

С каждым годом все больше иностранных учащихся приезжает в Россию для получения высшего образования и каждый иностранный студент объективно проходит процесс адаптации. Процесс адаптации к студенческой жизни довольно трудный, даже если учишься в своей стране. Период пребывания иностранных студентов в России колеблется от двух недель до нескольких лет, то можно понять насколько важен постоянный контроль за процессом адаптации, который включает в себя множество аспектов, основные из которых будут рассмотрены в данной статье. С первых дней пребывания в российском вузе иностранные студенты находятся в непривычной для них социокультурной, языковой и национальной среде, в которой им предстоит адаптироваться в кратчайшие сроки. Поэтому успешное управление учебно-воспитательным процессом для иностранных студентов является неотъемлемой частью решения задачи адаптации. Эффективная адаптация повышает качество и уровень обучения иностранных студентов, обеспечивает высокую мотивированность овладения знаниями, умениями и навыками. Иностранные студенты с первых дней пребывания в вузе начинают испытывать трудности, которые существенно отличны от трудностей российских студентов. Для успешного управления учебно-воспитательным процессом иностранных студентов необходимо учитывать, что с поступлением в ВУЗ они попадают в непривычную для них социальную, языковую и национальную среду, к которой им предстоит адаптироваться. Организация успешной адаптации способствует более быстрому включению их в студенческую среду, облегчает процесс обучения и воспитания. Поэтому актуальной задачей является изучение психолого-педагогических аспектов адаптации иностранных студентов к учебно-воспитательному процессу, разработка психологических рекомендаций, направленных на совершенствование их адаптации. В современной научной литературе традиционно рассматривается адаптация к одному или двум факторам, например: адаптация к физическим нагрузкам, климатическая адаптация, социальная адаптация и другое. Однако, иностранцам, прибывающим на учебу в ВУЗах приходится адаптироваться к множеству самых различных факторов. Адаптация – это предпосылка активной деятельности и необходимое условие ее деятельности. В этом заключается положительное значение адаптации для успешного функционирования индивида в той или иной социальной роли. Под адаптационной способностью понимают способность человека приспосабливаться к различным требованиям (социальным и физическим) среды без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой. Адаптационные возможности являются предметом изучения целого ряда наук, включая все гуманитарные и медико-биологические науки. Тем не менее, общепринятого определения понятия адаптации нет. Слово «адаптация» (от лат. *Adapto* – приспособление) возникло в биологии для обозначения процесса приспособления строения и функций организма (особей, популяций, видов) к

условиям окружающей среды. Различают адаптацию как процесс и адаптированность как наиболее устойчивое состояние организма в новых условиях (результат процесса адаптации). С точки зрения физиологических резервов организма, различают срочную и долговременную адаптацию. Для изучения адаптации выделяется три уровня: · физиологический (сенсорная адаптация); · психологический; · социальный (социальная адаптация). В рассматриваемом случае, когда объектом исследования являются иностранные учащиеся ВУЗов, адаптация – это процесс установления определенного соответствия личности с новой для него иноязычной социальной средой, как правило, в новой климатической зоне. Сам процесс адаптации в этом случае довольно сложен и включает в себя несколько видов адаптации: индивидуально-психологическую, социально-психологическую, этнопсихологическую, культурную, коммуникативную, физиологическую и др. Все они тесно связаны между собой и обусловлены преодолением культурного и языкового барьеров, а также приспособлением организма к новым климатическим условиям. Все перечисленные виды адаптации, особенно на начальном этапе обучения, проявляются одновременно и являются серьезными препятствиями, как в познавательной, так и коммуникативной деятельности. Преодоление этих препятствий сопряжено с существенными затратами интеллектуальных, психических и физических сил студентов. Исследователи адаптации иностранных студентов, как правило, выделяют три группы адаптационных проблем: · академические, т.е. связанные с учебным процессом; · индивидуальные, связанные с особенностями личности; · социокультурные, связанные с условиями новой социальной среды, которые интенсивно изучаются и успешно применяются в практике обучения иностранцев в ВУЗах. Однако практики недооценивают вопросы адаптации, связанные с физической активностью иностранных учащихся, так как именно здесь кроются резервы повышения эффективности процесса адаптации. Адаптивная физическая активность является мощным средством восстановления психических и физических сил иностранных студентов, помогает справиться с проблемами социальной и индивидуально-психологической адаптации. Типичными психологическими особенностями иракских студентов являются экстрове́ртированная направленность личности, достаточно высокий уровень развития потребности в общении. Эти личностные особенности оказывают существенное влияние на процесс адаптации англоговорящих иракских студентов в ВУЗе. В первые несколько недель после приезда в новую страну особое напряжение испытывают студенты из материально плохо обеспеченных семей и те, кто привык к чрезмерной опеке со стороны родителей. Они находятся в состоянии стресса: жалуются на потерю аппетита, усталость, вялость, бессонницу, плохое настроение и раздражительность. Надо отметить, что многие студенты отмечают большую помощь земляков, которые живут в

