

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ У ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ

В современных условиях ключевыми направлениями развития становятся стремление к обеспечению безопасности и поддержанию равновесия между индивидуальными потребностями и необходимостью адаптации к социальной среде. Социально-политическая нестабильность, а также активизация миграционных процессов способствуют формированию фоновой адаптационной реакции личности на множественные, часто противоречивые, контексты и ситуации повышенного риска. В этих условиях особую значимость приобретают задачи формирования эффективных стратегий адаптации, направленных на преодоление как внутренних, так и внешних угроз [1].

В педагогической науке адаптация часто рассматривается во взаимосвязи с процессом социализации. Несмотря на концептуальную близость, эти категории не являются тождественными. Согласно Л. Л. Шпаку, Б. Д. Парыгину и Е. В. Руденскому, различные формы адаптации представляют собой структурные элементы более широкого процесса социализации, который может быть условно разделён на два этапа: социальную адаптацию и интериоризацию. Первый этап охватывает приспособление личности к новым социальным и экономическим условиям, усвоение социальных ролей (например, роли студента), норм, принятых в различных социальных группах и институтах. Второй этап – интериоризация – включает в себя усвоение и интеграцию социальных норм и ценностей во внутреннюю структуру личности. При этом индивид сохраняет свою субъектность и не растворяется в социальной среде [2].

В результате исследования особенностей психологической адаптации у иностранных студентов получены результаты, представленные в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты исследования уровня психологической адаптации с помощью опросника «Краткая шкала психологической адаптации, BPAS» К. Демес и Н. Гираерт

Уровень психологической адаптации	Количество	
	человек	%
Низкий	3	1,7 %
Средний	126	70 %
Высокий	51	28,3 %

Согласно данным, представленным в таблице 1:

– низкий уровень адаптации выявлен у 1,7 % от общей выборки. Такой уровень адаптации указывает на выраженные трудности в эмоциональной адаптации к новой культурной среде. У респондентов с таким показателем чаще наблюдаются негативные эмоциональные состояния, включая тревогу, раздражительность, чувство отчуждённости и фрустрации. Возможны проявления дистресса, трудности с социализацией и снижение субъективного качества жизни;

– средний уровень адаптации выявлен у 70 % респондентов. Это указывает на наличие смешанных эмоциональных реакций и умеренной психологической адаптации. Испытуемые могут испытывать как положительные, так и негативные чувства, связанные с пребыванием в другой стране. Это может быть признаком того, что процессы адаптации находятся в активной стадии, с чередованием периодов комфорта и трудностей. Такой уровень часто характерен для переходного этапа и может развиваться в сторону как лучшей, так и худшей адаптации в зависимости от внутренних и внешних факторов;

– высокий уровень адаптации выявлен у 28,3 % выборки. Такой уровень адаптации свидетельствует о благоприятной эмоциональной адаптации к жизни в принимающем обществе.

Респонденты, получившие данный результат, как правило, демонстрируют устойчивое психологическое состояние, позитивное восприятие окружающей социальной среды и ощущение комфортного включения в новую культурную реальность.

Таким образом, большинство респондентов находятся на среднем уровне эмоциональной адаптации к новой культурной среде. Это указывает на наличие активной внутренней работы, направленной на освоение новых условий жизни, и подверженность влиянию как поддерживающих, так и стрессогенных факторов. Часть респондентов демонстрируют высокую степень адаптации, характеризующуюся стабильным психоэмоциональным состоянием, положительным восприятием социальной среды и успешной интеграцией в новое культурное пространство.

Литература

1 Аринушкина, Н. С. Особенности проявления психологической безопасности и социально-психологической адаптации иностранных студентов / Н. С. Аринушкина, М. В. Бабарева // Человеческий капитал, 2023. – № 12 (180) – С. 259–264.

2 Иванова, Г. П. Иностранный студент в российском вузе : монография / Г. П. Иванова, Н. Н. Ширкова, О. К. Логвинова. – М. : РУСАЙНС, 2022. – 138 с.

Д. О. Лавринович

Науч. рук. **С. С. Щекудова**,
канд. психол. наук, доцент

ИЗУЧЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ОТКЛИКА У ПОДРОСТКОВ

Актуальность исследования эмоционального отклика у подростков детерминирована тем, что рассмотрению проблемы эмпатии отводится особое место в связи с тем, что она выступает существенным условием для построения эффективного межличностного взаимодействия, что особенно важно для подросткового возраста [1].

База исследования: государственное учреждение образование «Гомельское кадетское училище».

Выборка исследования: 90 респондентов в возрасте от 14 до 17 лет. Контрольная группа – 68 человек, экспериментальная группа – 22 человека.

Результаты диагностики учащихся контрольной и экспериментальной групп до проведения развивающей программы, по методике «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбяна) представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Количественные показатели эмоционального отклика у подростков контрольной и экспериментальной групп (данные в %)

Уровни	Контрольная группа	Экспериментальная группа
Очень высокий	10	3
Высокий	17	10
Нормальный	39	23
Низкий	14	34
Очень низкий	20	30

Как следует из таблицы 1, *очень высокий уровень* эмоционального отклика выявлен у 10 % респондентов контрольной группы и 3 % респондентов экспериментальной группы.

Высокий уровень эмоционального отклика выявлен у 17 % респондентов контрольной группы и 10 % респондентов экспериментальной группы.