**Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України**



**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ:**

Збірник наукових праць Інституту психології

імені Г.С. Костюка НАПН України

**ТОМ XIV**

**МЕТОДОЛОГІЯ І ТЕОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ**

**ВИПУСК 2**

**Київ – Ніжин**

**2019**

**ISSN 2072-4772**

**Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України**. Том XIV: Методологія і теорія психології. – Випуск 2. Київ– Ніжин. Видавець « ПП Лисенко М.М.». 2019. – 472с.

**ЗМІСТ**

**Шейко А.О.** Психологічні аспекти адаптації студентів-іноземців до навчання в Україні…………………………………………………………………..437-443

**УДК 159.992.73:316.472.3**

**ШЕЙКО А.О.**

*Кандидат психологічних наук, викладач Харківського національного медичного університету, м. Харків*

**ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ-ІНОЗЕМЦІВ ДО НАВЧАННЯ В УКРАЇНІ**

**Шейко А.О. Психологічні аспекти адаптації студентів-іноземців до навчання в Україні.** Статтю присвячено психологічним аспектам адаптації студентів-іноземців до навчання в Україні. Визначено поняття адаптації, зокрема соціокультурної та адаптації до навчання в іншомовному середовищі, проаналізовано результати емпіричного дослідження адаптації та її зв’язку із психологічним благополуччям студентів-іноземців. Встановлено, що студенти, які лише розпочинають навчання в Україні характеризуються значно нижчим рівнем адаптивності ніж їх старші колеги. Студенти з високим і середнім рівнем адаптованості характеризуються позитивним ставленням до інших людей тобто їм властиві вміння будувати довірливі стосунки, відкритість, здатність іди на компроміс і загалом високий рівень психологічного благополуччя.

**Ключові слова:** адаптація, адаптивність, психологічне благополуччя, студенти-іноземці, фрустрація.

**Постановка проблеми.** Актуальність наукового аналізу проблем адаптації зумовлена її соціальною значущістю, прямим та опосередкованим зв’язком із ключовими соціальними процесами, явищами та процесами. Нині очевидно, що соціум будучи складною, багаторівневою системною організацією, не лише має на меті задоволення потреб індивідів, груп і спільнот, а й в силу низки обставин, продукує ризики, виклики для соціально-структурних елементів. Актуальність теми дослідження визначається інтенсифікацією і поглибленням міжнародних, в тому числі і освітніх, контактів. Співпраця в галузі освіти є найважливішим та актуальним завданням для багатьох країн, оскільки саме навчанню й вихованню студентської молоді належить істотна роль у процесі духовного зближення народів, інтеграції світової спільноти. У сучасному світі інтенсивно розвиваються міждержавні освітні контакти, збільшується кількість молодих людей, які бажають здобути освіту в іншій країні, не останнє місце серед них посідає й Україна. У такій ситуації все більш актуальною стає проблема соціально-психологічної адаптації та міжкультурної взаємодії іноземних студентів, які навчаються в українських закладах освіти, як з науково-теоретичної, так і з практичної точок зору. Перед приймаючою стороною завжди стоїть завдання оптимізації життя і навчання іноземних студентів, які проходять через складний процес адаптації до нових умов їх життєдіяльності. Успішність навчання іноземних студентів в Україні, рівень їх професійної підготовки в значній мірі залежить від соціальної адаптації студентів в країні перебування.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Розвиток науки виявив багатоаспектність феномену адаптації, який вийшов за межі загальної біології та почав вивчатися у медицині й фізіології, де категорія адаптації увійшла у пояснювальну модель пристосованості будови та функцій організму та його елементів до умов змінюваного середовища.

Аналіз літератури показує, що вивчення проблеми адаптації історично почалося з моменту виникнення і розвитку біології (Ж. Бюффон, Ж.Б. Ламарк, Ж. Сент-Іглер та ін.). У біології поняття адаптації використовується для позначення рівня виживання особин і популяцій, співорганізації органів і частин тіла. Біологічна адаптація – це анатомічна структура, фізіологічне явище або реакція в поведінці організму, яка розвинулась за деякий проміжок часу в ході еволюції таким чином, що стала підвищувати довготривалий репродуктивний успіх даного організму. Можливою є ситуація, коли деяка перевага, що її надає адаптація, з часом зменшується, аж до стану, коли минула адаптація стає шкідливою для виживання виду. Таке явище відомо під назвою «маладаптація», і може зустрічатись серед рослин, тварин або людей в таких областях як біологічні процеси, психологія, та безумовні рефлекси [1].

