

Федотова Ксения Александровна

аспирант

Евдокимова Елена Валерьевна

канд. психол. наук, старший преподаватель

Ткаченко Ирина Валериевна

д-р психол. наук, профессор

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный

педагогический университет»

г. Армавир, Краснодарский край

ТЕХНОЛОГИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ В ПЕРИОД СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ В СРЕДЕ РОССИЙСКОГО ВУЗА

Аннотация: в статье рассматриваются проблемы, возникающие в процессе социальной адаптации иностранных студентов, и предлагаются технологии для решения данных проблем. Несмотря на часто меняющиеся условия в образовательной среде, перед российскими университетами стоит стратегическая задача – быть частью мирового образовательного пространства. Количество иностранных студентов – это один из важнейших показателей успешности вуза, а эффективная адаптация к учебному процессу – одна из приоритетных задач успешности обучения. Авторы раскрывают различные научные точки зрения на процесс адаптации и предлагают свою технологию работы с иностранными студентами, включающую диагностику, проведение социально-психологических тренингов, филологических и психологических тренажеров. По мнению авторов, приобщение к русской культуре, русскому искусству, будет способствовать успешной адаптации и социализации иностранных студентов в российских вузах.

Ключевые слова: иностранный студент, трудности, обучение, вуз, адаптация, технологии психологического сопровождения.

Когда иностранные студенты приезжают в Россию для обучения в университетах, они сталкиваются с рядом трудностей, в том числе и адаптации к условиям обучения. Однако, адаптация не просто процесс приспособления к новой среде, а сложный и динамичный процесс, включающий в себя широкий спектр социальных, психологических и биологических механизмов, а также регулирующих жизнедеятельность индивида.

Проблемы адаптации могут быть связаны с различными аспектами, включая продвижение контактов, преодоление языкового барьера, социальное самоосуществление и интеграцию в новое общество, а также выработку толерантного отношения к участникам межкультурной коммуникации и взаимодействия.

В этом контексте социальная адаптация может быть определена как приспособление индивидуального и группового поведения к системе правил и ценностей, действующих в обществе, классе или социальной группе, а также как результат процесса изменения социальных, социально-психологических и моральных отношений между людьми.

Первый этап социализации индивида – это социальная адаптация, которая относится к приспособлению индивида к социально-экономическим условиям, ролевым функциям, социальным нормам и группам, социальным организациям и институтам. Затем следует второй этап – интернализация, процесс интеграции норм и ценностей во внутренний мир индивида.

Важно понимать, что адаптация – это очень важный процесс, и он требует от индивида гибкости, терпимости и умения приспосабливаться к новым условиям. Однако, когда адаптация проходит успешно, это может привести к положительным результатам не только для студента, но и для всего межкультурного общества в целом.

Различные формы адаптации можно различать по степени открытости индивида для выбора взаимодействия:

а) дезадаптация – характеризуется недифференцированными целями и видами индивидуальной деятельности, узким кругом общения и решаемых проблем, неспособностью принять правила и ценности социальной среды;

б) пассивная адаптация – предполагает, что индивид принимает правила и ценности «быть как все» (цели и виды деятельности просты, круг общения и решаемых проблем несколько шире, чем при дезадаптации);

в) позитивная адаптация – способствует общему успеху социализации, индивид не только принимает нормы и ценности среды, но и строит на их основе свою деятельность и отношения с окружающими, полная самореализация является главной целью, а круг общения и интересов значительно шире.

С.А. Кугель и О.М. Никандрова выделяют основные этапы адаптации:

а) человек усвоил доминирующую в конкретном обществе систему ценностей и соответствующие правила поведения, но внутренне не признает их и действует в соответствии с ранее сложившимися взглядами, одновременно дезориентируясь в системе ценностей;

б) индивиды и группы взаимно осознают системы поведенческих норм друг друга, но не меняют своих прежних позиций. Эта стадия нестабильна, и в конце концов одна из них возьмёт верх;

в) индивид признает систему ценностных ориентаций и взглядов в окружающей среде, и в то же время группа признает и ценит определённые принципы и взгляды индивида;

г) индивид полностью или почти внутренне принимает новую ценностную ориентацию или установку, выражается в полной перестройке психологии и поведения [1].

