

СЕКЦИЯ 5. ПРОБЛЕМЫ ОБУЧЕНИЯ И СОЦИОКУЛЬТУРНОЙ АДАПТАЦИИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ

УДК 378.147:811'243

Н. В. Корсак

УО «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины»,
г. Гомель, Беларусь

УПРАВЛЕНИЕ ЭНЕРГОПОТЕНЦИАЛОМ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ УСВОЕНИЯ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА

В статье обращается внимание на особенности адаптации иностранных студентов, которые находятся в иной социально-психологической и культурной ситуации. Делается вывод о том, что основной проблемой иностранных студентов является низкий уровень подготовки по русскому языку, что приводит к повышению энергозатрат на понимание и усвоение изучаемых дисциплин. Приводятся основные психологические приемы, которые способствуют поддержанию высокого уровня энергопотенциала.

Ключевые слова: энергопотенциал, студенты, иностранный язык, психическая энергия, саморегуляция.

Адаптация иностранных студентов к учебной деятельности представляет собой сложный многоуровневый процесс, так как она включает в себя не только усвоение новых правил и форм социального взаимодействия, но и преодоление лингвистических и семантических барьеров общения. Как известно, большинство студентов, приезжающих в нашу страну для получения образования, имеют низкий уровень владения русским языком, на котором преимущественно осуществляется процесс преподавания. Соответственно, помимо того, что иностранным студентам приходится изучать учебный материал относящийся к их будущей специальности, они постоянно должны говорить и понимать русский язык, который для них является иностранным. Это в свою очередь требует больших физических и интеллектуальных затрат, или, как принято говорить в психологических науках, энергий.

Понятие «энергия» в психологии использовали В. М. Бехтерев, З. Фрейд, В. Г. Ананьев, П. К. Анохин, Х. Дельгадо. Так, в статье, посвященной проблеме энергетического потенциала человека в научной школе В. Г. Ананьева, отмечается, что у испытуемых с более высоким вербальным интеллектом температура кожи висков в условиях тестирования повышается больше, чем у тех, кто имеет более низкий вербальный интеллект. А температура, измеряемая отдельно на коже правого и левого висков, отражает интенсивность кровоснабжения в соответствии с

метаболическими потребностями полушарий в зависимости от их функциональной активности.

Одним из первых понятие «психическая энергия» использовал В. Оствальд в своей работе «Философия природы». Согласно его мнению, различные энергии не нуждаются в каком-либо носителе и понятие «энергия» должно полностью заменить понятие «материя». Думается, что потребность в этом понятии очевидна, так как в жизни мы реально сталкиваемся с колебаниями нашего энергетического потенциала [1].

Очевидно, что любая деятельность и любое поведение требует определенных энергетических затрат. В одних случаях эти затраты весьма значительны, в других — минимальны. Уместно также говорить об оптимальном расходовании энергии при выполнении конкретной деятельности, а также об экстренном ее использовании в чрезвычайных обстоятельствах. Нередко успех приходит именно к тому, кто в состоянии сконцентрировать колоссальную энергию в нужный момент.

Аналогичная ситуация имеет место, когда студентам, которые еще не овладели новым языковым средством, предлагается воспринимать лекции на этом иностранном языке. Время от времени они вынуждены прибегать к «внутреннему переводу» воспринимаемого материала на родной язык. К тому же затруднения, испытываемые в этом случае, удваиваются. С одной стороны, необходимо понимать иноязычную речь, в которой время от времени встречаются незнакомые слова. С другой стороны, в лекции содержится новая информация, которую тоже надо понять и зафиксировать в конспекте. Неудивительно, что примерно после 30-40 минут столь нелегкой работы они начинают частично «выключаться» из учебного процесса. Другими словами, утомление приводит к нарушению выполнения тех операций, которые требуют максимальной мобилизации внимания.

Во время индивидуальных бесед с иностранными студентами, еще не достигшими высокого уровня владения русским языком, было обнаружено, что примерно после сорокаминутного активного пользования новым средством в форме беседы на самые разнообразные темы речь обучаемого перестает соответствовать требуемым нормам. Слова нередко объединяются во фразы в исходной форме, игнорируются артикли, адекватная временная форма глагола и т.д. Порой наблюдается снижение качества произношения. Интересно, однако, что у маленьких детей, овладевающих родным языком и упражняющихся в пользовании им едва ли не целый день, нехватка энергии не замечается. Возможно, по той простой причине, что у них еще не сформирована потребность в экономии энергии, столь развитая у большинства взрослых.

Проблема энергоснабжения при усвоении иностранных языков часто незримо присутствует в случаях, когда студент отличается высоким уровнем мотивации, но в силу обстоятельств не может уделить самостоятельной работе над языком необходимое количество времени. Его энергетика на занятиях могла бы оказаться практически оптимальной, если бы речевая практика не предъявляла к ней все более высокие требования. Возникающие

при этом энергозатраты, естественно, вызывают снижение уровня бодрствования и побуждают к переходу на родной язык.