Казани уже некоторое время. Кроме бытовых, каждый иностранный студент испытывал языковые трудности по приезде в другую страну для обучения. Невозможность объясниться с людьми из службы сервиса ставит их в крайне затруднительное положение. Трудности возникают при покупке вещей или продуктов питания. Лишь при помощи жестов, мимики и отдельных фраз иностранные студенты могут первое время объясняться с русскими людьми. Объяснение жестами и ошибки в построении фраз вызывают смех и удивление, а порой носят неприличный характер, что очень огорчает и смущает иностранцев. Адаптация к климатическим условиям – один из самых долгих и трудных процессов. Студентам было очень тяжело приспособиться к частой перемене погоды, малому количеству солнца и наличию снега. Смена климата также является сильным раздражителем для человека, она может вызвать расстройство сна, головную боль, повышение кровяного давления, обострить хронические заболевания. Повышение и понижение температуры, изменение влажности воздуха, колебания атмосферного давления, особенности светового дня могут вызвать плохое настроение и дискомфорт. Наиболее быстро протекает процесс адаптации к русской кухне. Во многих странах как и в России предпочитают картофель, рис, мясо и рыбу, но используют большее количество приправ. Поэтому отдельные блюда оказались сходными с блюдами родной кухни, что вызывало приятное удивление. Приспособление к резкому изменению климатических условий и пище заставляет человека включать соответствующие адаптационные механизмы, что оказывает отрицательное влияние на учебный процесс, отодвигая его на второй план. Адаптации студента-иностранца к новой социокультурной среде способствуют две группы факторов: зависящие от студента; зависящие от преподавателя. Со стороны студента важны: достаточный уровень базовой подготовки, уровень знания русского языка, индивидуальная способность к обучению, особенности национального менталитета. Преподаватель, в свою очередь, должен быть компетентен в предмете, владеть языком общения и обладать определенными личными качествами. Одним из важных аспектов адаптации студентов-иностранцев к обучению является понимание новой системы образования. Главным условием довузовской подготовки иностранных студентов является быстрое и эффективное овладение русским языком. Чем лучше усваивается язык, тем эффективнее адаптация, тем быстрее студент перестает стесняться обращаться со своими просьбами и вопросами к русским, т.е. общаться становится легче, а значит, и проще познание нового, что очень важно. Студенты-иностранцы болезненно переживают непонимание, а тем более конфликты с преподавателями. По их мнению, самым идеальным «ускорителем» адаптации является создание атмосферы «добротного дома», где каждый студент-иностранец «нашел бы себя». Немаловажным является состав групп подготовительного факультета, в основном каждая группа состоит из 8-10 человек, благодаря чему