Аналіз змістової складової адаптації дозволяє стверджувати, що дане поняття відображає шлях, яким соціальні системи будь-якого рівня пристосовуються до мінливих умов середовища. Так, згідно із представником структурного функціоналізму Т. Парсонсом [5], соціальна адаптація є однією із чотирьох функціональних умов (разом із інтеграцією, досягненнями цілей і збереженням цілісних образів), яким всі соціальні системи повинні відповідати задля свого виживання. При цьому, для того, щоб існувати, система повинна мати певний ступінь контролю над своїм середовищем. Для суспільства особливе значення має економічне середовище, яке, на думку Т. Парсонса, повинне забезпечити людям необхідний мінімум матеріальних благ. В процесі адаптації людина «вбирає» в себе наявні в суспільстві цінності, норми та традиції в процесі взаємодії з іншими людьми, завдяки чому стає частиною соціальної системи. Адаптація відбувається завдяки особистісним механізмам засвоєння норм і цінностей, що містяться у соціальному середовищі. Т. Парсонс використовував поняття «соціальне середовище» та «адаптація», тим самим підкреслюючи, що людина взаємодіє лише із певною невеликою частиною суспільства, тобто, адаптація – це баланс очікувань людини та соціального середовища.

В. Чучеліна, розглядаючи соціально-психологічну адаптацію студентської групи, дає наступне визначення - «це процес активного пристосування індивіда, його психіки до умов середовища та оптимізації відносин особистості і групи» [3, с. 5]. Іншими словами, при вивченні даного виду адаптації особливий акцент робиться на співвідношенні цілей і завдань особистості та групи. Результатом соціально-психологічної адаптації процесі взаємодії є напрацювання такого співвідношення в цілях і цінностях, коли особистість отримує можливість розвивати свою індивідуальність і реалізовувати свої потреби в суспільстві. Необхідно відзначити, що даний вид адаптації розглядається з точки зору вхождення індивіда в будь-яку нову групу (навчальну, професійну тощо), і освоєння ним тих видів діяльності, які є провідними в ній.

Адаптивним проблем іноземних учнів приділялася велика увага в дослідженнях зарубіжних соціологів, соціальних психологів і педагогів. Так, наприклад, одна з оглядових статей з адаптації тимчасового жителя в умовах іншої культури, написана А. Черчем, містить посилання на 288 джерел, абсолютна більшість яких присвячено адаптації іноземних студентів. В рамках дослідження проблем оптимізації процесу міжкультурної взаємодії та соціокультурної адаптації в 1977 році було засновано спеціальний журнал - «International Journal of Intercultural Relations», створено професійну асоціацію «Society for Intercultural Relations», американськими соціальними психологами і соціологами розроблено понад 20 тис. навчальних програм не тільки для студентів, а й для військовослужбовців, туристів, лікарів тощо [4].

Л. Тьєррі виділяє два рівня адаптації іноземних учнів - повсякденний і спеціалізований, на кожному з яких структурні елементи мають свою специфіку. Повсякденний рівень представлений повсякденною взаємодією, спрямованою на задоволення вітальних потреб і особистих бажань. Спеціалізований рівень – це звичайні взаємодії в ході навчального процесу [2]. У нашому дослідженні проаналізовано переважно повсякденний рівень адаптації іноземних студентів зокрема у її тісному зв’язку із психологічним благополуччям.

**Метою даної статті** є окреслення психологічних особливостей повсякденної адаптації студентів-іноземців до умов життя та навчання в Україні.

