

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ МЕЖКУЛЬТУРНОЙ АДАПТАЦИИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ

Рассматривается актуальность внедрения программ социально-психологического сопровождения межкультурной адаптации иностранных студентов. Описана логическая структура программы, ее концептуальная основа, методологические принципы, условия реализации, используемые методы. Разработан портрет иностранного студента, в качестве структурных компонентов которого выделены социальные и психологические особенности. Предложены и описаны направления работы в рамках реализации программ социально-психологического сопровождения межкультурной адаптации иностранных студентов.

Ключевые слова: адаптация, межкультурная адаптация, иностранные студенты, социально-психологическое сопровождение, социально-психологические особенности.

Одной из перспективных задач системы высшего образования нашей страны является подготовка иностранных студентов в качестве высококвалифицированных специалистов. Успешная реализация образовательного процесса в данном направлении может способствовать формированию позитивного имиджа нашей страны на международной арене, укреплению ее позиций в мировом образовательном пространстве, развитию межкультурного диалога [1].

В связи с этим актуальным становится разработка и реализация программ по социально-психологическому сопровождению адаптации иностранных студентов к новым социокультурным условиям с целью обеспечения успешного процесса их межкультурной адаптации в образовательной, профессиональной, личной, социально-бытовой сферах.

Иностранные студенты, приезжающие на учебу в нашу страну, должны адаптироваться к огромному количеству новых особенностей страны пребывания: условия обучения в вузе, жизнь в общежитии, погодные условия, новая пища, социальное окружение, отсутствие родственников, необходимость общения на другом языке и т. д. Проблемы, с которыми они сталкиваются, носят ярко выраженный национальный, этнический, культурный, социально-бытовой характер [2, 3]. Студентам, обучающимся в другой стране, необходима помощь в осуществлении коммуникации (особенно в тех случаях, если студент попадает в другую лингвистическую среду), в осмыслении культуры, традиций, понимании социокультурной среды [4, с. 171].

Решению проблем межкультурной адаптации иностранных студентов в российском вузе может способствовать социально-психологическое сопровождение иностранных студентов, которое представляет собой целостную организованную деятельность, в процессе которой создаются благоприятные условия для успешного функционирования сопровождаемого субъекта во всех сферах его жизнедеятельности [5, с. 11].

Термином «сопровождение» характеризуется взаимодействие всех субъектов образовательного процесса (обучающихся, преподавателей, психологов) или субъектов (структур) образовательного учреждения (методической или психологической службы). Само понятие «сопровождение» многогранно. Э. Ф. Зеер считает его целостным процессом изучения, формирования, развития и коррекции становления личности. В данном случае под сопровождением понимается помощь обучающемуся в формировании ориентационного поля развития и ответственности за свои действия. Приоритетом является внутренний потенциал обучающегося, а значит, он имеет право на самостоятельный выбор действия и несения за него ответственности [6, с. 191].

Социально-психологическое сопровождение иностранных студентов должно реализовываться в рамках гуманистического и личностно ориентированного подходов и основываться на психолого-педагогических технологиях, направленных на решение или предупреждение проблем, возникающих на данном этапе развития личности. Это наиболее оптимальный способ обеспечения условий для успешной межкультурной адаптации, позволяющий в индивидуальном и групповом порядке и социально приемлемым методом создать условия для сохранения культурной направляющей студентов как представителей своей страны, предоставить информацию о многообразии и самоценности разнообразных культур, помочь осознать необходимость толерантного отношения к другим культурам и наличие общечеловеческих ценностей [7, с. 12].

На современном этапе психологической науки различные аспекты процесса сопровождения иностранных студентов в условиях новой культурной среды рассматривают И. А. Мнацаканян, О. А. Иванова, Т. К. Фомина, Вей Син, И. Л. Жирнова, И. А. Гребенникова, Т. В. Киящук. Так, О. А. Иванова рассматривает межкультурную адаптацию через проблему формирования учебно-

профессиональной Я-концепции иностранных студентов [8]. И. А. Гребенникова в своей научной работе делает попытку выделить принципы, критерии, психолого-педагогические условия и факторы для создания оптимальных условий педагогического сопровождения адаптации иностранных студентов в вузе [7]. И. А. Мнацаканян предлагает программу подготовки обучающихся к эффективному межкультурному диалогу, который лежит в основе преодоления трудностей межкультурной адаптации и взаимодействия. Однако следует отметить, что единого комплексного подхода, позволяющего по возможности вести учет большинства ведущих факторов, особенностей межкультурной адаптации иностранных студентов, на сегодняшний момент нет [9].

