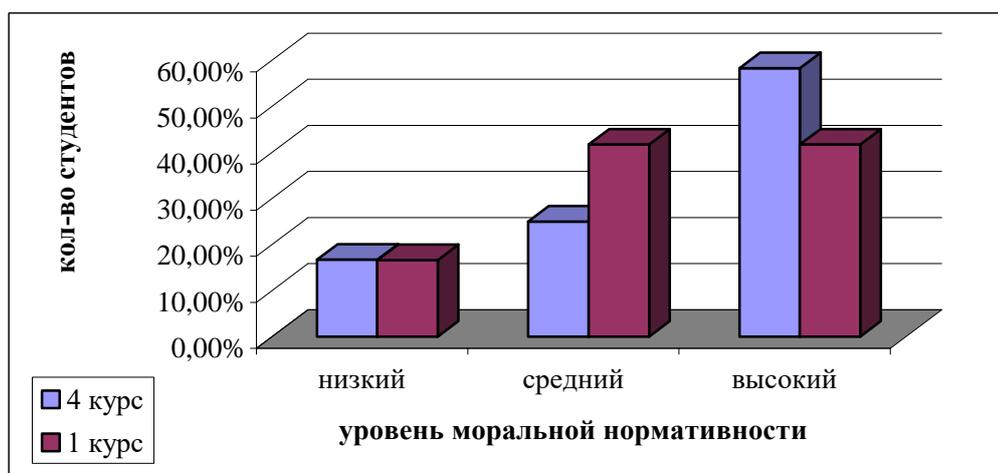


Рис.3. Уровень моральной нормативности иностранных студентов.

Следовательно, можно сделать вывод, что на последнем курсе обучения иностранные студенты более адекватно оценивают свою роль в коллективе и ориентированы на соблюдение общепринятых норм поведения.

Рассмотрим результаты исследования интегрального показателя личностно-адаптационного потенциала (ЛАП).

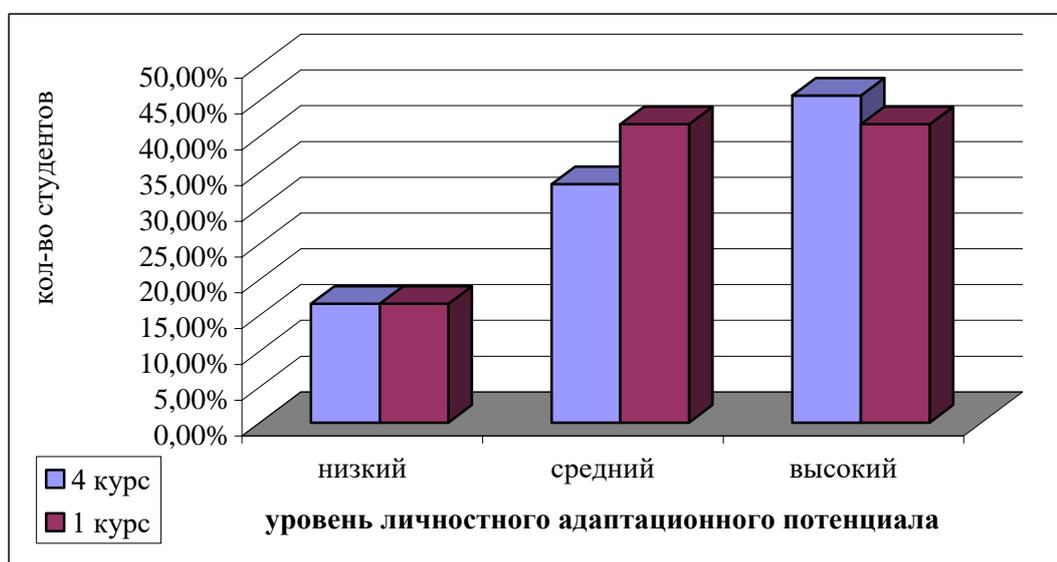


Рис.4. Уровень личностно-адаптационного потенциала иностранных студентов.

Личностный потенциал иностранных студентов 1 курса характеризуется следующими показателями: в равной мере представлен

высокий и средний уровни (по 41,7% студентов), низкий уровень личностно-адаптационного потенциала выявлен у 16,6% студентов.

В группе иностранных студентов 4 курса обучения в большей степени представлен высокий уровень личностного адаптационного потенциала (45,7% студентов), на среднем уровне ЛАП представлен у 33,3% студентов и только 16,6% студентов имеют низкий уровень личностного адаптационного потенциала.

Таким образом, можно сделать вывод, что на 4 курсе обучения иностранные студенты имеют показатели ЛАП выше, чем студенты 1 курса.

Следовательно, иностранные выпускники имеют более высокий уровень нервно-психической устойчивости, выше себя оценивают, владеют моральными качествами, чем студенты 1 курса обучения.

Рассмотрим выявленные на основании показателя ЛАП группы адаптационных способностей иностранных студентов в зависимости от курса обучения, результаты которых представлены в таблице 2.

Таблица 2

Группы адаптационных способностей иностранных студентов

курс студентов/ группа адаптационных способностей	группа высоких адаптационных способностей	группа хороших адаптационных способностей	группа удовлетворительной адаптации	группа сниженной адаптации
студенты 4 курса	0%	16,7%	50%	33,3%
студенты 1 курса	0%	29,2%	50%	20,8%

Легче адаптируются к условиям вуза студенты 4 курса обучения (группу хороших адаптационных способностей составляют 29,2% студентов, группу сниженной адаптации – 20,8% студентов) – они быстро «входят» в новый коллектив, достаточно легко и адекватно ориентируются в ситуации, быстро вырабатывают стратегию своего поведения и социализации. Функциональное состояние студентов первого курса в период адаптации остаётся в пределах нормы, работоспособность сохраняется. В группе

студентов 1 курса обучения группу хороших адаптационных способностей составляют 16,7%, низкие адаптационные способности выявлены у 33,3% студентов.



Рис. 6. Группы адаптационных способностей иностранных студентов.

Рассмотрим дезадаптационные нарушения иностранных студентов в зависимости от курса обучения.

Данные астенических и психотенических реакций, а также показатель дезадаптационных нарушений представлены в таблице 3.

Таблица 3

Уровень показателей дезадаптационных нарушений иностранных студентов

уровень проявления	астенические реакции и состояния (АС)		психотические реакции и состояния (ПС)		дезадаптационные нарушения (ДАН)	
	4 курс	1 курс	4 курс	1 курс	4 курс	1 курс
низкий	20,8%	0	8,3%	16,7%	20,8%	12,6%
средний	62,5%	75,0%	62,5%	66,6%	58,4%	66,6%
высокий	16,7%	25,0%	29,2%	16,7%	20,8%	20,8%

Астенические реакции и состояния в большей степени выражены в группе иностранных студентов 1 курса обучения. Высокий уровень астенических реакций и состояний имеют 25% студентов 1 курса и 25% студентов 4 курса обучения. Низкий уровень в группе иностранных студентов-первокурсников астенических реакций и состояний не представлен. В группе иностранных студентов, обучающихся на последнем

курсе обучения отсутствуют астенические реакции и состояния у 20,8% студентов.

