

## ОСОБЛИВОСТІ ТА ЕТАПИ АДАПТАЦІЇ ІНОЗЕМНИХ СТУДЕНТІВ ДО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА УКРАЇНИ

Кожний іноземний студент, що прибуває до ВНЗ України на навчання, є представником певної країни з особливою ментальністю, психологічним станом, своєрідним сприйняттям світу й нового соціокультурного середовища. Це необхідно враховувати для успішного керування навчально-виховним процесом студентів-іноземців. З моменту вступу до українських університетів вони потрапляють у винятково незвичне і незнайоме для них мовне, соціальне і національне середовище, до якого їм потрібно адаптуватися. Труднощі процесу пристосування іноземних студентів до українського середовища і до навчання в українських університетах потребують всебічних психолого-педагогічних досліджень. Адже іноземці, що прибувають на навчання до України, повинні пристосуватися не лише до умов навчання в університеті, до специфіки проживання у гуртожитку, а й до життя в чужій країні з нерідним мовним середовищем. Дуже часто такі умови стають для них екстремальними.

Чотири типи труднощів перебування у новій країні, спільні для усіх іноземних студентів, виділив К. Хуанг:

- комунікаційні бар'єри, що зумовлюються недостатнім знайомством із складними лінгвістичними та паралінгвістичними особливостями мови країни навчання;
- пересування поміж культурних приналежностей – необхідність переміщуватися між соціокультурними цінностями рідної та нової країн, змінювати ідентифікацію;
- зміна соціального оточення – одночасний відрив від сім'ї, друзів, родичів та потрапляння до відчуженого ставлення представників місцевого соціуму;
- множинна звітність (перед сім'єю, адміністрацією вишу, міграційними службами, органами охорони правопорядку, урядовими установами рідної країни, спонсорами та ін.) [1].

Специфіка соціально-психологічного становища іноземних студентів у країні навчання, на думку дослідників, визначається низкою досить складних факторів [2; 3]:

- нові кліматичні та побутові умови;
- сумісне проживання у гуртожитку поряд із значною кількістю незнайомих людей – представників різних культур та релігій;
- незнання та нерозуміння норм, правил, традицій, звичаїв, вірувань, світоглядних установок, які панують у новому соціумі;
- недостатність, суперечливість, неоднорідність інформації про соціально-психологічні та культурні особливості країни навчання;
- неможливість використання звичних, стереотипних моделей прийняття рішень та поведінки у різних соціальних ситуаціях;
- необхідність спілкування та навчання на іноземній мові;

- відсутність рідних та близьких, необхідність встановлювати контакти та будувати відносини з новими людьми;
- тимчасовість, проміжний характер соціального положення (статус «візитера», який може зумовлювати свідоме або несвідоме ухилення від необхідності активно адаптуватися до нових соціокультурних умов);
- неможливість повноцінної економічної активності та повна залежність від фінансової підтримки з боку родичів та близьких із неможливістю навіть тимчасових та часткових заробітків.

Найбільш відомими феноменами, досліджуваними у зв'язку з психічними та соціально-психологічними проблемами, з якими стикаються іноземці, які приїждять у нову країну, навіть на обмежений термін задля набуття вищої освіти, є «культурний шок» та «стрес акультурації».

Поняття «культурний шок» у сучасній психології використовують для позначення симптому комплексу, спричиненого стресогенним впливом на іноземця нових соціокультурних умов у країні перебування. Сутністю цього психічного феномену є виникаючий на рівні свідомості та підсвідомості конфлікт культурних норм, властивих рідному соціуму студента-іноземця, та нових, запропонованих суспільством у країні навчання.

Західний дослідник-антрополог К. Оберг, який вперше ввів до наукового обігу поняття «культурний шок», виділив такі його прояви: підвищена напруга, пов'язана із зусиллями, потрібними для досягнення успішної соціально-психологічної адаптації; відчуття втрати (рідних, друзів, статусу, власності та ін.); відчуття відстороненості представників нової культури, знедоленості внаслідок неприйняття ними; збій у рольовій сфері (розумінні соціальних ролей, рольових очікуваннях, цінностях, почуттях та самоідентифікації); безпредметна тривога, здивування, навіть відраза та обурення через відчуття культурних розбіжностей; відчуття безпорадності, соціальної неадекватності, безпомічності, нездатності впоратися з новим середовищем [4].

