

УДК 159:99

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ: ОТ АДАПТАЦИИ ДО САМОРЕАЛИЗАЦИИ

А.С. КИРСАНОВА, АлтГТУ, г. Барнаул, Россия

На территории Большого Алтая активно разворачиваются интеграционные процессы, которые способствуют взаимодействию представителей разных стран. Каждый из народов отличается своей неповторимой культурой, которую стремится не только сохранить, но и открыть её народам разных стран. Растущий интерес к культурам разных народов дает толчок для активного развития международных отношений на территории Большого Алтая. Такая тенденция охватывает и образовательное пространство Алтайского края в целом и города Барнаула в частности. Для обучения в вузах алтайской столицы приезжают иностранные студенты со всего Большого Алтая. С каждым годом количество иностранцев только растёт. Поэтому в образовательном пространстве алтайских университетов возникает проблема адаптации иностранных студентов в социокультурном пространстве России.

Основная проблема, с которой сталкиваются иностранцы, освоение русского языка. Язык — это важнейшая часть культуры любого народа. При изучении какого-либо нового языка, мы не просто заучиваем новые слова, а погружаемся в значения и смыслы материального и идеального мира, характерные для какого-либо народа. Резко меняя одну культуру на другую, иностранные студенты испытывают трудности психологического характера. Ведь они сталкиваются со множеством непонятных им ситуаций, характерных для новой культуры. Такие обстоятельства могут вызвать внутриличностные и межличностные конфликты, которые препятствуют эффективной самореализации, следовательно, нарушают психологическое здоровье иностранных студентов.

Психологическое здоровье человека связано с особенностями личности, интегрирующей все аспекты внутреннего мира человека и способы его внешних проявлений в единое целое. Психологическое здоровье является важной составляющей социального самочувствия человека, с одной стороны, и его жизненных сил, с другой [1]. Жизненные силы открывают для человека возможность личностного роста, обретения субъектности, способность к самореализации. Конечно, можно сказать, что и русские студенты имеют определенные проблемы с реализацией жизненных сил, но иностранцы, помимо проблем, возникающих с психологическим здоровьем, попадая в новые условия жизни, испытывают дискомфорт в обществе из-за незнания правил, присущих новой культуре. В этом аспекте можно говорить о недостаточно развитой психологической культуре, которая характерна для общества в России.

Под термином «психологическая культура» О.И. Мотков понимает нарабатанную и усвоенную личностью систему конструктивных способов, умений самопознания, общения, саморегуляции эмоций и действий, творческого поиска, ведения дел и саморазвития [3]. Для человека с развитой психологической

культурой характерно высокое качество самоорганизации и саморегуляции различных видов жизнедеятельности. Безусловно, иностранные студенты могут обладать высоким уровнем саморегуляции и самоорганизации, но попадание в абсолютно непривычную социокультурную среду ставит перед ними новую задачу: через процесс адаптации в обществе усвоить нормы общения, ведения дел, пути самореализации и т.д.

Для обнаружения сходств и различий этнической идентичности между русскими и иностранными студентами, мы решили провести исследование, в котором приняли участие 49 человек, студентов АлтГУ, из них русских студентов — 38, китайских — 11, в дальнейшем выборка иностранных студентов будет пополняться. Нами были использованы методики «Типы этнической идентичности» авторы Г.У. Солдатова, С.В. Рыжова и Рисованный Апперцептивный Тест (РАТ) автор Л.Н. Собчик. Целью первой методики является диагностика этнического самосознания и его трансформации в условиях межкультурной напряженности. Методика РАТ изучает личностные проблемы студента и с помощью механизмов идентификации и проекции выявляет глубинные, не всегда поддающиеся контролю сознания переживания, а также те стороны внутреннего конфликта и те сферы нарушенных межличностных отношений, которые могут в значительной степени влиять на поведение студента и учебный процесс.