На рис.7. представлены показатели дезадаптационных нарушений иностранных студентов.

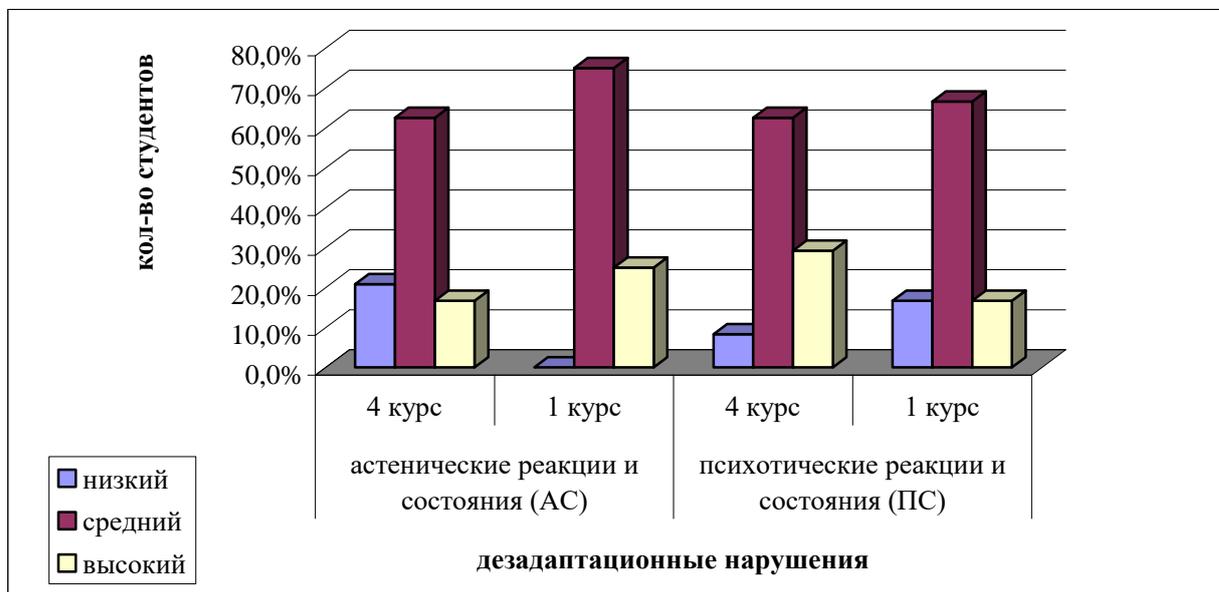


Рис.7. Показатели астенических и психотических реакций и состояний иностранных студентов.

Абсолютное большинство иностранных студентов в обеих следуемых группах (в группе первокурсников 62,5% студентов, на последнем курсе обучения – 75% студентов) имеют средний уровень проявления астенических реакций и состояний. Таким образом, большинство иностранных студентов вне зависимости от курса обучения имеют оптимальный уровень ситуативной тревожности, способность к продолжительному физическому или умственному напряжению не снижается, высокая толерантность к неблагоприятным факторам организации, воспринимают настоящее окружение и своего будущего в светлых тонах, суицидальные мысли отсутствуют.

Психотические реакции и состояния в большей степени представлены у иностранных студентов 4 курса обучения. У студентов на последнем курсе обучения на высоком уровне психотические реакции и состояния проявляются у 29,2% студентов, в группе первокурсников – у 16,7%

студентов. В свою очередь, низкий уровень имеют 16,7% студентов 1 курса обучения и 8,3% студентов 4 курса обучения.

Абсолютное большинство иностранных студентов в обеих следуемых группах (в группе первокурсников 62,5% студентов, на последнем курсе обучения – 66,6% студентов) имеют средний уровень проявления психотических реакций и состояний. Таким образом, большинство иностранных студентов вне зависимости от курса обучения имеют умеренное нервно-психическое напряжение, импульсивные реакции, приступы неконтролируемого гнева не являются выраженными, отсутствует нарушение морально-нравственной ориентации.

На рис.8. представлены результаты общего уровня дезадаптивных нарушений иностранных студентов в зависимости от курса обучения.

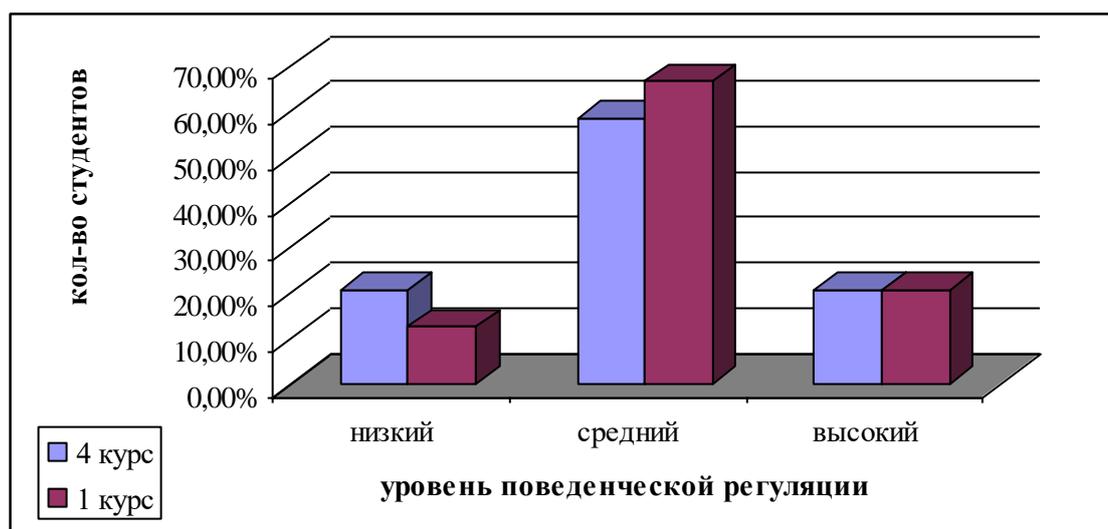


Рис.8. Уровень дезадаптивных нарушений иностранных студентов в зависимости от курса обучения.

У 20,8% иностранных студентов вне зависимости от курса обучения выявлены признаки дезадаптационных нарушений и показана комплексная психологическая коррекция.

Выявлены незначительные дезадаптационные проявления и показана психологическая коррекция у большинства иностранных студентов вне зависимости от курса обучения (58,4% студентов 4 курса обучения и 66,6% студентов 1 курса обучения).

Признаки дезадаптационных нарушений отсутствуют и в психологической коррекции не нуждаются 20,8% студентов 4 курса обучения и 12,6% студентов 1 курса обучения (низкий уровень дезадаптационных нарушений).