Очевидно, что приведенные данные указывают на существование проблемы рационального расходования энергии в процессе усвоения иностранного языка. Низкий энергетический уровень снижает эффективность фиксации иноязычного материала в памяти, затрудняет подбор лексико-грамматических средств в процессе говорения, снижает эффективность функции контроля за речепроизводством, не позволяет сжать «поток» иноязычной речи в смысловые единицы при ее восприятии. Вместе с тем одно и то же энергетическое напряжение для одних студентов является оптимальной нагрузкой, а для других — перегрузкой, проявляющейся в меньшей эффективности деятельности.

Само собой разумеется, что эффективное усвоение иноязычного материала вряд ли окажется возможным, если студент близок к дремотному состоянию. Предпочтительнее более высокие уровни бодрствования, называемые в физиологии активацией, а в психологии — психическим напряжением. Нервная система всегда находится в состоянии определенной активности, и наличие некоторого тонуса совершенно необходимо.

Согласно А. Р. Лурия, можно выделить три основных источника активации: обменные процессы организма; раздражения, поступающие из внешнего мира; намерения и планы, перспективы и программы, которые формируются в процессе сознательной жизни. Нетрудно заметить, что выделенные источники активации самым непосредственным образом связаны с таким психологическим феноменом, как мотивация. Имеются в виду раздражения, поступающие из внешнего мира, а также намерения и планы, перспективы и программы, которые формируются в процессе сознательной жизни человека. Первые находят проявление в так называемой внешней мотивации, вторые — преимущественно во внутренней мотивации.

Г. Селье пользовался для называния феномена термином «адаптационная энергия» и выделял два ее типа: поверхностный, легкодоступный и восстанавливаемый; скрытый более глубоко, пополняющий израсходованный поверхностный только после отдыха или переключения на другую деятельность.

Очевидно, что необходимо учитывать энергозатраты и ориентироваться на следующие механизмы энергопотенциала: механизм расходования энергии, механизм восстановления расходуемой энергии, механизм накопления энергии свыше исходного уровня. Расходование энергии можно стимулировать, побуждая, например, студента воспроизводить материал на иностранном языке тогда, когда он не в состоянии это делать. На восстановление израсходованной энергии можно влиять косвенно — через отдых. Что касается ее накопления, то положительно влияет не только продолжительность отдыха, но и разумная организация досуга, особенности окружающей среды, внесение определенного разнообразия в учебно-познавательную деятельность.

Л. П. Гримак выделяет следующие механизмы саморегуляции, которые следовало бы учитывать в процессе усвоения иностранных языков [2]:

1) проявляется в усилении двигательной активности, имеющей место в ситуациях, когда взволнованный человек беспрестанно двигается, буквально не находит себе места, готов к неожиданным и бурным реакциям. В его головном мозге генерируется настолько высокая активность, что она не может быть срочно уравновешена собственными системами мозга, а поэтому большая ее часть переключается на внешние двигательные и речевые реакции, а также системы внутренних органов, осложняя их работу.

2) предполагает продуцирование дополнительной нервной импульсации, необходимой для повышения тонуса мозга. Он предназначен для предотвращения возможного психического перенапряжения. В случаях, когда, несмотря на усталость, необходимо пользоваться столь сложным средством как иностранный язык, дополнительное мышечное напряжение может содействовать повышению уровня активности мозга. Расслабленные мышцы, наоборот, снижают уровень энергетической обеспеченности. Наибольшее расслабление скелетных мышц происходит во сне.

3) осуществляется через изменение внешних условий либо в целях стимуляции, либо снижения избыточной активности мозга. Например, обряды, ритуалы, традиции ассоциативно связаны у человека с определенным психическим настроением и благодаря этим связям способствуют поддержанию соответствующих состояний, обеспечивают психологическую устойчивость в трудных условиях. В процессе обучения иностранным языкам определенные ритуальные действия можно применять в целях снижения повышенной тревожности у отдельных учащихся. Эти действия могут также оказаться полезными в деятельности синхронного переводчика. Более важным, однако, представляется не столько снижение, сколько стимуляция психического тонуса, так как активное пользование новым средством общения вызывает, как было показано выше, утомление. По этой причине преподавателю необходимо учитывать динамику работоспособности в течение занятия и планировать своевременную смену видов деятельности.