Все вышесказанное обусловило необходимость разработки и реализации программы социально-психологического сопровождения межкультурной адаптации иностранных студентов в условиях высшего образования Курской области.

Основной целью данной программы является содействие успешному процессу межкультурной адаптации иностранных студентов в новых социокультурных условиях, развитие и совершенствование у обучающихся необходимых социально-психологических особенностей, обеспечивающих успешную межкультурную адаптацию. В частности, программа направлена на формирование позитивной этнической идентичности, толерантности, повышение уровня межкультурной компетентности, а также снижение уровня культурного шока, тревожности и величины культурной дистанции с представителями других культур.

Концептуальная основа программы: гуманистический и личностно ориентированный подход, предполагающий учет индивидуально-психологических особенностей иностранных студентов (О. С. Газман, И. А. Зимняя, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн и др.).

Методологические принципы программы: основные принципы деятельностного подхода (А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, Л. С. Выготский); принцип активности (К. А. Абульханова, В. Н. Мясищев, А. В. Петровский).

Предлагаемая программа социально-психологического сопровождения межкультурной адаптации иностранных студентов ориентирована на решение следующих задач:

- помощь иностранным студентам в адаптации к жизни и учебе в Курском регионе;
- знакомство иностранных студентов с духовным и культурным достоянием, историческим наследием русской и других культур;
- повышение уровня межкультурной компетентности иностранных студентов;

- вовлечение иностранных студентов в общественную и культурную жизнь вуза и города;
- развитие терпимости к установкам, ценностям, убеждениям в различных культурах;
- развитие культурного самосознания;
- повышение степени комфортности каждого иностранного студента в условиях обучения и проживания в неоднородной среде.

Моделирование программы социально-психологического сопровождения межкультурной адаптации иностранных студентов основывалось на выделенных И. А. Гребенниковой концептуальных положениях: принцип гуманизма, принцип социализации, принцип межкультурного взаимодействия и принцип коммуникативности [7, с. 12].

Основными условиями реализации программы являются следующие:

- учет всех принципов работы с иностранными студентами;
- соблюдение всех норм поведения на занятиях, определенных на первом занятии;
- учет социокультурных особенностей иностранных студентов как представителей различных культур;
- видение в иностранных студентах активных субъектов образовательного процесса.

В содержание разработанной программы социально-психологического сопровождения межкультурной адаптации иностранных студентов включены:

- тренинг (элементы тренинга) межкультурной коммуникации и компетентности;
- «культурные ассимиляторы» для повышения уровня межкультурной сензитивности;
- экскурсионные программы;
- социально-психологические игры, направленные на повышение межкультурной компетентности, снижение уровня тревожности, культурной дистанции и др.;
- информационные беседы;
- тренинг (элементы тренинга) толерантности;
- тренинг (элементы тренинга) по развитию культурного самосознания;
- межкультурный диалог.

Реализация программы осуществляется во внеучебное, досуговое время иностранных студентов. Встречи рекомендуется проводить в специально оборудованном для этих целей помещении, которое должно быть постоянным, просторным, достаточно освещенным. Все занятия, кроме экскурсионных, должен проводить специалист, имеющий психологическое образование. Количественный состав группы иностранных студентов – 15–20 человек, желательно, чтобы в группу входило как можно больше представителей из различных стран. Опрос ожиданий применяется в начале и в

конце программы. Каждое занятие заканчивается рефлексией.

Программа предполагает периодичность встреч два раза в неделю во внеучебное время студентов, общее количество часов – 48. Обязательным условием является то, что она должна применяться наряду с мероприятиями для иностранных студентов, запланированными международным отделом вуза.