Таким образом, проведенное исследование позволяет сделать вывод, что личностно-адаптационный потенциал иностранных студентов является схожим, независимо от длительности обучения в вузе.

Рассмотрим результаты исследования социальной фрустрированности иностранных студентов, полученные по методике Л.И. Вассермана в модификации В.В. Бойко. Основные показатели социальной фрустрированности представлены в таблице 4:

Таблица 4

Показатели уровня социальной фрустрированности иностранных студентов

уровень социальной фрустрированности	студенты 1 курса	студенты 4 курса
очень низкий	-	-
пониженный	25%	20,8%
умеренный	33,3%	50,0%
повышенный	37,5%	29,2%
очень высокий	4,2%	-

На рис.7. представлены результаты уровня социальной фрустрированности иностранных студентов в зависимости от курса обучения

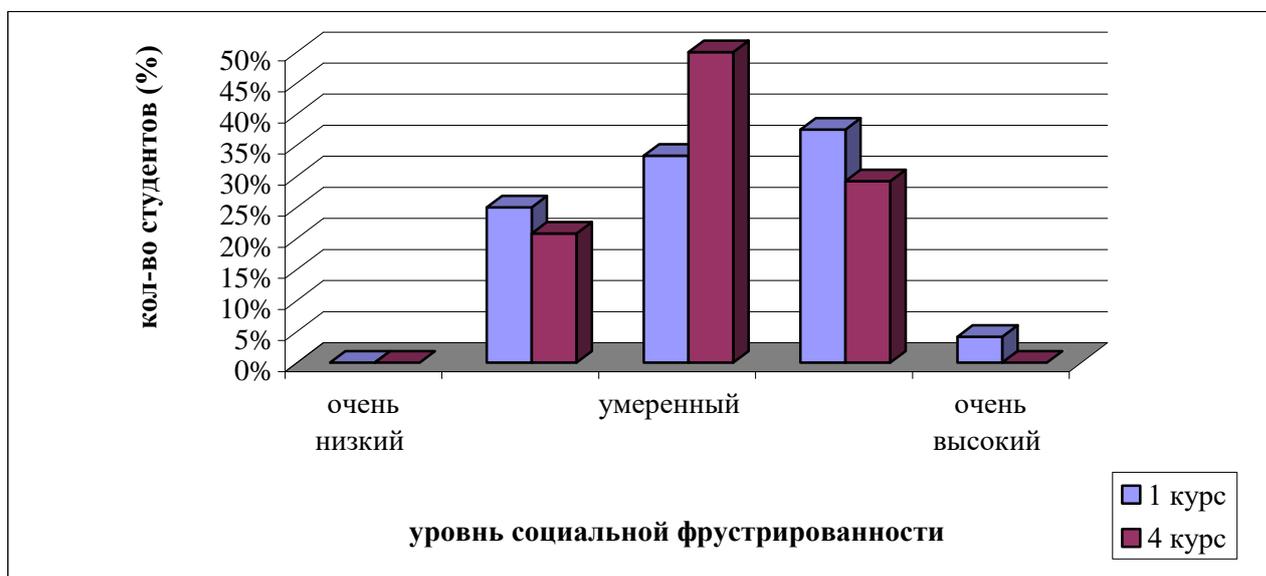


Рис.7. Уровень социальной фрустрированности иностранных студентов

Большинство иностранных студентов-первокурсников (37,5% мигрантов) повышенный уровень социальной фрустрированности, у которых неудовлетворенность социальными достижениями в основных аспектах жизнедеятельности несколько повышена. Далее в группе студентов 1 курса обучения представлен умеренный уровень социальной фрустрированности (33,3% студентов), которые в умеренной степени удовлетворены социальными достижениями в основных аспектах жизнедеятельности. Пониженный уровень социальной фрустрированности имеют 25% студентов. 4,2% студентов – первокурсников имеют очень высокий уровень социальной фрустрированности. Не выявлен очень низкий уровень социальной фрустрированности.

Иностранные студенты, обучающиеся имеют в большинстве умеренный уровень социальной фрустрированности (50% студентов), Повышенную неудовлетворенность социальными достижениями в основных аспектах жизнедеятельности имеют 29,2% иностранных студента 4 курса обучения. Удовлетворены своими социальными достижениями 20,8% студентов, обучающихся на последнем курсе обучения. У 30% мигрантов выявлен умеренный уровень социальной фрустрированности. Очень высокий и очень низкий уровни в данной группе иностранных студентов не выявлены.

Проведение сравнительного анализа социальной фрустрированности иностранных студентов в зависимости от курса обучения, позволяет сделать следующие выводы: студенты 1 курса обучения, имеют более высокий уровень социальной фрустрированности, чем студенты 4 курса обучения (умеренный уровень 50%, повышенный уровень имеют 25%).

Коммуникативная характеристика социально-психологической адаптации иностранных студентов представлена стилем поведения в конфликтных ситуациях.

Основные результаты стиля конфликтного поведения представлены в таблице 5.

Стили поведения в конфликте иностранных студентов

Стиль поведения в конфликте	студенты 1 курса	студенты 4 курса
Приспособление	12,5%	-
Соперничество	29,2%	20,8%
Компромисс	29,2%	33,3%
Сотрудничество	25,0%	41,7%
Избегание	4,1%	4,1%

Наглядно стили поведения иностранных студентов в конфликтных и противоречивых ситуациях представлены на рис. 8.

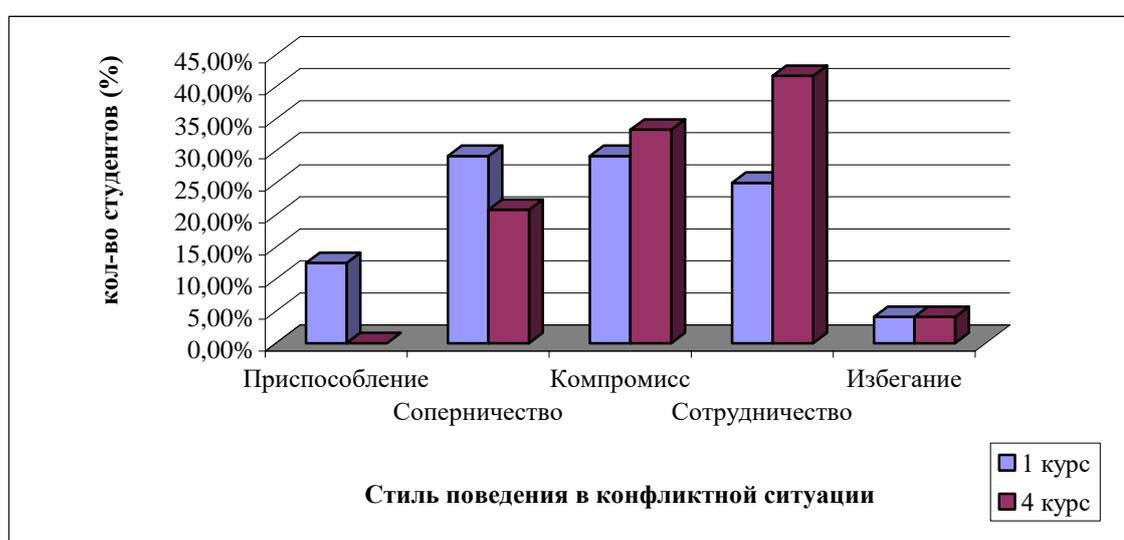


Рис.8. Стили поведения в конфликте иностранных студентов

В результате исследования были получены следующие показатели поведения в противоречивых ситуациях иностранных студентов