**Виклад основного матеріалу дослідження**. У нашому дослідженні соціальну адаптованість ми визначали за допомогою опитувальника Роджерса-Даймонд в адаптації О. Осницького. Це особистісний опитувальник, спрямований на виявлення ступеню соціально-психологічної адаптації людини до нового середовища, умов та правил поведінки, розроблений К. Роджерсом, одним із лідерів гуманістичної психології і Р. Даймонд в 1954 р. Російською мовою опис методики вперше перекладено Т. Снєгірьовою у 1987 р., а у 2004 р. опитувальник модифіковано О. Осницьким. В оригіналі методики К. Роджерсом і Р. Даймонд виділено шість шкал: адаптація, прийняття інших, інтернальність, самосприйняття, емоційний комфорт і прагнення до домінування, натомість О. Осницький визначає наступні вісім показників методики: адаптивність/дездаптивність; шкала брехні; прийняття себе/неприйняття себе; прийняття інших/неприйняття інших; емоційний комфорт/емоційний дискомфорт; внутрішній контроль/зовнішній контроль; домінування/конформність; ескапізм (втеча від проблем).

Психологічне благополуччя студентів визначалося за допомогою Шкали психологічного благополуччя (К. Ріфф в адаптації Т. Шевеленкової і П. Фесенко). Дана методика вимірює актуальне психологічне благополуччя, на відміну від благополуччя потенційного, що базується на гуманістичній парадигмі, але не операціоналізується жодним опитувальником. Т. Шевеленкова та П. Фесенко вважають, що на відміну від поняття психологічне здоров'я, термін психологічне благополуччя за своїм змістом співвідноситься, насамперед, із екзистенційним переживанням людиною ставлення до власного життя. Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К.Ріфф призначений для вимірювання вираженості таких основних складових актуального психологічного благополуччя як позитивні стосунки, автономія, управління середовищем, особистісний ріст, цілі у житі, самоприйняття.

За результатами статистичного аналізу відмінностей середніх значень з використанням U-критерію Манна-Вітні для незалежних виборок, було встановлено, що рівень адаптованості студентів різних курсів зокрема 4-х і 5-х та 1-2-х статистично значуще відрізняється (U=14,031, p=0,001 і U=14,334, p=0,002 відповідно), тобто студенти, які лише розпочинають навчання в Україні характеризуються значно нижчим рівнем адаптивності ніж їх старші колеги. Подібні результати отримані нами за шкалами «неприйняття себе» (U=15,390, p=0,001 і U=14,429, p=0,001), «неприйняття інших» (U=14,441, p=0,004 і U=14,632, p=0,002), «емоційний комфорт» (U=13,110, p=0,001 і U=13,411, p=0,005), «емоційний дискомфорт» (U=13,360, p=0,004 і U=13,533, p=0,004) та «ескапізм» (U=12,539, p=0,005 і U=12,370, p=0,003), тобто студенти молодших курсів мають статистично значуще нижчі показники емоційного комфорту та значуще вищі показники неприйняття себе та інших, емоційного дискомфорту та ескапізму, ніж студенти четвертих і п’ятих курсів.

Нами було визначено студентів із високим, середнім і низьким рівнем адаптованості, які суттєво відрізнялися за рівнем психологічного благополуччя (табл. 2).

*Таблиця 2*

**Особливості психологічного благополуччя студентів із різним рівнем адаптованості**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Складові психологічного благополуччя | Високий рівень адаптованості  | Помірний рівень адаптованості | Низький рівень адаптованості |
| Позитивні стосунки | 79,7 | 78,2 | 53,8 |
| Автономія | 99,3 | 84,5 | 88,4 |
| Управління оточуючими | 92,4 | 81,4 | 84,1 |
| Особистісний ріст | 57,4 | 81,5 | 48,6 |
| Цілі у житті | 58,1 | 59,3 | 54,3 |
| Самоприйняття  | 58,5 | 59,4 | 54,3 |
| Психологічне благополуччя | 463,5 | 498,2 | 316,9 |

Отже, студенти з високим і середнім рівнем адаптованості характеризуються позитивним ставленням до інших людей тобто їм властиві вміння будувати довірливі стосунки, відкритість, здатність іди на компроміс задля підтримання відносин, натомість у студентів з низьким рівнем адаптованості частіше спостерігається ізольованість і соціальна фрустрація. Щодо особистісного зростання, то воно більше притаманне саме студентам із помірним рівнем адаптованості, які із оптимізмом дивляться у майбутнє, будують життєві плани, однак ще не впевнені, що почуваються комфортно далеко від Батьківщини. Шкали «цілі у житті» і «самоприйняття» у студентів незалежно від адаптованості виражені на одному рівні, статистичних відмінностей за цими показниками виявлено не було.