Итак, мы получили следующие результаты по методике «Типы этнической идентичности»: 29% русских студентов имеют позитивные показатели этнической идентичности, у 19% выражена неопределенность этнической принадлежности, 17% относятся к своему этносу с фанатизмом, 13% убеждены в превосходстве своего народа, 12,5% этнически эгоистичны и 9,5% относятся к этнонигилистам. Таким образом, большая часть русских студентов толерантны по отношению к иностранцам. Далее мы выявили, что 63% китайских студентов имеют позитивные показатели этнической идентичности, далее 9% отличаются этническим фанатизмом по отношению к своей нации, а 28% опрошенных проявляют как позитивные показатели этнической идентичности, так и этнический фанатизм. Следовательно, большинство китайских студентов проявляют толерантное отношение к другим нациям.

Рассмотрим результаты методики РАТ, с помощью анализа одного из изображений. Среди русских студентов только в 13% случаях описание данного изображения несло альтруистический характер (оказание помощи), среди же китайских студентов такая интерпретация встречалась у 45%. Следует также упомянуть о том, что негативный окрас изображенной на данной картинке ситуации (отношения раба и феодала; просьба о прощении и т.д.) имел место быть у 60% русских студентов в то время, как ни у одного из китайских студентов такая формулировка не встречалась. Та-



ким образом, мы можем предположить, что такое различие обусловлено коллективистским типом культуры Китая и индивидуалистским России. По мнению Л.Н. Собчик, респондент, интерпретируя предложенное изображение, идентифицирует себя с определенным персонажем, отводя ему ведущее место в рассказе. Китайские студенты в большей степени описывают положение «бедняка», а русские — властное положение феодала, что может свидетельствовать о различном уровне адаптации этих групп.

Проведя данное исследование, мы убедились, в наличии некоторых проблем в адаптации иностранцев (наличие внутреннего противоречия, конфликты и переживания в сфере межличностных отношений) в лице приезжих из Китая студентов. При интерпретации полученных материалов, нами был обнаружен тот факт, что у респондентов данной группы выявляются как механизмы психологической защиты, так и внутренние конфликты, связанные с социальным окружением (позиция жертвы, наличие множества описаний ссор и т.д.).

Для помощи в адаптации иностранным студентам в стенах Алтайского государственного университета реализуется программа тьюторства. В рамках тьюторства проводятся адаптационные мероприятия, организуемые психологами, а также студентами АлтГУ. Студенты помогают адаптироваться к смене быта, а также знакомят с Барнаулом, проводя культурные мероприятия. Для установления благоприятной психологической атмосферы внутри групп иностранцев и между русскими тьюторами проводятся образовательные встречи, где рассказывается о русской культуре, её особенностях и отличиях.

Успешная реализация данной программы имеет важное значение, так как позволяет сократить сроки адаптационного периода и избежать кризисных ситуаций. Иностранные студенты погружаются в новое социокультурное пространство с «проводниками», что позволяет усовершенствовать психологическую культуру, а значит сохранить психологическое здоровье. В дальнейшем иностранцы, удовлетворив потребности, стоящие ниже по рангу (пирамида Маслоу [2]), например, потребность в безопасности, смогут реализовать себя в нашей стране.

Список литературы:

1. Демина Л.Д., Ральникова И.А. Психическое здоровье и защитные механизмы личности. Учебное пособие. — Барнаул, Изд-во АГУ, 2000.
2. Красильников И.А., Константинов В.В. Социально-психологическая адаптация личности и стратегии разрешения внутренних конфликтов // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. — 2009. — №4.
3. Мотков О.И. Психологическая культура в мозаике личности: результаты исследований <http://hpsy.ru/public/x5283.htm> (08.09.2014)
4. Пирамида потребностей Маслоу / http://www.psychologos.ru/articles/view/piramida_potrebnostry_maslou (08.09.2014)

5. Собчик Л.Н. Рисованный апперцептивный тест. — СПб.: Речь, 2002. — с.32.
6. Солдатова Г.У. Психология межэтнической напряженности. — М.: Смысл, 1998. — 389с.
7. Стефаненко Т.Г. Этнопсихология: Учебник для вузов. — 4-е изд., испр. и доп. — М.: Аспект Пресс, 2009. — 368с.