

Н.В. Сомова

**ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
АДАПТАЦИИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ В КОНТЕКСТЕ
КОПИНГОВЫХ СТРАТЕГИЙ ПОВЕДЕНИЯ**

N.V. Somova

**PECULIARITIES OF SOCIAL ADAPTATION OF FOREIGN
STUDENTS IN COPING BEHAVIOR STRATEGIES' CONTENT**

В статье анализируются результаты исследования особенностей социально-психологической адаптации студентов различных этнических групп. Рассматриваются когнитивные стратегии поведения преодоления, отражающие готовность индивида решать жизненные проблемы в новой социокультурной среде.

Ключевые слова: межкультурная адаптация, стресс, этнические группы, когнитивные стили, межнациональная среда.

The article shows the results of the research of social and psychological adaptation peculiarities of different ethnic groups of students. Cognitive strategies of coping behavior reflecting individual's readiness to solve problems in his life in a new sociocultural environment are considered.

Key words: intercultural adaptation, stress, ethnic groups, cognitive styles, international environment.

Современный этап развития мирового сообщества характеризуется возрастающей ролью образования, а также его интенсивной интернационализацией. В первую очередь это касается высшей школы – каждый год вузы России принимают на обучение иностранных студентов из ближнего (страны СНГ и Балтии) и дальнего зарубежья. На фоне увеличивающейся с каждым годом академической мобильности проблема социально-психологической адаптации иностранных студентов к обучению в вузе представляется очевидной. В этой связи одной из стоящих перед вузами задач является изучение особенностей социально-психологической и межкультурной адаптации иностранных студентов, принадлежащих к различным этническим группам.

В настоящее время в зарубежной и отечественной психологии активно изучается поведение преодоления, совладания с трудными жизненными ситуациями, или так называемый копинг. Теория совладания личности с жизненными трудностями возникла в психологии во второй половине XX в. Термин «копинг» введен американским психологом Абрахамом Маслоу (Maslow). Под «копингом» (от англ. «to cope» – справиться, совладать) подразумеваются постоянно изменяющиеся когнитивные и поведенческие попытки справиться со специфическими внешними и/или внутренними требованиями, которые оцениваются как напряжение или превышают возможности человека справиться с ними. Понятие coping/ coping behavior используется для описания характерных форм поведения, отражающих готовность индивида решать жизненные проблемы. Копинговые стратегии поведения направлены на приспособление к определенным

жизненным обстоятельствам и предполагающие сформированное умение использовать определенные средства для преодоления эмоционального стресса. При выборе активных действий повышается вероятность устранения воздействия стрессоров на личность.

Рассмотрим предназначение преодолевающего поведения применительно к процессу социально-психологической адаптации иностранных студентов в инокультурной среде. По мнению американского антрополога К. Оберга [Oberg, 1960] процесс вхождения в новую культуру сопровождается такими негативными последствиями, как потеря социального статуса и друзей, отверженность и дискомфорт при осознании различий между культурами, смена ценностных ориентаций, утрата социальной и личностной идентичности. Использование активных копинговых стратегий облегчает процесс вхождения иностранца в новую социокультурную ситуацию путем овладения, ослабления или смягчения требований данной среды, тем самым редуцируя стрессовое воздействие ситуации.

В настоящее время не существует общепризнанной классификации типов преодолевающего поведения. Однако большинство из них построено вокруг двух предложенных Р. Лазарусом и С. Фолкманом [Lazarus, Folkman, 1984] стратегий психологического преодоления: 1 – проблемно-ориентированный копинг (усилия направляются на решение возникшей проблемы); 2 – эмоционально-ориентированный копинг (изменение собственных установок в отношении ситуации).

В качестве альтернативного подхода С. Хобфолл [Hobfoll, 1996] предложил многоосевую модель «поведения преодоления». В отличие от других моделей, преодолевающее поведение рассматривается им как стратегии (тенденции) поведения, а не как отдельные типы поведения. Предложенная модель имеет две основные оси: *просоциальная – асоциальная; активная – пассивная*; и одну дополнительную ось: *прямая – непрямая*. Данные оси представляют собой измерения общих стратегий преодоления.

Введение просоциальной – асоциальной оси основывается на том, что: а) многие стрессоры являются межличностными или имеют межличностный компонент; б) даже индивидуальные усилия по преодолению стрессовой ситуации имеют потенциальные социальные последствия; в) действие преодоления часто требует взаимодействия с другими людьми.