**Висновки.** Отже, у порівнянні з місцевими однолітками студенти-іноземці відчувають більш серйозні труднощі, схильні до великих стресів при входженні в студентське життя. Встановлено, що студенти, які лише розпочинають навчання в Україні характеризуються значно нижчим рівнем адаптивності ніж їх старші колеги. Студенти з високим і середнім рівнем адаптованості характеризуються позитивним ставленням до інших людей тобто їм властиві вміння будувати довірливі стосунки, відкритість, здатність іди на компроміс і загалом високий рівень психологічного благополуччя.

**Список використаних джерел**

1. Шабанова М. А. Социальная адаптация в контексте свободы / М. А. Шабанова // Соц. исслед. –1995. – № 9. – С. 81-88

2. Тьери, Л. Социокультурная адаптация иностранных студентов, обучающихся в российских вузах: автореф. ... дисс. канд. социолог. наук: 22.00.04 // Лондаджим Тьери. – Нижний Новгород, 2012. – 25 с.

3. Чучелина Е.В. Психологические факторы социально-психологической адаптации студенческой молодежи в условиях вуза: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Чучелина Елена Владимировна. – Самара, 2007. – 24 с.

4. Blau P. Exchange and Power in Social Life / P.Blau. – N. Y.: Wiley, 2017. – 478 p.

5. Parsons T. The Concept of Society: The Components and Their Interrelations / T.Parsons, N.Smelser // Societies: Evolutionary and Comparative Perspectives. – Englewood Cliffs (NJ): Prentice-Hall, 2005. – P. 5-29

**References transliterated**

1. Shabanova, M. A. (1995) Sotsial'naya adaptatsiya v kontekste []. Sots. Issled []. N. 9. P. 81-88 (in Russian)

2. T'yeri, L. (2012) Sotsiokul'turnaya adaptatsiya inostrannykh studentov, obuchayushchikhsya v rossiyskikh vuzakh: avtoref. ... diss. kand. sotsiolog. nauk: 22.00.04 []. Nizhniy Novgorod. 25 p. (in Russian)

3. Chuchelina, Ye.V. (2007) Psikhologicheskiye faktory sotsial'no-psikhologicheskoy adaptatsii studencheskoy molodezhi v usloviyakh vuza: avtoref. dis. ... kand. psikhol. nauk: 19.00.05 []. Samara. 24 p. (in Russian)

4. Blau, P. (2017). *Exchange and power in social life*. Routledge

5. Parsons, T., & Smelser, N. (2005). *Economy and society: A study in the integration of economic and social theory*. Routledge.

***Шейко А.А. Психологические аспекты адаптации студентов-иностранцев к обучению в Украине.*** *Статья посвящена психологическим аспектам адаптации студентов-иностранцев к обучению в Украине. Определено понятие адаптации, в частности социокультурной и адаптации к обучению в иноязычной среде, проанализированы результаты эмпирического исследования адаптации и ее связи с психологическим благополучием студентов-иностранцев. Установлено, что студенты, которые только начинают обучение в Украине характеризуются значительно более низким уровнем адаптивности чем их старшие коллеги. Студенты с высоким и средним уровнем адаптированности характеризуются положительным отношением к другим людям, им свойственны умение строить доверительные отношения, открытость, способность иди на компромисс и в целом высокий уровень психологического благополучия.*

***Ключевые слова:*** *адаптация, адаптивность, психологическое благополучие, студенты-иностранцы, фрустрация.*

***Sheiko A.O. Psychological aspects of adaptation of foreign students to study in Ukraine.*** *The article is devoted to psychological aspects of adaptation of foreign students to study in Ukraine. The concept of adaptation, in particular sociocultural and adaptation to learning in a foreign language environment is defined, the results of the empirical study of adaptation and its connection with the psychological well-being of foreign students are analyzed. It is found that students who are just beginning their studies in Ukraine are characterized by a much lower level of adaptability than their senior colleagues. Students with high and medium levels of adaptability are characterized by a positive attitude towards other people, that is, they have the ability to build trusting relationships, openness, the ability to compromise and, in general, a high level of psychological well-being.*

***Keywords:*** *adaptation, adaptability, psychological well-being, foreign students, frustration.*