

Особенности психологического сопровождения иностранных студентов в период адаптации к учебе в высшем учебном заведении (на примере ПГУ)

Образование можно сравнить с зеркалом, только зеркалом социальных процессов. В нем отражаются все процессы, происходящие в мире: экономические, геополитические, социальные. Глобализация, высокая миграция, мобильность населения также находят свое отражение в образовательном процессе. Возможность получения образования за рубежом сегодня является доступной и актуальной.

Российские вузы, отвечая требованиям современного высшего образования, активно интегрируются в мировое образовательное сообщество. В последние годы появилось множество программ двойного диплома, студенческого обмена. В результате, число иностранных студентов, обучающихся в российских вузах, постоянно растет.

Иностранные студенты, попадая в другую страну, в иную образовательную среду, встречаются с новыми условиями жизни и обучения. Они сталкиваются с разного рода психологическими, социальными, нравственными, религиозными барьерами, проходят социокультурную адаптацию. Это сложный многоплановый процесс взаимодействия личности и новой социокультурной среды, направленный, прежде всего, на осознание и принятие изменившейся внешней среды, повышение психологического комфорта.

Вопросам изучения адаптации посвящено много работ, как в психологии, так и в социологии. Адаптацию изучают на всех уровнях взаимодействия людей.

В рамках данной статьи нам интересны подходы к адаптации к высшему учебному заведению и, конечно, адаптации иностранных студентов.

Стоит отметить тот факт, что процесс адаптации включает в себя несколько этапов, сложности могут возникнуть на каждом из них, но адаптация иностранных студентов осложняется еще рядом факторов, напрямую не связанных с психологией, но, безусловно, оказывающих влияние на комфорт личности в целом. К данным факторам можно отнести

культурные и религиозные различия, климатические особенности, отсутствие близких людей рядом, языковой барьер и даже различия в пище [1]. Отдельно эти факторы могут не оказать существенного влияния, но оказываясь в комбинации, способны привести личность к переживанию стресса и даже депрессии. Такие студенты начинают отказываться от участия в учебном процессе, перестают общаться с представителями других национальностей, испытывают сложности в бытовых процессах.

Поэтому важность понимания всей серьезности проблемы и грамотная комплексная профилактическая работа являются ключевыми на этапе адаптации иностранных студентов

Успешность адаптации во многом определяют личностные характеристики студентов и в то же время сама адаптация является мощным стимулом для их развития [5; 7; 8].

От того, как проходит адаптация, зависит субъективное благополучие личности. А.А. Реан выделяет два критерия адаптированности – внешний и внутренний. Внешний критерий – это приспособление, т.е. достижение желательного соответствия требованиям среды. Внутренний критерий является отражением чувства удовлетворенности личности, отсутствия напряжения и тревоги. Когда внешний и внутренний критерии согласованы, и происходит процесс адаптации [4].

Социокультурная адаптация подразумевает процесс взаимодействия личности иностранного студента и новой социокультурной среды, в ходе которого он, преодолевая этнические, религиозные, культурные и психологические барьеры, осваивает нормы поведения, культуру другой страны [2].

На данный момент сохраняется проблема отсутствия единой концепции социально-психологической адаптации. В большинстве случаев под ней понимают личностную адаптацию, т.е. адаптацию личности к социальным проблемным ситуациям, привыкание индивида к новым условиям внешней среды с затратой определенных сил, двухстороннее привыкание личности и среды. Ключевыми показателями адаптированности являются положительные эмоции в отношениях с окружающими, хорошее самочувствие и ощущение эмоционального спокойствия [6].

В отечественной литературе адаптация рассматривается как многоуровневый, динамичный процесс, имеющий свою структуру, последовательность и особенности протекания, связанные с определенной перестройкой личности в рамках включения в новые социальные роли [4]. По мнению И.В. Ширяевой адаптация иностранных студентов включает в себя формирование устойчивой системы отношений ко всем компонентам педагогической системы и в результате обеспечивает сбалансированное поведение, которое способствует достижению целей образовательного процесса. Трудности адаптации иностранных студентов имеют допол-

нительные осложнения, прежде всего языковой барьер, который не дает возможности усваивать учебный материал в полной мере и, безусловно, создает дополнительные трудности личностного характера. Студенты могут начать испытывать тревожность, замкнутость, стеснительность, т.к. уровень языка не позволяет им участвовать в дискуссиях, обсуждениях, не дает возможности правильно формулировать ответы на занятиях [4].

В зарубежной литературе проблемы адаптации иностранных студентов рассматриваются в контексте индивидуального проживания процесса включения представителя иной страны в новую для него среду. Приоритетными задачами изучения зарубежных исследователей являются общие (определение своего места в жизни, реализация своего потенциала и т.д.) и специфические проблемы иностранных студентов (использование накопленного опыта по возвращении на родину и др.) [3].