– 41,7% студентов 4 курса и 25% студентов 1 курса стремятся в конфликте к сотрудничеству, но не забывают о своих интересах, при этом учитывают и интересы другой стороны. Для разрешения конфликта данные иностранные студенты прибегают сами и стимулируют других людей к поиску истинных причин разногласий, выяснению целей всех участников конфликта, совместной выработке решения, удовлетворяющего всех.

– 29,2% студентов 1 курса и 20,8% студентов 4 курса обучения подростков используют стиль конкуренции (соперничества): он активен, целеустремлен, предпочитает разрешать конфликты собственными силами. Не стремится к сотрудничеству и диалогу с окружающими, не учитывает их

интересы. На первом месте для него – собственные цели. Используя волевые качества, он принуждает других принимать необходимые для него решения.

– В качестве компромисса как стиля взаимодействия используют 33,3% студентов 4 курса и 29,2% студентов 1 курса обучения. Данная группа студентов готова в некоторой степени поступиться собственными интересами, если другая сторона, участвующая в конфликте, идет на то же. Для достижения компромисса обе стороны прибегают к взаимным уступкам, но стараются не жертвовать главным. Ведется торг, взаимный обмен. В результате достигается временное соглашение, но причины конфликта не устраняются, обе стороны остаются недовольными принятым общим решением.

– В меньшей степени представлены такой тип поведения как приспособление (12,5% студентов 1 курса, на 4 курсе не выявлено).

– Стиль избегания используют 4,1% иностранных студентов обеих группах.

Таким образом, исследования стиля поведения в конфликтных (противоречивых) ситуациях иностранных студентов 1 курса обучения свидетельствует, что в их поведении доминируют соперничество и компромисс, а в группе студентов 4 курса обучения - сотрудничество и компромисс.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что иностранные студенты ведут себя по-разному в каждой конфликтной ситуации и не имеют ярко выраженных типов поведения. Кто-то стремится к лидерству, кто-то готов идти на уступки, и склонен к компромиссу, а кто-то вовсе старается избегать конфликтов. Однако при проведении исследования обозначились тенденции стиля поведения иностранных студентов в конфликте: первокурсники в большей степени ориентированы на соперничество и компромисс, а по окончании вуза студенты в большей степени ориентируются на сотрудничество и компромисс.

Рассмотрим статистически значимые различия показателей социально-психологической адаптации иностранных студентов.

Таблица 6

Значимые различия показателей социально-психологической адаптации иностранных студентов 1 и 4 курсов обучения

показатели	U –критерий Манна-Уитни	Достоверность различий
Методика МЛЮ «Адаптивность»		
поведенческая регуляция	358	$p > 0,05$
коммуникативный потенциал	250,5	$p > 0,05$
моральная нормативность	180	$p \leq 0,05$
лично-адаптационный потенциал	220	$p > 0,05$
астенические реакции и состояния	236	$p > 0,05$
психотические реакции и состояния	380	$p > 0,05$
дезадаптационные нарушения	240	$p > 0,05$
Методика социальной фрустрированности Л.И. Вассермана в модификации В.В. Бойко.		
Социальная фрустрированность	200	$p \leq 0,05$
Тест стратегий поведения в конфликте Томаса		
Приспособление	263	$p > 0,05$
Соперничество	308	$p > 0,05$
Компромисс	296	$p > 0,05$
Сотрудничество	198	$p \leq 0,05$
Избегание	300	$p > 0,05$
Критические значения Укр.: $p \leq 0,01 = 174$ $p \leq 0,05 = 207$		

Анализ значимости различий по показателям социально-психологической адаптации иностранных студентов позволил получить данные о статистически достоверных различиях между студентами 1 и 4 курсов обучения по показателям:

- моральная нормативность на уровне $p \leq 0,05$;
- социальная фрустрированность на уровне $p \leq 0,05$;
- стратегии поведения в конфликте на уровне $p \leq 0,05$.

Таким образом, иностранные студенты 4 курса обучения в большей степени удовлетворены достижениями в основных аспектах жизнедеятельности.

Иностранные студенты 4 курса обучения в более адекватно оценивают свою роль в коллективе и ориентированы на соблюдение общепринятых норм поведения в сравнении со студентами 1 курса обучения.

На последнем курсе студенты в большей степени используют стратегию сотрудничества, чем студенты на 1 курсе обучения.

2.3. Методические рекомендации по сопровождению социально-психологической адаптации иностранных студентов

При разработке методических рекомендаций использовался теоретический и практический материал таких авторов, как: Н.В. Вострокнутова, М. Кипнис, СИ. Макшанов, М.Смит, М.К. Тутушкина и др. Групповая работа была направлена на решение следующих задач:

1. Коррекция отношения к «Я» (к себе):
 - формирование адекватной самооценки;
 - приобретение уверенности в себе, создание и принятие внутреннего «Я»;
 - выработка навыков предотвращения и разрешения внутриличностных конфликтов;
 - обучение адекватным способам реагирования в проблемных и стрессовых ситуациях;
 - укрепление уверенности в собственных возможностях;
 - обучение приемам саморегуляции психического состояния.
2. Коррекция отношения к реальностям (к жизни):
 - приобретение навыков выбора и принятия решений, укрепление волевых качеств;
 - достижение способности к эмпатии, к пониманию переживаний, состояний и интересов друг друга;

– формирование позитивной установки на отношение к окружающим миру.

Общая структура занятий включает в себя следующие разделы;

– ритуал приветствия (позволяет спланировать участников группы, создавать атмосферу группового доверия и принятия);

– разминку (настраивает на продуктивную групповую деятельность, позволяет установить контакт, активизировать членов группы, поднять настроение, снять эмоциональное возбуждение);

– основное содержание занятия (представляет совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на формирование самооценки и повышение адаптационных возможностей студента, развитие социальных навыков, установление благоприятных взаимоотношений между членами группы);

– рефлексию прошедшего занятия (предполагает обмен мнениями и чувствами о проведенном занятии: понравилось - не понравилось, что показалось важным и т.д.);

– ритуал прощания (способствует завершению занятия и укреплению чувства единства в группе).