преподаватель может каждому студенту уделить достаточно внимания. Спорным является вопрос формирования групп по национальному признаку. Лучше, когда группа является интернациональной, что очень стимулирует процесс изучения русского языка. Отношения в группе у иностранных студентов тоже складываются по-разному. Некоторые соученики помогают выполнять домашнее задание, сдавать экзамены, вообще относятся доброжелательно и стараются помочь. Но есть и такие, кто смеется над плохим русским языком иностранца, его внешним видом. Иностранные студенты с интересом познают Россию, людей, нравы, обычаи, быт, отношение к истории, религии. Посещение музеев, выставок, концертов, драматических театров, встречи и вечера интернациональной дружбы со студентами вузов и колледжей, школьниками города также способствуют адаптации иностранных студентов. Преодолев значительный период адаптации, иностранные студенты меняются, их взгляды на жизнь становятся другими, и они начинают ценить то, что не замечали раньше. Некоторые студенты приезжают после начала учебного года, поэтому на подготовительном факультете создаются группы изучения русского языка разной интенсивности и продолжительности. В исследовании особое внимание уделялось реализации принципа индивидуального подхода и доступности при адаптации англоговорящих иностранных студентов к воздействию неблагоприятных климатических условий в сочетании с физическими нагрузками. Во всех сферах адаптации в 3-4 раза больше иностранных студентов-девушек, чем юношей, испытывают проблемы, однако общение с одноклассниками одинаково сложно для представителей обоих полов. В целом для большинства иностранных студентов главной проблемой становятся бытовые условия, а так как абсолютное большинство (92%) студентов-иностранцев проживает в общежитии, то, соответственно, условия проживания в общежитии. Также вызывают сложности при социально-психологической адаптации англоговорящих иностранных студентов к учебно-воспитательному процессу такие факторы как необходимость общаться на русском языке (24%), отношение окружающих (14%), отсутствие родственников (8%), т.е. большинство иностранных студентов сталкиваются с трудностями физического, так и социального характера. По мнению иностранных студентов, владение русским языком не является доминирующим фактором успешной адаптации – на первом месте стоит наличие хороших друзей и знакомых (40%), а владение русским языком (29%) имеет такое же значение, как материальная обеспеченность (25%). В заключение следует еще раз подчеркнуть, что попадая в иную социокультурную среду, иностранный студент испытывает необходимость адаптироваться к ней с разных позиций: · как представитель своей страны, т.е. как носитель своей социокультуры, традиций, обычаев, норм поведения, системы ценностей; · как молодой человек, т.е. как социализированная личность с присущими ей специфическими личностными особенностями; · как студент, т.е.

субъект деятельности педагогической среды и как объект воздействия этой среды на него. Абсолютное большинство иностранных студентов по приезду в Россию сталкивается со множеством трудностей как физиологического (привыкание к климату, кухне), так и социально-психологического характера (приспособление к бытовым условиям, нормам поведения и требованиям учебной деятельности). Специфика адаптации иностранных студентов определяется их национально-этническими, социокультурными и психологическими особенностями, а также зависит от типа общей и профессиональной направленности, уровня развития познавательных процессов и организации учебно-воспитательного процесса. Социально-психологическая адаптация иностранных студентов к учебно-воспитательному процессу ВУЗа обусловлена их включением в новую социокультурную, языковую и учебную среду, связана с установлением и развитием формальных и неформальных отношений с преподавателями и друг с другом, с украинскими студентами, зависит также от учебной информации. Педагогическое общение является обязательным условием социально-психологической адаптации иностранных студентов к учебно-воспитательному процессу ВУЗа. В процессе общения с иностранными студентами необходимо учитывать их личностные особенности. Общение преподавателей с иностранными студентами следует строить на основе психолого-педагогической поддержки. Для повышения процесса адаптации англоязычных иностранных студентов необходимо широко использовать методы адаптивной физической культуры как средства повышения эффективности процесса общей адаптации. Несмотря на множество проблем, которые существует у иностранного учащегося, он, как и все студенты мира, старается провести свое время с пользой для себя и для других.