Введення у науковий обіг поняття «стрес акультурації» є наслідком визнання того, що ситуація включення у нову культуру є стресовою для особистості. При цьому слід зазначити, що інтенсивність стресових переживань поглиблюється у мігрантів-студентів, які вимушені адаптуватися, залучатися до взаємодії не тільки з місцевими жителями – носіями культури країни навчання, але й з носіями інших культур, якими є студенти – громадяни інших країн, які теж приїхали в Україну задля отримання вищої освіти.

На думку К. Уорда, поняття «стресу акультурації» несе у собі дещо інше смислове навантаження, порівняно із поняттям «культурний шок», оскільки стан шоку призводить до виключно негативних наслідків, а стан стресу передбачає також можливість позитивного результату адаптації внаслідок застосування ефективних моделей долаючої поведінки [5]. Подолання соціально-психологічних проблем іноземних студентів, пов'язаних з переїздом на навчання у нову країну здійснюється у процесі міжкультурної адаптації. У багатьох дослідженнях зазначається, що

міжкультурна адаптація є одним з різновидів психічної адаптації. Відома етнопсихолог Т. Стефаненко використовує термін «міжкультурна адаптація» яка, на думку дослідниці, представляє собою «складний процес, у разі успішного завершення якого людина досягає відповідності (сумісності) з новим культурним середовищем, приймаючи його традиції як свої власні та діючи відповідно до них» [6, с. 326]. Залежно від індивідуально-психологічних особливостей мігранта, особливостей нового соціокультурного середовища, міри розбіжності рідної для мігранта та нової культури тривалість соціально-психологічної адаптації у новій країні може тривати від декількох місяців до 4 – 5 років, або так і не призвести до успіху й примусити мігранта повернутися до рідної країни.

До зовнішніх проявів успішної міжкультурної адаптації Т. Стефаненко відносить активну конструктивну участь людини в соціальному та культурному житті нового соціуму, повноправну взаємодію із її представниками. До внутрішніх проявів – відчуття психологічного благополуччя та насиченості життя важливими позитивними подіями. Важливим аспектом проблеми міжкультурної адаптації, досліджуваним як західними, так і вітчизняними науковцями, є виділення її стадій.

Відома модель стадій міжкультурної адаптації, протягом яких мігранти долають культурний шок, належить західному науковцю Г. Тріандісу, який описав такі п'ять стадій пристосування людини до нового соціокультурного оточення:

- «медовий місяць» – початкова стадія міжкультурної адаптації, на якій мігранту притаманний ентузіазм, позитивні емоції та враження, зацікавленість та захоплення різними аспектами нової культури, оптимістичні сподівання та плани (для мігрантів-студентів позитивне забарвлення цієї стадії також зумовлюється суттєвими зусиллями з боку осіб, відповідних за їх перебування в країні навчання);
- друга стадія адаптації, на якій мігрантам притаманна поява перших ознак занепокоєння щодо незвичного середовища, проблем соціально-психологічного та побутового характеру, що призводить до здивування, розчарування та фрустрації;
- стадія інтенсивного переживання культурного шоку характеризується тим, що мігрант починає зазнавати негативного впливу оточуючого середовища, усвідомлює наявні проблеми у спілкуванні з місцевими жителями, загострено сприймає виявлені розбіжності між рідною та новою культурою; на цій стадії також виникають психофізіологічні прояви культурного шоку, депресивні реакції, нудьга за батьківщиною та рідними, апатія, бажання дистанціюватися від чужої реальності та уникнути спілкування з представниками приймаючого соціуму;
- «примирення» – стадія міжкультурної адаптації, яка характеризується поступовим послабленням депресивної симптоматики, поверненням оптимізму, впевненості у собі, задоволеності життям, появою відчуття інтегрованості у життя оточуючого соціуму;
- «адаптація» – стадія на який припиняються будь-які емоційно-поведінкові реакції мігранта на розбіжності рідної та нової культури, внаслідок

пристосування до останньої, людина починає поважати місцеві соціокультурні особливості та переймає деякі моделі поведінки та цінності.

Іноземні студенти, навчаючись в Україні перший рік, гостро відчують вплив незвичної кліматичної зони, у них відбуваються порушення біоритмів через зміну часових поясів. Особливо важко при звичаються до української холодної зими й нестачі сонячних днів у осінньо-зимовий період студенти з африканських країн і Південно-Східної Азії. До цього слід додати й екологічну ситуацію у великих містах: загазованість повітря, велика кількість транспорту, шум, багато людей тощо. Перебування у великому місті дуже складно переносять у перший рік навчання студенти-іноземці, що народилися і проживали у маленьких селищах на своїй батьківщині. Важко проходить звикання до змін у харчуванні, даються взнаки інші смакові якості продуктів харчування, їх незвичний асортимент тощо. Окрім фізіологічних факторів, на адаптацію впливають соціальні фактори, нерідне соціальне середовище, “мовний бар’єр”, стиль поведінки оточуючих людей та ін. Наші багаторічні спостереження за студентами-іноземцями, інтерв’ю, співбесіди, а також дослідження педагогів і психологів указують на те, що процес соціально-психологічної адаптації студентів-іноземців ПФ можна умовно поділити на декілька етапів (фаз), що вказані у таблиці 1.