Следует отметить, что для построения эффективной программы социально-психологического сопровождения межкультурной адаптации иностранных студентов необходимо иметь ясное представление о социально-психологических особенностях участников целевой группы. Для этого в рамках организационного блока проводилась комплексная психодиагностика (пилотажное исследование), направленная на выявление личностных характеристик и национального самосознания студентов, участвующих в программе. В комплекс необходимых психодиагностических методов включены следующие: опросник адаптации личности к новой социокультурной среде (Л. В. Янковский); экспресс-опросник «Индекс толерантности» (Г. У. Солдатова, О. А. Кравцова, О. Е. Хухлаев, Л. А. Шайгерова); авторский опросник межкультурной адаптации И. А. Шолохова; методика Дж. Финни, измеряющая выраженность этнической идентичности; методика диагностики самооценки Ч. Д. Спилбергера, Л. Ханнина (оценка личностной и ситуативной тревожности); методическая разработка уровня выраженности культурного шока (И. А. Мнацаканян); шкала субъективной культурной дистанции; шкала субъективного благополучия (М. В. Соколова).

В результате анализа отечественной и зарубежной литературы по проблемам адаптации иностранных студентов и пилотажного исследования по изучению социально-психологических особенностей межкультурной адаптации иностранных студентов был разработан рабочий вариант портрета иностранного студента, в качестве структурных компонентов в котором выделяем социальные и психологические особенности:

I. Социальные:

1. Несформированность навыков социально-бытового обеспечения себя в новых социокультурных условиях, навыков планирования и организации своей деятельности.

2. Культурная дистанция с партнерами по взаимодействию – носителями русской и других культур.

3. Недостаточный уровень развития межкультурной компетентности.

4. Ограниченность контактов с широкой социальной средой.

II. Психологические:

1. Сформированность устойчивого отношения к будущей профессии [10, с. 183].

2. Устойчивый интерес к предметной области и желание полностью овладеть языком специальности.

3. Повышенный уровень тревожности как страх перед новыми условиями окружающей среды, которые воспринимаются как угрожающие [11, с. 16].

4. Состояние психологической напряженности, неопределенности и фрустрации [9, с. 88].

5. Взаимосвязь этнической толерантности и этнической идентичности.

6. Потребность в общении, через которую осуществляется познание себя в новой социокультурной действительности.

Таким образом, основными социально-психологическими особенностями, влияющими на успешность межкультурной адаптации, считаем следующие: культурный шок; этническая идентичность; этническая толерантность; величина культурной дистанции; мотивационная направленность на обучение, тревожность, межкультурная компетентность, субъективное благополучие. Показателями правильного развития этих особенностей являются эмоциональные состояния иностранных студентов – их субъективное благополучие. Положительные эмоции, которые человек испытывает в отношениях с преподавателями, сокурсниками, соседями по общежитию, в бытовой сфере, удовлетворительное самочувствие, ощущение душевного комфорта – все это показатели процесса межкультурной адаптации личности. Они могут выступать в качестве критериев диагностики эффективности сложившейся системы в работе с иностранными студентами. Неправильное же развитие выделенных выше особенностей может стать основой нарушений в межкультурной адаптации иностранных студентов.

На основе выделенных социально-психологических особенностей иностранных студентов считаем, что программа по сопровождению межкультурной адаптации иностранных студентов должна строиться с постоянным учетом трех взаимосвязанных и взаимосвязанных направлений работы, разделение на практике которых практически невозможно: 1) развитие социальных и бытовых навыков у иностранных студентов; 2) развитие социально-психологических особенностей иностранных студентов (толерантность, идентичность), преодоление негативных явлений (тревожность, культурный шок, культурная дистанция); 3) формирование и развитие межкультурной компетентности иностранных студентов.

1. Развитие социальных и бытовых навыков у иностранных студентов.