При построении каждого занятия учитывался факт, что процесс психологической адаптации вынужденных студентов-мигрантов характеризуется высокой стрессогенностью и нарушением психофизического и эмоционального здоровья в форме негативных реакций, состояния фрустрированности, обособления себя, переживания депрессии. Для реакции адаптивных систем требуется значительная энергия. Развивающийся метаболический дисбаланс, в случае затяжного стресса, может быть восполнен только дополнительными мерами помощи организму, то есть посредством перехода на гетеростатическую модель жизнедеятельности, предполагающую процесс сохранения постоянства внутренней среды организма за счет дополнительных средств самоуправления.

Содержание типов психологических тренингов:

1. Психоэмоциональный тип.

Цель: Создание позитивных установок

Методы и приемы: Методы осознанного самовнушения, медитативное погружение и интроспекция сферы бессознательного, разрешение внутриличностных конфликтов.

2. Психосоциальный тип.

Цель: формирование навыков социального взаимодействия.

Методы и приемы: тренинг гибкого общения. приемов недирективного влияния, обеспечения социальной поддержки; бесконфликтного поведения. Использование техники безопасности и оптимального разрешения межличностного конфликта.

– Психодиагностика уровня развития личности: «Самопрезентация», «Список презентаций», «Я -концепция». «Слежка», «Новый Я»

– Самоанализ – инструмент изменений: «Переключатели», «Маски», «Найди себя», «Рисование себя», «20 Я».

– Анализ жизненных целей и потребностей личности: Определение личностного плана», «Планирование», «Идеальная модель», «Вина»

– Диагностика и развитие ценностно-мотивационной сферы: «Круг субличностей». «Какой Я?», «Мои сильные стороны», «Интервью», «Враги», «Уверенность в себе», «Моя индивидуальность», «Без маски», «Зеркало».

– Психология внутреннего конфликта «Паши вопросы», «Место, где я прекрасно себя чувствую», «Никто не знает», «Хорошо или плохо быть агрессивным», «Великий мастер»

– Рефлексивная культура как механизм личностного развития: «Пересядьте все те, кто.,», «Прошлое -настоящее -будущее», «Твоя жизнь», «Мои достижения», «Старые фотографии».

– Психотренинг эмпатии, сензитивности, обратной связи: «Я знаю, что тебе приснилось», «Мой портрет глазами группы», «Дискуссия о ролях друг друга»

– Человек и социум: «Листок за спиной», «Прорвись в круг», «Доверяющее падение», «Я и мой мир вокруг меня», «Что такое юноша? Что такое девушка», «Национальный стереотип», «Волшебная рука», «Тень», «Нас с тобой объединяет»

- Стратегия позитивного мышления: Танец «Распускающийся бутон», «Кино», «Закончи предложения», «Волшебный стул», «Качества», «Ресурсы», «Планирование будущего», «Рисунок - подарок», «Я желаю всем...»

Уникальность системы психокоррекционных тренингов обеспечивается не столько содержанием упражнений, сколько их подбором, комбинацией, на наш взгляд, оптимально влияющей на все составляющие индивидуальности личности. Кроме того, упор целенаправленного формирования самооценки как механизма социально-психологической адаптации студентов-мигрантов мы делали на те компоненты, которые имеют наименьший уровень развития, а именно на потребность в достижениях, адекватность, самоконтроль, эмоциональная напряженность. Используемые типы тренингов предполагают работу с «внутренними ресурсами», личностный рост, объем и характер знаний относительно «Я», а также развитие навыков адекватного взаимодействия, развитие самоконтроля, снятия напряженности, самовыражение.

Продолжительность каждого психокоррекционного занятия составляет в среднем 2 часа. Занятия проводить 1-2 раза в неделю.

Предложенная система психокоррекционных тренингов явилась практической частью разработанного нами в рамках национально-регионального компонента спецкурса «Новое открытие Я», предназначенного для работы со студентами-первокурсниками.

Данный учебно-методический комплекс включает: программу курса по выбору «Новое открытие Я», рабочую тетрадь студента «Новое открытие Я» и психологический практикум «Новое открытие Я». Изучение тем поможет студенту-первокурснику адаптироваться к новому социуму вуза, разобраться

с переменами, противоречиями и проблемами ранней юности, которые присущи многим в данный возрастной «кризис». Кроме того, поможет сформировать положительную «Я-концепцию», т.е. открыть собственное Я, с его богатым и сложным внутренним миром. Большое значение имеет данный спецкурс в формировании адекватной самооценки, Он поможет сравнить и осознать Я-реальное с Я-идеальным в различных аспектах Я-образа. Исходя из этого, целью спецкурса является обеспечение теоретической и практической подготовки студентов-мигрантов первого курса к предстоящей учебной деятельности в вузе. Универсальность спецкурса объясняется тем, что использовать его можно на всех специальностях, а также для студентов университетского профиля, так как с психологическими проблемами самоопределения и познания своего внутреннего и окружающего социума сталкивается каждый человек.

Для самостоятельной деятельности и самоконтроля знаний студентов, разработана и апробирована рабочая тетрадь студента «Новое открытие Я», использование которой может осуществляться не только в рамках регионального компонента государственного стандарта, но и как дополнение к содержанию федерального компонента. Структура «Рабочей тетради» позволяет последовательно выполнять задания нарастающей трудности по конкретной теме, входящей в программу курса по выбору «Новое открытие Я».

Большинство заданий построено таким образом, чтобы способствовали развитию мышления студента и стимулировать их не только к личному самоопределению, но и к творческому поиску.

«Рабочая тетрадь» содержит задания различного уровня сложности, выполнение которых способствует детальному и углубленному изучению раздела: психологические задачи; ситуационные задачи; вопросы, соответствующие рассматриваемой тематике; психологические упражнения; выбор правильного ответа из предложенного варианта и др. Пособие содержит цитаты, выдержки из различных классических, философских и

психологических произведений, что способствует повышению не только психологического уровня студента, но и общекультурного. Для реализации индивидуального и дифференцированного подходов в обучении разработаны дополнительные задания, имеющие повышенную сложности, предназначенные для тех, кто достаточно свободно владеет материалом, так как они сформулированы как творческие (при их решении студентам необходимо искать дополнительную информацию, осуществлять эвристический поиск). Эти задания могут выполняться либо по желанию студента, либо по заданию педагога, считающего, что способности и уровень знаний студента соответствуют уровню предлагаемого задания.

Таким образом, учебно-методический комплекс «Новое открытие Я» явилась эффективным дополнением системы психокоррекционных тренингов и позволила разрешить основные проблемные сферы жизнедеятельности студентов-мигрантов, а также повысить их уровень самооценки и адаптационных возможностей личности. Все это стало возможным благодаря ряду методов, техник и технологий, касающихся экологии психологической сферы человека, направленных на развитие основных показателей самооценки и социально-психологической адаптации, которые представлены в таких уровнях воздействия, как личностный, социальный, когнитивный, аффективный (психофизиологический и психоэмоциональный), поведенческий.