**Таблиця 1.**

### **Етапи адаптації студентів-іноземців першого року навчання у ВНЗ**

<b>Етапи адаптації</b>	<b>Основні характеристики</b>
Оцінювання можливостей і перспектив навчання	Майбутній студент, знаходячись на батьківщині, обирає країну навчання, мову навчання й оцінює свої можливості навчання в обраному за кордоном університеті, прислухаючись до порад батьків, друзів і знайомих.
Фаза кліматична	Визначається можливість знаходження у новій країні з урахуванням психофізіологічного стану організму
Очікування	Знаходження у стані емоційного передбачення зустрічі з новою країною, містом, університетом. Залежно від національно-психологічних особливостей відчуття стану ейфорії, передчуття чогось нового й незнайомого.
Входження до нового середовища	Студент потрапляє до нового і незнайомого суспільства, отримує

	інформацію стосовно правил поведінки і життя у ньому, починає контактувати з членами означеного суспільства. Оцінює свої можливості стосовно подальшого перебування у новій країні.
Фаза безпосередньої участі у навчальній діяльності	Починаються перші проблеми мовного, соціального, побутового характеру. Відчувається невідповідність між очікуваним і дійсністю, що може призвести до стресового стану студента
Депресія	Після перших днів (або тижнів) перебування у чужій країні всі іноземні студенти переживають психічні розлади різних ступенів, що виражаються у зниженні настрою, самооцінки, песимістичному погляді на все, що відбувається, і на майбутнє.
Рівновага	У разі подолання незадоволеності стосовно різних видів діяльності, зміни стереотипів життя студент починає відчувати стан стабільності

Адаптація іноземних студентів до українського освітнього середовища як багатокомплексний і довготривалий процес охоплює усі сфери їх життя. Найскладніший період адаптації припадає на перший рік навчання. Серед труднощів, із якими стикаються іноземні студенти, є об'єктивні (зумовлені новим змістом навчання, спілкування, взаємодії) та суб'єктивні (пов'язані з особливостями адаптанта: невпевненість, тривожність тощо). Деякі автори вказують і на педагогічні труднощі (недостатня розробленість теорії та практики навчально-виховного процесу, неготовність і навіть небажання деяких викладачів урахувувати вікові й індивідуальні особливості студентів). Таким чином, від успішності процесу адаптації іноземних студентів залежить їх наступна взаємодія з інтелектуальним і соціокультурним середовищем університету.

Прискорення процесу адаптації сприяє стабільному психоемоційному і фізичному стану студентів-іноземців; покращенню засвоєння нових знань; формуванню готовності до навчання в університетах України й осмисленню значущості майбутньої професії; формуванню нових особистісних якостей, засвоєнню нових соціальних ролей іноземних студентів та їх майбутнього соціального статусу. Іншими словами, частиною освітньої політики у галузі підготовки фахівців для зарубіжних країн має стати науково організований процес їх адаптації до навчальної діяльності в українському соціокультурному

середовищі, що сприятиме вдосконаленню якості як пропедевтичної, так і професійної освіти.

### **ЛІТЕРАТУРА**

1. Huang K. Campus mental health: the foreigner at your desk / K. Huang // Journal of American College Health Association. –1977. – № 25. – Р. 216–219.
2. Игнатова И.Б. Культурный шок и пути его преодоления иностранными студентами // И.Б. Игнатова, В.Г. Бурыкина// Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2010. – Т. 16. –№ 4. – С. 236– 239.
3. Максимчук Е.Д. Социально-психологическое сопровождение межкультурной адаптации иностранных студентов / Е.Д. Максимчук // Вестник ТГПУ (TSPU Bulletin). – 2015. № 11 (164). – С. 87–92.
4. Oberg K. Cultural Shock : Adjustment to new cultural environments / K. Oberg // Practical anthropology. – 1960. – № 7. – Р. 177–182.
5. Уорд К. Азбука аккультурации / К. Уорд // Психология и культура. – СПб.: Питер, 2003. – С. 656–709.
6. Стефаненко Т.Г. Этнопсихология / Т.Г. Стефаненко. – М. : Аспект Пресс, 2004. – 368 с.