Приезжая в Курск, иностранные студенты попадают в принципиально новые условия, значительно отличающиеся от условий страны, в которой

они проживали до этого. Несмотря на уже имеющийся социальный опыт, полученный в родной стране, условия жизни в России являются для студента-иностранца непривычными. Студенты оказываются абсолютно не приспособленными к новым социально-бытовым условиям обучения и проживания. Трудности, которые возникают в процессе адаптации иностранных студентов, во многом порождены как раз отсутствием набора социальных навыков, с помощью которых можно было бы преодолевать специфические культурно обусловленные ситуации. К таким трудностям можно отнести: недостаток информации о стране пребывания, правилах, нормах поведения в новой культуре. Эти проблемы являются универсальными для иностранных студентов в любой иноязычной стране и могут лежать в основе нарушений процесса межкультурной адаптации. Поэтому неотъемлемой частью работы с иностранными студентами является информационная работа и целенаправленное развитие навыков самостоятельной жизни в вузе, общежитии, городе в целом.

Реализация первого направления может достигаться с помощью следующих мероприятий в рамках программы:

- ознакомление иностранных студентов с основными положениями действующего законодательства РФ, Уставом, структурой, историей и традициями университета, правами, обязанностями и правилами поведения в учебных корпусах, общежитии и на территории студенческого городка университета;

- проработка мест в городе, в которых чаще всего бывают иностранные студенты (карты-схемы, маршруты следования, общественный транспорт, следующий до пункта назначения);

- ознакомление иностранных студентов с местами нахождения ближайших пунктов обмена валюты, аптечных пунктов, пунктов телефонной связи, продуктовых магазинов;

- оказание помощи в выборе товаров с оптимальным соотношением цены и качества;

- ознакомление с местами проведения досуга в стенах университета, которые может посещать любой студент абсолютно бесплатно (библиотеки, интернет-кабинеты, спортивные залы).

2. Развитие социально-психологических особенностей иностранных студентов (толерантность, идентичность). Преодоление негативных явлений (тревожность, культурный шок, культурная дистанция).

В рамках данного направления работы следует отметить, что успешная реализация программы социально-психологического сопровождения межкультурной адаптации иностранных студентов возможна лишь при соблюдении ряда условий:

- создание условий для актуализации этнической идентичности, стимулирование процессов этнического и культурного самоопределения;

- формирование и развитие толерантности иностранных студентов (уважение других этнических групп, готовность к совместной деятельности, обмену идеями и установками с представителями русской и других культур);

- создание условий, в рамках которых постепенно будет снижаться уровень негативных особенностей иностранных студентов, затрудняющих процесс их межкультурной адаптации (культурный шок, тревожность, культурная дистанция).

3. Формирование и развитие межкультурной компетентности иностранных студентов.

Вследствие достаточно частых межкультурных контактов иностранные студенты сталкиваются с рядом разнообразных проблем адаптации, которые связаны как с очевидными, так и скрытыми особенностями культур, различиями между ними. Полноценная успешная межкультурная адаптация иностранных студентов к условиям новой социокультурной среды возможна лишь в том случае, если в рамках межкультурного диалога они смогли достигнуть взаимопонимания и доверия с представителями разных культур.

Поэтому работа в данном направлении заключается в подготовке иностранных студентов к успешному межкультурному взаимодействию и преодолению трудностей в условиях ситуаций межкультурного взаимодействия студентов с представителями разных культур и заключается в следующем:

- оптимизация процесса межкультурного взаимодействия иностранных студентов друг с другом, с представителями принимающей стороны;

- создание условий взаимопроникновения культур, развитие интереса к русской культуре и традициям русского народа, других народов;

- создание условий для актуализации имеющихся социокультурных знаний иностранных студентов, стимулирование их познавательной деятельности;

- формирование умения проявить свои коммуникативные компетенции, эмпатию и толерантность;

- организация процесса осмысления социокультурных несоответствий среди представителей различных культур;

- формирование способности транслировать культурные традиции своей страны, других стран.

Также следует отметить, что при подготовке к реализации программы сопровождения предварительно необходимо разработать и провести ряд мероприятий, если таковые не организовывались с иностранными студентами международным отде-

лом вуза. Так, необходимыми этапами работы с иностранными студентами являются такие, как разработка перечня и календаря необходимых действий иностранного студента, составление совместно со студентами списка медицинских препаратов для первой помощи при возможных заболеваниях (простуда, головные боли, боли в желудке и т. д.), формирование списка контактных данных кураторов групп, сотрудников из международного отдела, с которыми они могут связаться при возникновении трудностей, составление календарного графика мероприятий и занятий программы.