Интерес к социально-психологическим проблемам учебной группы вполне оправдан, так как обучение иностранных студентов в условиях новой социальной среды, иной социопедагогической системе зависит от общения студентов с преподавателями и студентами в многонациональной учебной группе. Общение студента с представителями других стран и повседневная учебная деятельность оказывают существенное влияние на формирование его личности [3].

Отвечая современным тенденциям, нами была разработана программа психологического сопровождения иностранных студентов в период адаптации к учебе в высшем учебном заведении, на примере Пятигорского государственного университета.

Цель данной программы – расширение навыков межкультурного взаимодействия, создание позитивного эмоционального отношения участников к новой социальной среде.

Задачи:

1. Выявить психологические особенности социокультурной адаптации иностранных студентов.
2. Создать у иностранных студентов положительное представление о себе и новой образовательной среде.
3. Способствовать созданию атмосферы психологического комфорта иностранного студента в процессе обучения.
4. Содействовать благоприятному восприятию ситуаций межкультурного общения и взаимодействия.

Программа включает следующие этапы:

Анкетирование иностранных студентов.

Тренинг (3 занятия по 60 мин.)

Рефлексия полученных результатов.

Программа начала реализовываться с сентября 2016 г. с иностран-

ными студентами 3 к. Высшей школы словесности, европейских и восточных языков. В ходе проведения анкетирования и беседы были выявлены ряд сложностей, с которыми сталкиваются студенты в период адаптации к университету: языковой барьер, отличия в образовательной программе, смена климата и др. Также был выявлен ряд факторов, способствующих адаптации: учебная мотивация (желание выучить русский язык), возможность общения и проживания с представителями своей национальности, появления новых друзей.

Тренинговые упражнения были подобраны и адаптированы в соответствии с языковым уровнем участников и культурными особенностями. Этот момент представляется нам важным, так как без учета выше обозначенных нюансов, упражнения могли вызвать сопротивление и результат оказался бы негативным.

Проведение тренинговых занятий способствовало получению эмоциональной поддержки, расширению навыков саморегуляции, расширению представлений о своей личности, признании ее ценности, что, в целом, содействовало созданию у иностранных студентов благоприятного эмоционального фона обучения в университете, Участники также отметили важность неформального общения в рамках тренинговых занятий, получение возможности участия в активных, креативных занятиях.

Активная работа студентов, положительная эмоциональная динамика подтвердили важность и необходимость подобной работы.

В течение года планируется проведение еще нескольких занятий с иностранными студентами.

Успешная адаптация иностранных студентов к высшей школе предполагает достижение психологического баланса на всех уровнях жизнедеятельности. Здесь важна комплексная работа психологов, педагогов, администрации вузов, учет культурных, индивидуальных особенностей студентов. Именно такая работа позволяет добиваться положительных изменений, стабильности не только в личностном плане, но и в учебном процессе у иностранных студентов.

Библиографический список

1. Витковская М.И., Троцук И.В. Адаптация иностранных студентов к условиям жизни и учебы в России (на примере РУДН). URL: https://www.google.ru/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=3&ved=0ahUKewjvhvqojZTRAhUG6CwKHfQ2C9cQFggpMAI&url=http%3A%2F%2Fecsocman.hse.ru%2Fdata%2F772%2F223%2F1217%2FTrotsukx2c_Vitkovskaya.doc&usg=AFQjCNE7hKGhQhOJCjr0vtwZI70oXJ-B2w&bvm=bv.142059868,d.bGg&cad=rjt.
2. Грибанова В.В. Студенты из стран Северной Африки в вузах РФ: проблемы адаптации. М.: Педагогика. № 7. Сентябрь 2016. С. 47-53. URL: <https://dlib.eastview.com/browse/doc/47759250> (дата обращения: 24.12.2016).
3. Иванова М.А. Социально-психологическая адаптация иностранных студентов

к высшей школе России: дис. ... д-ра психол. наук. СПб., 2001. 353 с. URL: <http://www.dslib.net/soc-psixologia/socialno-psihologicheskaja-adaptacija-inostrannyh-studentov-k-vysshej-shkole-rossii.html> (дата обращения: 26.12.2016).

4. Перескокова Т.А., Соловьев В.П. О проблеме адаптированности студентов к образовательной среде вуза. М.: Alma Mater. № 7. Июль 2016. С. 46-52. URL: <https://dlib.eastview.com/browse/doc/46969441> (дата обращения: 26.12.2016).
5. Хребина С.В., Атарщикова А.Г. Развитие личности студента в процессе овладения иностранным языком: монография. Пятигорск: ПГЛУ, 2011.
6. Хребина С.В., Зверева Р.Г. Развитие мотивации достижения у студентов: монография. Пятигорск: ПГЛУ, 2010.
7. Хребина С.В., Прогожук Т.В. Реализация личностно-развивающего взаимодействия в вузе // Вестник ПГЛУ. 2011. № 4. С. 375-379.
8. Khrebina S.V., Shavkun N.S. Psychological conditions of formation of a success student personality in foreign language acquisition // Наука и общество. 2014. № 3. С. 192-204.