Прямая – непрямая ось преодолевающего поведения, предложенная С. Хобфоллом увеличивает межкультурную применимость опросника SACS (Strategic Approach to Coping Scale). Эта ось позволяет дифференцировать когнитивные стили преодоления с точки зрения поведенческих стратегий как проблемно-ориентированных усилий (прямых или манипулятивных) [Никифоров, Дмитриева, Снетков, 2003].

В Российском государственном гидрометеорологическом университете (РГГМУ) с 2006 года проводится исследование особенностей межкультурной адаптации иностранных студентов, принадлежащих к различным этническим

группам. В описываемом эксперименте участвовали студенты РГГМУ из России, Туркменистана, Монголии и африканских стран. Дополнительно была подобрана контрольная группа россиян более старшего возраста.

Российская выборка состояла из 28 студентов, обучающихся на первом курсе экономического и социально-гуманитарного факультета РГГМУ, из них – 22 девушки (79 %) и 6 юношей. Средний возраст – 18 лет.

36 туркменских студентов разных курсов и факультетов РГГМУ составили вторую выборку. В нее входили 19 девушек (53 %) и 17 юношей. Средний возраст опрошиваемых – 20 лет.

Монгольские студенты и аспиранты, обучающиеся в РГГМУ, представляли третью выборку. Из 20 человек – 14 девушек (70 %) и 6 юношей. Средний возраст в этой выборке 21 год.

В четвертую выборку были включены представители африканских стран (Бенин, Конго, Кот-д'Ивуар, Мозамбик, Гвинея, Экваториальная Гвинея, Замбия, Намибия). Из 36 человек – 32 юноши (89 %) и 4 девушки. Средний возраст в этой выборке – 22 года.

Пятая выборка – это контрольная группа россиян, состоящая из 61 человека, 38 мужчин (62 %) и 23 женщин. Средний возраст – 31 год.

В проводимом исследовании использовались: методика С. Хобфолла SACS (Strategic Approach to Coping Scale), копинг-тест Р. Лазаруса, шкала диагностики поведения типа А, разработанная С.Д. Положенцевым и Д.А. Рудневым (1990).

Полученные в процессе эксперимента данные (методика С. Хобфолла SACS) демонстрируют у российских студентов более высокие значения таких показателей как *агрессивность, асоциальные и манипулятивные действия*, чем у их сверстников из Туркменистана, Монголии, африканских стран, а также в контрольной группе (взрослые россияне). Показатели *ассертивность, поиск социальной поддержки и вступление в социальный контакт* также у российских студентов выше, чем у иностранных респондентов. По сравнению с контрольной группой показатели всех трех студенческих групп, принадлежащих к разным этническим группам, различаются незначительно. Как выяснилось, более существенные различия наблюдаются между возрастными категориями российских студентов и контрольной группой по факторам *агрессивность и асоциальные действия* – российская молодежь более склонна к агрессивным и асоциальным действиям, чем взрослые россияне, причем выборку российских студентов представляли 79 % девушек.

В процессе анализа результатов опроса по копинговым стратегиям (копинг-тест Лазаруса) выяснилось, что самые высокие показатели по *конфронтационному копингу* (имеются в виду агрессивные усилия по изменению ситуации, что предполагает определенную степень враждебности и готовность к риску) у монгольских студентов, российские студенты занимают вторую позицию, африканцы и туркмены поделили третье место, а самый низкий результат показали взрослые россияне. Такая стратегия как *дистанцирование*, т.е. когнитивные

усилия по отделению себя от ситуации и уменьшению ее значимости, была оценена студенческими выборками следующим образом: самый высокий показатель – у студентов из Монголии, на втором месте российские студенты, на третьем – туркменские студенты, четвертое место заняли африканцы и пятое – взрослые россияне, показав значительно более низкие результаты, чем в студенческих выборах. Самые высокие показатели по *самоконтролю* (усилия по урегулированию своих чувств и действий) оказались у монгольских и туркменских студентов, второе место заняли россияне (студенты и взрослые), а самые низкие показатели оказались у африканских студентов. Наибольшее значение по параметру *бегство/избегание* (мысленное стремление и поведенческие усилия, направленные на избегание проблемы) продемонстрировали российские и туркменские студенты, на втором месте – монголы, а третье заняли африканцы и взрослые россияне.