В то же время учёные признают, что важной частью процесса адаптации является формирование и изменение социальных качеств субъекта под влиянием новой среды.

Каждый человек – это уникальное произведение культуры, установок и предрассудков. Он является частью множества социальных систем, которые оказывают на него системное влияние. Таким образом, он одновременно является и элементом социальной системы, и самостоятельной системой с сложной структурой [5].

Процесс адаптации иностранных студентов индивидуален для каждого из них. Некоторые быстро привыкают к новой обстановке, а другие не могут справиться с изменениями и рано возвращаются домой.

Иностранные студенты сталкиваются с проблемами, которых не испытывают российские студенты, такими как языковые барьеры, специфика диалекта преподавателя, терминология учебного предмета и трудности доступа к учебной информации на их родном языке.

Кроме того, национальная культура тоже является важным фактором в адаптации иностранных студентов. Они сталкиваются с трудностями в общении не только с соседями, но и со всей окружающей средой, которая может быть значительно отличаться от их родной. Это включает в себя проблемы с питанием, связанные с непривычной едой, затруднения при приготовлении блюд своей национальной кухни, а также различия в климатических условиях и излишнюю бюрократию.

Решение проблемы адаптации зависит от индивидуальных качеств иностранных студентов, а также от усилий учебных заведений. В настоящее время многие вузы предлагают курсы иностранных языков для преподавателей и предоставляют электронные ресурсы на различных языках, чтобы облегчить процесс адаптации студентов.

Социальная адаптация является важным процессом для иностранных студентов, так как только после ее окончания они смогут полноценно участвовать в учебном процессе, стать частью общества и получить максимально возможные знания, которые могут помочь им в будущей карьере.

При исследовании проблем, возникающих у иностранных студентов, которые стремятся приспособиться к новой социокультурной и образовательной среде, мы предлагаем некоторые интересные решения, которые смогут облегчить данный процесс [2].

Наш первый шаг – это создание разнообразия языковых обменов среди иностранных студентов, проживающих в общежитии. Для оптимальной адаптации, студентами из разных стран, которые говорят на разных языках, необходимо размещать в разных комнатах.

Второе решение базируется на опыте многих зарубежных университетов – разработать концепцию «кураторов» и назначить их группам студентов с иностранным происхождением. Таким образом, мы сможем помочь студентам преодолеть языковые барьеры и лучше адаптироваться к новому окружению, а также руководствовать им на пути к успеху.

Наконец, мы советуем расширить спектр дополнительных услуг для иностранных студентов, которые не непосредственно связаны с их обучением [5]. Такие меры могут включать организацию экскурсионных поездок, различных семинаров, культурных мероприятий и прочих развлечений, которые могут помочь студентам в адаптации, расширении социального круга и общении в новой среде.

Иными словами, применение данных мер позволит повысить эффективность образовательного процесса для иностранных студентов, которые хотят получить высшее образование в новой стране и успешно адаптироваться к жизни в ней. Специально организованное психологическое сопровождение развития коммуникативных способностей иностранных студентов будет способствовать успешной социальной адаптации. Приведем примеры некоторых технологий программы сопровождения [6].

Психологический и филологический тренажёр.

Цель: развитие устной русской речи, обучение свободному владению разговорной речью на русском языке, социальная адаптация на территории Российской Федерации иностранных студентов.

Психологический и филологический тренажер может быть организован с помощью кейс-метода или метода конкретных ситуаций.

Метод конкретных ситуаций (англ. case method, кейс-метод, метод кейсов, метод ситуационного анализа) – техника обучения, использующая описание реальных экономических, социальных и бизнес-ситуаций. Обучающиеся должны

исследовать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них.

Тематика кейсов.

1. Технологии эффективного общения:

- я в университете, Я в магазине, Я в кино;
- я и мои друзья;
- я на экскурсии;
- я и моя семья.

2. Индивидуальные консультации по русскому языку с иностранными студентами.