Полезным окажется также знание основных психологических приемов, способствующих поддержанию высокого уровня энергетического потенциала, основанных на участии следующих волевых процессов:

- самоубеждение как сознательное воздействие на мотив (систему мотивов) через логическое обоснование целесообразности того или иного действия, поступка;

- самовнушение – этот регулятор действует на уровне стереотипов. Эффект самовнушения особенно велик, если слова сопровождаются яркими представлениями, а словесные внушения предельно просты и кратки, позитивны и оптимистичны. Повторяемость – важный фактор

улучшения подсознательного воздействия, а поэтому каждую фразу рекомендуется проговаривать несколько раз;

- самоподкрепление – так как источник самоподкрепления находится в самом человеке, то он может достаточно свободно распоряжаться этим средством, подкрепляя свои реакции или же не подкрепляя их в зависимости от того, насколько они его устраивают. Его разновидности самонаказание - когда человек сам себя лишает какого-либо удовольствия из-за низких результатов деятельности, и самоодобрение - формирование положительного отношения к себе, своим целям и способам деятельности, в ощущении внутренней свободы, что приводит психику в уравновешенное состояние. Очевидная польза и цель самоподкрепления при усвоении иностранных языков логично вытекает из материалов, раскрывающих природу энергопотенциала.

Как указывает в своей книге Н. Т. Ерчак, для более заинтересованного и конкретного отношения к нашей психической энергии можно учесть встречающиеся в литературе рассуждения о существовании нескольких видов психической энергии. Принимая во внимание ее знак и интенсивность, говорят о проявлении:

а) высокого уровня положительной энергии, имеющей место в ситуациях, когда человек достигает самых высоких результатов;

б) низкого уровня положительной энергии, наблюдаемой в ситуациях, когда имеет место полное и глубокое расслабление;

в) высокого уровня отрицательной энергии, которая характерна для состояния гнева, ненависти или страха;

г) низкого уровня отрицательной энергии, типичной для болезненных состояний, поражений и неудач [1].

Во время занятий иностранным языком могут эффективно применяться и другие способы активизации энергопотенциала. Это цвет, запах, ситуация, выполняемые роли и пр. Иноязычный материал сам по себе является гармоничным явлением. Способность воспринимать красоту звучания нового средства общения, изящность выражения мысли, необычность построения фразы еще один важный источник увеличения энергопотенциала. Не зря ведь нам нравятся афоризмы, пословицы. Особенно велики возможности накопления энергии благодаря феномену синергии. По этой причине благоприятный психологический климат в учебной группе, а также высокая позитивная энергия, исходящая от преподавателя, несомненно, способствуют повышению энергопотенциала каждого студента. Само собой разумеется, что это состояние преподавателя зависит не только от него самого, но и от психологического климата в самом учреждении образования.

Таким образом, необходимо подчеркнуть следующую простую, но очень важную мысль: если человек в состоянии мобилизовать свою психическую энергию (волевые усилия) при встрече с трудностями и

преодолеть их, то у него высокий уровень саморегуляции; неспособность же к этому, наоборот, свидетельствует о низком ее уровне. Основное назначение саморегуляции состоит в обеспечении адекватных и экономичных поведенческих реакций. В нашем случае это непосредственно касается процесса социально-психологической адаптации и усвоения иностранных языков студентами в процессе образовательной деятельности, а также межличностного взаимодействия.

Список использованных источников

1 Ерчак, Н.Т. Иностранные языки: психология усвоения: учебное пособие / Н.Т. Ерчак. – Минск: Новое издание; М.: ИНФА-М, 2013. - 336 с.

2 Гримак, Л.П. Общение с собой: Начала психологии активности / Л.П. Гримак. – М.: Политиздат, 1991. – 320 с.

УДК 159.9.07:316.362.1-159.922.8

Е. В. Одиночкина, старший преподаватель
УО «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины»,
г. Гомель, Беларусь

ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ К ОБУЧЕНИЮ В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ

Статья посвящена эмпирическому исследованию особенностей адаптации иностранных студентов к обучению в высшем учебном заведении. Рассмотрены некоторые аспекты кросс-культурной адаптации. Очерчены перспективы дальнейших исследований.

Ключевые слова: адаптация, кризис, психопросвещение, тренинговые занятия, кросс-культурные особенности.

Адаптация к обучению в высшем учебном заведении – это актуальная проблема иностранных студентов, с которой они сталкиваются при вхождении в общество с иными этнокультурными особенностями [1]. Адаптация первокурсников, тем более иностранных, является процессом активного включения в новую образовательную среду, в результате которого решаются задачи формирования интереса у студентов как к обучению, так и к развитию способностей личности к самоорганизации.

Различные виды и направления работы с иностранцами исследовали Г. У. Солдатова, Л. А. Шайгерова, М. К. Запф. Особенности адаптации иностранных студентов описывали Н. Ш. Мифтахова, М. Б. Газизов, М. И. Витковская, И. В. Троцук. Проблемы адаптации студентов рассматривали: А. Итализова, Н. К. Еремин, Г. Р. Шагивалеева.