В психологии стресса, начиная со второй половины XX в., широко исследуется так называемое поведение типа А или «стресс-коронарное» поведение. Концепция поведенческого фактора риска, или поведения типа А, (Type A behavior pattern) была предложена кардиологами М. Фридманом и Р. Розенманом (Friedman, Rosenman) в конце 50-х годов прошлого века. Под поведением типа А принято понимать четко проявляющийся поведенческий синдром или образ жизни, характеризующийся стремлением к достижению успеха и состязательности, напористостью, агрессивностью, постоянным ощущением нехватки времени, стремлением доминировать в коллективе, деятельностью «на износ», желанием добиться успеха во многих сферах деятельности одновременно, стремлением контролировать поступки других людей, неумением отдыхать, быстрой и громкой речью, порывистыми движениями, повышенной возбудимостью и т.д.; для этого типа характерно быстрое эмоциональное выгорание и возникновение психосоматических заболеваний. Связь между личностным стилем типа А и коронарными заболеваниями подтверждена многими исследованиями М. Фридмана, Р. Розенмана и другими исследователями. В настоящее время в отечественной практике наиболее надежным и достоверным диагностическим инструментом поведения типа А является шкала, разработанная С.Д. Положенцевым и Д.А. Рудневым.

Одной из задач проведенного исследования являлся сравнительный анализ показателей шкалы диагностики поведения типа А у различных этнических групп. Результаты этого обследования выявили самые высокие значения у российских и монгольских студентов по факторам *амбициозность* и *враждебность*. Показатели африканских студентов оказались несколько ниже. Туркменские студенты продемонстрировали самые низкие значения по этим параметрам. Поведение типа А было констатировано в выборке монгольских студентов – 206 баллов (поведение типа А – более 180 баллов), у российских студентов – 190 баллов, у африканцев – 189 баллов. Туркменские студенты показали значение в 177 баллов, контрольная группа (взрослые россияне) – 164 балла. Приведенные цифры красноречиво показывают различия между возрастными группами россиян – моло-

дежь более амбициозна, энергична, нетерпелива и настроена более враждебно к социуму, чем взрослые россияне, т.к. все перечисленные показатели входят в понятие «поведение типа А». Но также мы можем наблюдать значительные различия и между показателями различных этнических групп – так, монгольские студенты демонстрируют наивысший балл (поведение типа А), который складывается из таких показателей как *амбициозность, нетерпеливость, враждебность, дефицит времени, специфичность поведения, сдерживание эмоций, соревновательность и вовлечение в работу (учебу)* по сравнению с туркменскими студентами.

Результаты исследования подтверждают многолетние наблюдения педагогов РГГМУ, опыт работы которых показывает, что большинство монгольских студентов в процессе учебы проявляет большую активность, самостоятельность в принятии решений, стремление получать высокие оценки в процессе учебной деятельности (многие из них по окончании учебы в университете получают диплом с отличием и продолжают обучение в аспирантуре), т.е. применяют активные копинговые стратегии, направленные на решение жизненных задач. Большинство туркменских студентов не столь активны в процессе обучения – учатся на «удовлетворительно» и «хорошо», среди них большой процент отчисленных после первого года обучения. Туркменские молодые люди более зависимы от родственников (чаще всего это – отец, дядя, старший брат) при принятии важных жизненных решений, таких как выбор вуза, специальности, женитьба и др.

Стоит, однако, учитывать тот факт, что почти все монгольские студенты обучаются за счет средств федерального бюджета, а это значит, что они проходят предварительный отбор в Федеральном агентстве по образованию перед поступлением на подготовительное отделение. Еще одним фактором, мотивирующим к активной учебной деятельности можно считать возможность трудоустройства после получения диплома. По результатам опроса 97% монгольских студентов уверены в своем трудоустройстве на родине, в то время как лишь единицы туркменских студентов имеют представление о том, где они будут работать после окончания вуза.

Эти особенности необходимо учитывать при изучении процесса межкультурной адаптации иностранных студентов. Использование результатов изучения национально-культурных особенностей представителей разных этнических групп даст возможность организовать им своевременную педагогическую и психологическую помощь в процессе снятия первичного культурного шока, вхождения в новую социальную ситуацию развития, в процессе адаптации, а впоследствии – и интеграции иностранцев в среду российских студентов.

Литература

1. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности: Уч. пос. / Под ред. Г.С. Никифорова, М.А. Дмитриевой, В.М. Снеткова. – СПб.: Речь, 2003.
2. *Hobfoll S.E.* Social Support: Will you be there when I need you? In N. Vanzetti and S. Duck (eds.), *A lifetime of relationships*. California: Brooks / Cole Publishing Co. 1996.
3. *Lazarus R.S., Folkman S.* Stress, appraisal and coping. – New York: Springer, 1984.
4. *Oberg K.* Culture shock: Adjustment to new cultural environments // *Practical Anthropology*. 1960. Vol. 7.