Для дальнейшего развития личности иностранного студента высшей школы, нами разработана программа курса по выбору «Психологическая культура профессионала» для студентов старших курсов, Разработанный спецкурс предлагает изучение психологических основ профессиональной деятельности, а также основ развития профессионала как личности и его культуры. Понятие «психологическая культура» рассматривается как работа по формированию отдельных качеств: создание собственного психологического комфорта, рефлексия, самооценка, профессиональное и психологическое самоопределение, саморазвитие, что является

составляющим аутопсихологической компетентности самоорганизации профессиональной жизнедеятельности.

Основные задачи:

1. Изучение теоретических основ психологической культуры личности.
2. Овладение методами и приемами развития психологической культуры, профессионального мастерства специалистов технических специальностей.
3. Повышение уровня аутопсихологической компетентности.
4. Развитие субъективной способности определять профессионально-личностную траекторию саморазвития.

Разрешив поставленные задачи, студенты могут: выработать личностную модель «Я – личность»; овладеть психологическими способами разрешения и предупреждения межличностных и внутриличностных конфликтов; регулировать деловое общение с помощью этикета; владеть манипулятивными технологиями в деловом общении; управлять своим эмоциональным состоянием посредством индивидуальной тактики стрессоустойчивого поведения; выработать успешные стратегии построения профессионально-личностной карьеры что, несомненно, способствует полноценному развитию личности иностранного студента в среде вуза [40].

Инструментарием практической реализации спецкурса «Психологическая культура профессионала» явились психотренинги и упражнения по саморазвитию личности, направленные:

- на овладение техникой самопознания и методиками диагностики личностных и профессиональных качеств («Самопрезентация», «Список претензий», «Новый Я»);
- на формирование уверенности в достижении поставленных целей, овладение методикой личностных жизненных планов («Планирование», «Идеальная модель», «Определение личностного плана»);

– на исследование индивидуальных жизненных ориентации, рефлексия и коррекция жизненных и профессиональных ценностей, развитие мотивации успеха («Взгляд из будущего», «Круг субличностей»);

– на выявление сильных сторон личности, развитие умения опираться на них, формирование положительной самооценки («Тренинг уверенности в себе», «Ракурс», «Сильные стороны», «Враги»);

– на выявление творческого потенциала, овладение техникой творческого самочувствия («Без маски», «Влияние на действительность», «Незаконченные предложения»);

– на развитие эмоциональной устойчивости к стрессам, решительности, настойчивости («Осознание жизненных кризисов», «Отрицательные эмоции» и др.);

– на развитие эффективной коммуникации («Сила слова», «Проект», «Взаимопонимание» и др.).

В результате проведенной работы, спецкурс помог студентам не только освоить психологические основы профессиональной деятельности, но и решить ряд проблем индивидуально-личностного характера: дезадаптация к социуму вуза, низкая самооценка, коммуникативные проблемы и т.д. Наиболее эффективными средствами в изучении спецкурса «Психологическая культура профессионала» явились групповая и индивидуальная работа, предполагающая использование технологий ресурсосбережения оптимизации эмоциональной устойчивости, а также технологии игромоделирования, психоконсультирования и развития аутопсихологической компетентности.

Таким образом, целенаправленная работа со студентами-мигрантами выступала как система психолого-педагогических средств, включающих в себя различные формы, методы и приемы помощи личности в ее саморазвитии и самоактуализации. Определяющими в их подборе явились принципы лично развивающего образования, основанного на гуманистических идеях и реализующегося в субъект-субъектном

взаимодействии участников образовательного процесса. Кроме того, работа по психолого-педагогической поддержке студентов может осуществляться на учебных занятиях и в воспитательном процессе, при условии организации субъект-субъектного взаимодействия и выборе методов обучения и воспитания с позиций проблемно-исследовательского подхода. Решающая роль в организации подобного взаимодействия отводится преподавателю, работающему с иностранными студентами.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2

1. У студентов 4 курса обучения показатели поведенческой регуляции выше, чем у студентов 1 курса обучения, т.е. выпускники более адекватно воспринимают действительность учебно-профессиональной деятельности в вузе.

По показателю коммуникативного потенциала иностранные студенты разных курсов обучения практически не отличаются. Иностранные студенты имеют средний и высокий уровни коммуникативных способностей, способны устанавливать контакты с окружающими, не конфликтны.

На последнем курсе обучения иностранные студенты более адекватно оценивают свою роль в коллективе и ориентированы на соблюдение общепринятых норм поведения.

Личностный потенциал иностранных студентов 1 курса характеризуется следующими показателями: в равной мере представлен высокий и средний уровни.

Таким образом, проведенное исследование позволяет сделать вывод, что личностно-адаптационный потенциал иностранных студентов является схожим, независимо от длительности обучения в вузе.

2. Астенические реакции и состояния в большей степени выражены в группе иностранных студентов 1 курса обучения. Психотические реакции и состояния в большей степени представлены у иностранных студентов 4 курса обучения.

Большинство иностранных студентов вне зависимости от курса обучения имеют умеренное нервно-психическое напряжение, импульсивные реакции, приступы неконтролируемого гнева не являются выраженными, отсутствует нарушение морально-нравственной ориентации и стремления соблюдать общепринятые нормы поведения, групповых и корпоративных требований, делинквентное поведение, чрезмерная агрессивность, озлобленность.

3. У 20,8% иностранных студентов вне зависимости от курса обучения выявлены признаки дезадаптационных нарушений и показана комплексная психологическая коррекция.

Выявлены незначительные дезадаптационные проявления и показана психологическая коррекция у большинства иностранных студентов вне зависимости от курса обучения

4. Иностранные студенты 1 курса обучения, имеют более высокий уровень социальной фрустрированности, чем студенты 4 курса обучения

5. Исследования стиля поведения в конфликтных (противоречивых) ситуациях иностранных студентов 1 курса обучения свидетельствует, что в их поведении доминируют соперничество и компромисс, а в группе студентов 4 курса обучения - сотрудничество и компромисс.

Содержание методических рекомендаций:

Групповая работа была направлена на решение следующих задач:

1. Коррекция отношения к «Я» (к себе):
2. Коррекция отношения к реальностям (к жизни):

Содержание типов психологических тренингов:

1. Психоэмоциональный тип.

Цель: Создание позитивных установок

Методы и приемы: Методы осознанного самовнушения, медитативное погружение и интроспекция сферы бессознательного, разрешение внутриличностных конфликтов.

2. Психосоциальный тип.

Цель: формирование навыков социального взаимодействия.

Методы и приемы: тренинг гибкого общения. приемов недирективного влияния, обеспечения социальной поддержки; бесконфликтного поведения. Использование техники безопасности и оптимального разрешения межличностного конфликта.