Цель занятий и консультаций: устранение индивидуальных проблем устной и письменной речи у иностранных студентов

3. Конкурс презентаций на русском языке.

Цель: отработка навыков владения устной разговорной речью, снятие психологических барьеров при публичном выступлении, социальная адаптация на территории Российской Федерации.

4. Интерактивные лекции в рамках темы «Русский язык – язык А.С. Пушкина, М.Ю. Лермонтова, Л.Н. Толстого ...».

Цель: ознакомление с жизнью и творчеством Великих русских писателей и поэтов.

Проведение интерактивных лекций иностранными студентами предполагает включение творческих заданий, связанных с передачей и показом характерного образа того или иного персонажа из изучаемого литературного произведения, передачи диалога героев произведения или наиболее понравившегося фрагмента сюжета, разыгрывание сюжета басни или каких-либо мизансцен. В ходе последующих лекций студенты показывают свои творческие задания, в дружественной обстановке идёт обсуждение показанных и озвученных фрагментов этих заданий.

5. Выставка «Знакомство с русской живописью».

Цель мероприятия: знакомство с изобразительным искусством русских живописцев, их творчеством, с традиционными ценностями русской культуры,

направленными на воспитание чувства уважения к русскому искусству, уважения и эмпатии к русскому народу. Для участников проекта будет прочитана лекция на тему «Русская живопись как отражение духовной жизни русского народа».

6. Социально-психологический тренинг для иностранных студентов «Пойми меня».

Цель тренинга: психологическое сопровождение развитие коммуникативных способностей, коммуникативных умений; формирование коммуникативных компетенций на русском языке при очном и дистанционном (онлайн) взаимодействии с собеседником.

7. Индивидуальные психологические консультации с иностранными студентами.

Цель консультаций: разрешение индивидуально-психологических проблем у иностранных студентов.

Будет осуществляться психологическое сопровождение иностранных студентов. Сопровождение психолога будет направлено на проработку личных «блоков» у студентов, вызывающих коммуникативную негативную установку.

Решив проблемы, обеспечивающие адаптацию, учебные процессы смогут более эффективно решать задачи по их подготовке и обучению. Очевидно, что адаптация иностранных студентов к российскому образовательному пространству – длительный и сложный процесс. Не следует забывать, что на принимающую сторону возлагается важная задача по оптимизации жизни и обучения иностранных студентов, которым предстоит пройти сложный процесс адаптации к новой среде.

Мы считаем, что важность вопросов адаптации в российских вузах определяется задачей дальнейшего эффективного обучения иностранных студентов как будущих профессионалов. Поэтому для повышения конкурентоспособности российских вузов в процессе международного обучения иностранцев необходима положительная динамика в социальной адаптации иностранных студентов, как в процессе обучения, так и в процессе жизнедеятельности.

Список литературы

1. Асмолов А.Г. Психология личности / А.Г. Асмолов. – М.: Московский университет, 2018. – 367 с.
2. Витковская М.И. Адаптация иностранных студентов к условиям жизни и учебы в России / М.И. Витковская, И.В. Троцук // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Социология. – 2004. – № 1 (6–7). – С. 267–283. – EDN HRREJF
3. Янковский Л.В. Адаптация личности к новой социокультурной среде: тест / Л.В, Янковский.
4. Сонин В.А. Психодиагностическое познание профессиональной деятельности / В.А. Сонин. – 2019. – С. 75.
5. Иванова М.А. Социально-психологическая адаптация иностранных студентов первого года обучения в вузе / М.А. Иванова, Н.А. Титкова. – 2019. – С. 85.
6. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб.: Питер, 2018. – 352 с.
7. Платонов Ю.П. Основы этнической психологии / Ю.П. Платонов. – СПб., 2018. – С. 259.
8. Ткаченко И.В. Учебно-методические и воспитательные мероприятия психолого-педагогического сопровождения социальной адаптации и духовно-нравственного развития иностранных студентов в российских вузах / И.В. Ткаченко, Е.В. Евдокимова, Л.Г. Лисицкая [и др.].