Таким образом, уникальность предлагаемой программы заключается как раз в том, что она включена во все сферы жизнедеятельности иностранного студента и включает в себя и психологическую, и социальную работу с сопровождаемым субъектом.

Гибкая структура предлагаемой программы позволяет разрабатывать ее модификации, которые могут применяться в разных условиях и в группах различного национального и этнического состава

во всех учебных заведениях, в которых осуществляется обучение иностранных студентов. Предполагается, что успешная реализация программы будет способствовать эффективной межкультурной адаптации иностранных студентов к новым социокультурным условиям региона пребывания, благоприятному «вхождению» их в образовательный процесс, новую культуру, формированию положительного опыта межкультурного взаимодействия с представителями различных культур, расширению представлений о культуре принимающей стороны и других культурах.

Помимо всего этого, внедрение системы социально-психологического сопровождения иностранных студентов в процесс их межкультурной адаптации может повысить привлекательность российских вузов и дать ощутимый экономический эффект, так как дружественная, комфортная и безопасная среда обучения и проживания вдали от дома – один из определяющих факторов при выборе зарубежного образовательного маршрута.

Список литературы

1. Фомина Т. К. Иностранцы студенты в медицинском вузе России: интериоризация профессиональных ценностей: автореф. дис. ... д-ра социол. наук. Волгоград, 2004. 46 с.
2. Витковская М. И., Троцук И. В. Адаптация иностранных студентов к условиям жизни и учебы в России // Вестник РУДН. Серия Социология. 2004. № 6–7. С. 267–283.
3. Шолохов И. А. Психологические особенности адаптации учащейся молодежи за рубежом: дис. ... канд. психол. наук. М., 2002. 235 с.
4. Шпет Е. Н. Механизмы социальной адаптации студентов-мигрантов, обучающихся по программам академической мобильности // Вестн. Томского гос. пед. ун-та (TSPU Bulletin). 2014. Вып. 11 (152). С. 170–172.
5. Жирнова И. Л. Психологические условия успешности обучения иностранных студентов с учетом когнитивных стилей: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Курск, 2012. 25 с.
6. Фаизова В. Б. Проблема сопровождения в современном педагогическом знании // Вестн. Томского гос. пед. ун-та (TSPU Bulletin). 2015. Вып. 3 (156). С. 190–195.
7. Гребенникова И. А. Педагогическое сопровождение адаптации иностранных студентов в российском вузе (на примере китайских студентов): автореф. дис. ... канд. пед. наук. Комсомольск-на-Амуре, 2010. 21 с.
8. Иванова О. А. Формирование учебно-профессиональной Я-концепции иностранных студентов с разным уровнем межкультурной адаптации: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Курск, 2013.
9. Мнацаканян И. А. Адаптация учащихся в новых социокультурных условиях: дис. ... канд. психол. наук. Ярославль, 2004. 191 с.
10. Зимняя И. А. Педагогическая психология. 2-е изд., доп., испр. и перераб. М.: Логос, 2000. 384 с.
11. Косталес-Завгородняя А. И. Эмоционально-личностные факторы адаптированности иностранных студентов: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2013. 27 с.

Максимчук Е. Д., соискатель.

Курский государственный университет.

Ул. 1-я Орловская, 7а, Курск, Россия, 305008.

E-mail: Len4ik101@yandex.ru

Материал поступил в редакцию 25.02.2015.

E. D. Maksimchuk

THE SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF FOREIGN STUDENTS' CROSS-CULTURAL ADAPTATION

The relevance of the implementation of various programmes for social and psychological support in cross-cultural adaptation of foreign students is considered in this article. The author has developed a programme of social and psychological support, described its goals and objectives, logical structure, conceptual foundation, methodological

principles, conditions of implementation, methods and forms of work. The portrait of a Russian high school student is offered, its social and psychological peculiarities are presented as structural components. Three main directions of psychological support for international students are chosen and described: the development of social and household skills of foreign students; the development of social and psychological characteristics of foreign students and overcoming negative phenomena; the formation and development of intercultural competence of foreign students.