Предложенная система психокоррекционных тренингов явилась практической частью разработанного нами в рамках национально-

регионального компонента спецкурса «Новое открытие Я», предназначенного для работы со студентами-первокурсниками.

Данный учебно-методический комплекс включает: программу курса по выбору «Новое открытие Я», рабочую тетрадь студента «Новое открытие Я» и психологический практикум «Новое открытие Я».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проанализировав теоретические и эмпирические исследования по проблеме социально-психологической адаптации личности иностранных студентов и опираясь на труды Ф.Б. Березина, Л.С. Выготского, В.Н. Гурова, Т.Д. Молодцовой, Д.В. Столяренко, Л.Филипса можно сделать следующие выводы:

Процесс социально-психологической адаптации протекает по-разному и зависит от степени рассогласования между индивидом и средой. Адаптация, с одной стороны, принятие и эффективный ответ на те социальные ожидания, с которыми встречается каждый в соответствии со своим возрастом и полом, например, посещение вуза и овладение учебными предметами или установление дружеских отношений со одноклассниками; с другой стороны, - гибкость и эффективность при встрече с новыми и потенциально опасными условиями, а также способность придавать событиям желательное для себя направление.

Представление о личности «студента-мигранта», предложенное Л.Ш. Байчаровой, Л. Божовичом, Д.В. Василенко, О.В. Гукаленко, И.С. Коном, В.И. Слободчиковым, С.Л. Рубинштейном, в понимании личности «иностранный студент» как студента-мигранта и его психологических особенностей. Студенты-мигранты - это особая категория учащихся людей, характерной чертой которой является необходимость адаптации к изменившимся условиям жизнедеятельности (социальным, этническим, культурным, материальным, бытовым, психологическим). Процесс адаптации нередко характеризуется глубоким стрессом, что приводит к срыву имеющейся у молодого человека положительной защиты [51]. Такой студент нуждается в помощи и поддержке окружающих. Исходя из этого, установлены психологические особенности студентов-мигрантов в контексте развития их возрастных и личностных новообразований (изменение личностных пространств, культурная дистанция, уровень зрелости личности, мотивы и ценностные ориентации, выраженность этнической «Я -

концепции», готовность к самоизменению, неадекватность самооценки и самоотношения).

Собственное эмпирическое исследование позволило получить следующие результаты:

Иностранные студенты 4 курса имеют уровень нервно-психической устойчивости и поведенческой регуляции выше, чем иностранные студенты 1 курса. Однако, иностранные студенты на последнем курсе, несмотря на лучшее восприятие условий вуза, имеют более низкий уровень коммуникативных способностей, в сравнении с группой иностранных студентов 1 курса обучения.

Равное количество иностранных студентов, вне зависимости от курса обучения неадекватно оценивают свое положение в коллективе студенческой группы, не стремятся соблюдать общепринятые нормы поведения

Большинство иностранных студентов вне зависимости от курса обучения имеют умеренное нервно-психическое напряжение, импульсивные реакции, приступы неконтролируемого гнева не являются выраженными, отсутствует нарушение морально-нравственной ориентации, студенты стремятся соблюдать общепринятые нормы поведения, групповые требования, отсутствует делинквентное поведение, агрессивность и озлобленность.

Личностно-адаптационный потенциал иностранных студентов является схожим, независимо от длительности обучения в вузе.

Стиль поведения иностранных студентов в конфликте: первокурсники в большей степени ориентированы на соперничество и компромисс, а по окончании вуза студенты в большей степени ориентируются на сотрудничество и компромисс.

Определены направления психологической поддержки студентов-мигрантов в условиях вуза заключающиеся в следующем: обеспечение каждому иностранному студенту индивидуальной траектории развития и обучения с учетом его психологических особенностей, способностей,

склонностей; создание условий для поддержки и защиты личности, её успешной адаптации в поликультурную среду путем развития у студентов адекватного понимания себя и умений корректировать самоотношение; осознание наличия в себе личностного потенциала, способного противостоять жизненным трудностям; содействие изменению ролевых характеристик и развитию навыков социального взаимодействия; формирование у студентов-мигрантов гуманистических ценностей.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Адаптация / Крысько В.Г. Словарь-справочник по социальной психологии. СПб.: Питер, 2013. С.7–8.
2. Александровский Ю.А. Состояния психической дезадаптации и их компенсация. М.: Изд-во «Наука», 1996. 272 с.
3. Алексеева Л.И. Психологические особенности межэтнического восприятия подростками друг друга: Автореф. дис.канд.психол.наук. М., 2004. 22 с.
4. Аливердиева И.А. Психологические характеристики адаптации студентов к учебной деятельности: Автореф. дис....канд.психол.наук. Л., 1992. 15 с.
5. Аллахвердянц Э. Психология межнационального общения и проблемы интернационального воспитания. Ашхабад: Знание, 1999. 24 с.
6. Аминов Н.А. Модели управления образованием и стили преподавания. // Вопросы психологии. 2014. №2. С.88–99.
7. Асеев В.Г. Теоретические аспекты проблемы адаптации// Адаптация учащихся и молодёжи к трудовой и учебной деятельности. Иркутск: 1986. 300с.
8. Бабанский М.Ю. Психологические особенности познания студентами- первокурсниками друг друга: Автореф. дис...канд. психол.наук. М., 1986. 27 с.
9. Балувев СИ. Механизмы адаптации. // Адаптация учащихся 9–10 классов и студентов к учебной и физической нагрузкам. М.: Изд-во МОПИ, 2007. С.10–17.
10. Белов А.Ф., Бяловский Ю.Ю. Психологические характеристики индивидуальных поведенческих тактик адаптации к дополнительному респираторному сопротивлению. / Психологический журнал. 1998. Т. 19. №2. С. 119–125.

11. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека.- СПб.: Речь, 2008. 270 с.
12. Бурлачук Л.Ф., Морозов СМ. Словарь-справочник по психодиагностике. – СПб.: ПитерКом, 2015. 528 с.
13. Васильева С. В. Адаптация студентов к вузам с различными условиями обучения.// Психолого-педагогические проблемы развития личности в современных условиях: психология и педагогика в обществен. практике. Сбор. научных трудов. – Спб., Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2000. 231с
14. Васильева СВ. Структурные и динамические особенности студенческого адаптационного синдрома: Автореф.дисс....канд.психол.наук - СПб., 2000. 25 с.
15. Витенберг Е.В. Социально-психологические факторы адаптации к социальным и культурным изменениям. Дис. канд. псих. наук. СПб, 1994. 300 с.
16. Волков Г.В., Оконская Н.Б. Адаптация и её уровни // Философия пограничных проблем науки, вып. VII. Пермь: Изд-во Перм. гос. унив., 1975. 134–142 с.
17. Гапонова С. А. Особенности адаптации студентов вузов в процессе обучения. / С.А. Гапонова //Психологический журнал. 1994. №3. С. 131–135.
18. Дерманова И.Б. Особенности психологической диагностики в исследовании адаптации студентов. Автореф. дис. канд. психол. наук. / И.Б. Дерманова. Л.1991. 15.
19. Зотова О.И., Кряжева И.К. Методы исследования социально-психологических аспектов адаптации личности. // Методология и методы социальной психологии. / Отв. ред. Шорохова Е.В. М.: Наука, 1997. С.173–189.
20. Каган В.Е. Психогенные формы школьной дезадаптации. // Вопросы психологии. 1994. №4 С.89–96.

21. Колызаева Н.Г. Формирование адаптивных характеристик личности у студентов на начальном периоде обучения.// Автореферат диссертации на соискание степени кандидата психологических наук - Л., 1989. 15с.
22. Кондрашева Л.В., Демина Л.Д. О методике изучения адаптации выпускников педвузов к педагогической деятельности. // Адаптация выпускников высшей школы к работе на селе. Барнаул: Изд-во Пед.об-ва РСФСР, 1991. С. 94–96.
23. Коржова Е.Ю. Психология адаптации педагогов к профессиональной деятельности. СПб.: Балтийская педагогическая академия, Ин-т психологии человека, 2016. 159с.
24. Кряжева И.К. Социально-психологические факторы адаптированности рабочего на производстве. // Прикладные проблемы социальной психологии. - М.: 2003. 295с.
25. Куликова О.В. Проблема адаптации иностранных студентов в процессе обучения в российском вузе. URL: <http://jurnal.org>
26. Лагереv В.В. Адаптация студентов к условиям обучения в техническом вузе и особенности организации учебно-воспитательного процесса с первокурсниками. // Содержание, формы и методы обучения в высшей школе. Выш. 3. М.: Изд-во НИИ ВШ, 1991. С.3–49.
27. Леонтьев А.Н. Деятельность, сознание, личность. – М:Академия, 2015. 304 с.
28. Милославова И.А. Адаптация как социально-психологическое явление. //Социальная психология и философия: Сб. науч. тр. Вып. 2. / Под.ред. Парыгина Б.Д. Л.: Изд-во ЛГПИ им. А.И.Герцена, 2003. 111–120с.
29. Налчаджян А.А. Социально-психологическая адаптация личности: формы, механизмы, стратегии.- Ереван: Изд-во АН Арм.ССР, 1988. 260 с.
30. Петровский А.В. Психология неадаптивной активности. - М.: Просвещение, 1982. 255 с.

31. Прохвятилов А.А., Шалыто А.Ю. Управление процессом адаптации работников в трудовом коллективе. // Психологическое обеспечение социального развития человека. / Под ред. Крылова А.А. СПб.: Траст-пресс. - 2008. 150 с.
32. Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы / Рос. акад. наук, Ин-т психологии ; отв. ред.: Л. Г. Дикая, А. Л. Журавлев. - Москва : Институт психологии РАН, 2007. 622 с
33. Психология национальной нетерпимости: хрестоматия / Сост. Ю.В. Чернявская. Мн. 1998. 360 с.
34. Ронгинская Т.И. Изменение системы личностных характеристик в процессе адаптации студентов.// Автореферат диссертации на соискание степени кандидата психологических наук. - Л., 1987. 16с.
35. Руденеский Е.В. Кризис психологических механизмов адаптации личности и проблемы педагогического общения. / Е.В. Руденеский // Мир психологии. 1998. №3. С. 189–196.
36. Свиридов Н.А. Социальная адаптация в трудовом коллективе. - Спб., 2004.С 289.
37. Симарам К.С. Основы межкультурной коммуникации. / К.С. Симарам, Р.Т. Когделл // Человек. 1993. №2. С. 51-64; №3. С.61–68; №4 С.106–115.
38. Слободчиков В.И. Образовательная среда: реализация образования в пространстве культуры / В.И. Слободчиков // Новые ценности образования: Культурные модели школ. М.: Инноватор - Ven-Net college, 1997. Вып. 7. С. 177–184.
39. Степанова Г.С. Этническое самосознание студентов педагогического вуза и его регулирование в учебной деятельности. Автореф. Дисс.канд.псих.наук. / Г.С. Степанова. Калуга. 1999. 21 с.
40. Стефаненко Т.Г. Социальные стереотипы в социальном контексте. // Общение и оптимизация совместной деятельности. - М., 2007. 222с
Степанова Г.С. Этническое самосознание студентов педагогического вуза и

его регулирование в учебной деятельности: Автореф. дисс.канд.психол.на). - Воронеж, 2013. 21 с.

41. Терещенко А.Г. Изменение особенностей психических процессов у студентов в связи с адаптацией к учебной деятельности. // Адаптация учащихся и молодежи к трудовой и учебной деятельности. Межвузовский сборник научных трудов. - Иркутск: ИГПИ, 2016. С. 86–103.

42. Фрейд З. Массовая психология и анализ человеческого «Я» // З. Фрейд. По ту сторону принципа удовольствия. М., 1992. С. 256 – 324

43. Хорни К. Наши внутренние конфликты. Конструктивная теория невроза. СПб: Лань, 1997. 240с.

44. Хухлаева О.В. Психология развития: молодость, зрелость, старость. - М., 2002. 216 с.

45. Цахаева А.А. Развитие адаптивного поведения в образовательном этнопространстве. - Дисс. канд. психол. наук. - Ставрополь 2012. 310 с.

46. Шаповалов В.К. Этнокультурная направленность российского образования. М.: АСТ, 2015. 175 с.

47. Шапкин С.А., Дикая Л.Г. Деятельность в особых условиях: компонентный анализ структуры и стратегий адаптации. Психологический журнал 2014. Т. 6. №8. С. 69–43.

48. Щепкина Е. Что мешает студенту учиться // Высшее образование в России. 2007. №4. С.68–70.

49. Эльконин Д.Б. Психология развития. М., 2005. 144 с.

50. Эриксон Э. Детство и общество. - Обнинск, 1993. 216 с.

51. Юпитов А.В. Проблематика и особенности психологического консультирования в вузе // Вопросы психологии. 1995. № 4. С. 49 –55.

52. Юсупов Н.М. Психология взаимопонимания. Казнь, 1991. 311 с.

53. Яницкий М.С. Основные психологические механизмы адаптации студентов к учебной деятельности. Дис. канд. психол. наук. - Кемерово, 1995. 190 с.

54. Янушкевич Ф. Технологии обучения в системе высшего образования. М.: Знание, 1994. 460 с.

55. L. Philips, Human adaptation and his failures. Academic Press, N-Y& London, 1998.

56. J.B. Rotter Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. Psychol. Monogr., 2006, v.80, N 1 (Whole N 609)

57. Park R.E. Human migration and the marginal man // Amerikan Journal of Sociology. Chicago, 1998. Vol. 33. № 6. P. 881-893.