Key words: *adaptation, cross-cultural adaptation, foreign students, social- psychological support, social and psychological characteristics.*

References

1. Fomina T. K. *Inostrannye studenty v meditsinskom vuze Rossii: interiorizatsiya professional'nykh tsennostey*. Avtoref. dis. dokt. sotsiol. nauk [Foreign students in medical school of Russia: interiorization of professional values]. Volgograd, 2004. 46 p. (in Russian).
2. Vitkovskaya M. I., Trotsuk I. V. *Adaptatsiya inostrannykh studentov k usloviyam zhizni i ucheby v Rossii* [Adaptation of foreign students to living conditions and studies in Russia]. *Vestnik RUDN. Seriya Sotsiologiya – RUDN bulletin. Series Sociology*, 2004, no. 6–7, pp. 267–283 (in Russian).
3. Sholokhov I. A. *Psikhologicheskiye osobennosti adaptatsii uchashcheyasya molodezhi za rubezhom*. Dis. kand. psihol. nauk [Psychological features of adaptation of the studying youth abroad. Thesis cand. psych. sci.]. Moscow, 2002. 235 p. (in Russian).
4. Shpet E. N. *Mekhanizmy sotsial'noy adaptatsii studentov-migrantov, obuchayushchikhsya po programmam akademicheskoy mobil'nosti* [Mechanisms of social adaptation of educational migrants participating in the academic mobility programs]. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta – TSPU Bulletin*, 2014, vol. 11 (152), pp. 170–172 (in Russian).
5. Zhirnova I. L. *Psikhologicheskiye usloviya uspekhov obucheniya inostrannykh studentov s uchetom kognitivnykh stiley*. Avtoref. dis. kand. psihol. nauk [Psychological conditions of success of training of foreign students taking into account cognitive styles. Abstract of thesis of cand. psych. sci.]. Kursk, 2012. 25 p. (in Russian).
6. Faizova V. B. *Problema soprovozhdeniya v sovremennom pedagogicheskom znanii* [The problem of accompaniment in modern pedagogical knowledge]. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta – TSPU Bulletin*, 2015, vol. 3 (156), pp. 190–195 (in Russian).
7. Grebennikova I. A. *Pedagogicheskoye soprovozhdeniye adaptatsii inostrannykh studentov v rossiyskom vuze (na primere kitayskikh studentov)*. Avtoref. dis. kand. ped. nauk [Pedagogical maintenance of adaptation of foreign students in the Russian higher education institution (on the example of the Chinese students). Abstract of thesis cand. ped. sci.]. Komsomolsk-on-Amur, 2010. 21 p. (in Russian).
8. Ivanova O. A. *Formirovaniye uchebno-professional'noy Ya-kontseptsii inostrannykh studentov s raznym urovnem mezhkul'turnoy adaptatsii*. Avtoref. dis. kand. psihol. nauk [Formation of the educational and professional self-concept of foreign students with different levels of cross-cultural adaptation. Abstract of thesis cans. psych. sci.]. Kursk, 2013. 27 p. (in Russian).
9. Mnatsakanyan I. A. *Adaptatsiya uchashchihsya v novykh sotsiokul'turnykh usloviyakh*. Dis. kand. psihol. nauk [Adaptation of pupils in new sociocultural conditions. Abstract of thesis cand. psych. sci.]. Yaroslavl', 2004. 191 p. (in Russian).
10. Zimnyaya I. A. *Pedagogicheskaya psikhologiya* [Pedagogical psychology]. Moscow, Logos Publ., 2000. 384 p. (in Russian).
11. Kostales-Zavgorodnyaya A. I. *Emotsional'no-lichnostnye faktory adaptirovannosti inostrannykh studentov*. Avtoref. dis. kand. psihol. nauk [Emotional and personal factors of adaptedness of foreign students. Abstract of thesis cand. psych. sci.]. Moscow, 2013. 27 p. (in Russian).

Maksimchuk E. D.

Kursk State University.

Ul. 1st Orlovskaya, 7a, Kursk, Russia, 305008.

E-mail address: Len4ik101@yandex.ru