

**ОПТИМИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ
В ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ НА ПРИМЕРЕ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ**

В статье предлагается вариант решения проблемы оптимизации процесса социально-психологической адаптации в высшей школе на примере иностранных студентов.

Ключевые слова: *болонский процесс, высшая школа, музыкальная авторская модель, социально-психологическая адаптация, иностранные студенты, авторская музыкальная модель В.Н.Янчишина*

Постановка проблемы. Успешная интеграция Украины в мировое образовательное пространство на практике не возможна без внедрения в учебный процесс методов, направленных на адаптацию иностранных студентов как к условиям, в которых будет проходить обучение, так и к реалиям жизни внутри нашего государства в целом. Однако к отбору и дальнейшему последовательному использованию подобных методов необходимо подходить с учетом как исторически сформировавшихся в процессе эволюционных культурных пластов, определяющих характерные ментальные черты национального поведения, свойственного тому или иному народу в целом, так и индивидуальных личностных особенностей каждого иностранного студента в частности.

Присоединение Украины к Болонскому процессу в мае 2005 г. (г. Берген, Норвегия) на Конференции министров европейских стран, отвечающих за высшее образование [2, С. 61], создало фундамент для новых возможностей: прозрачность обучающих программ, признание квалификаций, способствование мобильности студентов, преподавателей и научных работников [2, С. 62].

Но вместе с этим возник ряд проблем, который даже вызвал протест среди преподавательского состава. Так, реакцией на последствия этого события был отчаянный шаг, была объявлена бессрочная голодовка профессором Одесской консерватории Юрием Борисовичем Диким. Единые стандарты образования порождают, по мнению Ю.Б.Дикого штампы, стереотипы, и не создают творческую личность, что для искусства категорически противопоказано [11, С.5].

Дальнейшая работа по согласованию Болонского процесса в Сорбонской декларации 2007 г. включало в себя приоритеты создания условий для гибких траекторий обучения в высшей школе, включая процедуры признания предыдущего знания [2, С.63].

В современном мире разрушается процесс превращения информации в знания – считает Барматова С., - причины этого явления, что "человек постепенно утрачивает способность коммуникации с миром. Однажды посчитав, что информация о мире заменит ему прислушивание к миру и его чувствование". Искусственное "выращивание информации" строит символический мир пустоты, которая создает особую культуру восприятия, где отсутствуют общие кодовые системы. Наблюдается парадоксальное явление: провоз-

глашенное "информационное общество" все более разрушает основу интересности, а, следовательно, основу самого общества. Создавая таким образом дифференциацию общества, а не его интеграцию на основе всеобщей образованности. Очевидно, что информационные технологии особым образом структурируют социальные взаимоотношения людей, влияют на характер интересности отношений, когнитивных структур, эмоциональных реакций, и, как следствие, на систему ценностных представлений. Качественно изменяя все наработанные ранее социальные технологии: общения, обучения, принятия решений и т.д., информационные технологии не только не привели к качественно новому уровню отношений в различных областях социальной практики, но, напротив, вызвали повсеместный глубокий кризис образовательных систем [3, С.160-164].

И.И.Бабин указывает на то, что Болонский процесс – это важный механизм согласования, взаимопонимания, оптимизации отношений между странами и их образовательными системами, который не требует унификации содержания подготовки специалистов, технологии обучения и системы качества высшего образования [2, С.61].

Данная проблема является настолько актуальной и востребованной, что активно исследуется как опытными учеными, так и только приобщающимися к научно-исследовательской деятельности студентами. Так, согласно А.Д.Уткиной, успешность адаптационного процесса студентов к учебной деятельности и социальной среде высших учебных заведений стимулирует, особенно на первых курсах, результативность их интеллектуальной активности, укрепляет общий жизненный тонус, поддерживает высокий уровень работоспособности. Тем самым, предупреждается отсеиваемых, который происходит в основном в первые годы обучения. Кроме того, успешная адаптация оказывает значительное влияние на формирование мотивации личности и продуктивности учебной деятельности на старших курсах [10, С.121].

Целью нашей статьи является привести теоретическое обоснование к применению в учебно-педагогическом процессе отобранного нами специфического метода – музыкально профессиональной модели В.Н.Янчишина, свойства которой позволяют эффективно работать в формировании социально-психологической адаптации у иностранных студен-

тов. А также привести описание методических рекомендаций по их практическому использованию на примере иностранных студентов.

Исследование проводилось в высших учебных заведениях города Одессы: в Южно-Украинском национальном педагогическом университете, в Одесском национальном политехническом университете, в Одесском государственном медицинском университете в период с 2003 по 2012 г.

В исследовании приняло участие 182 человека в возрасте от 17 до 28 лет. Из них 176 мужчин и 6 женщин.

Задания исследования:

1. Провести теоретический анализ научной и научно-методической литературы, прямо или косвенно касающейся проблемы социально-психологической адаптации иностранных студентов в высших учебных заведениях;

2. Выбрать и скорректировать методический инструментарий, предварительно приведя теоретическое обоснование сделанного выбора;

3. Разработать и внедрить в педагогическо-преподавательский процесс высших учебных заведений практику проведения с иностранными студентами разработанных нами специализированных психологических тренингов, направленных на оптимизацию процесса их социально-психологической адаптации.

Проведенный нами анализ научной и научно-методической литературы позволяет констатировать следующее. Психологические закономерности этнических групп включают две стороны:

1.) Наиболее устойчивую часть – психический склад (национальный характер, темперамент, традиции и обычаи);

2.) Эмоциональную сферу (национальные или этнические чувства). В то же время феномен этноцентризма представляет собой психологическое явление, обозначающее склонность воспринимать все жизненные явления с позиции своей этнической группы, рассматриваемой как эталон, то есть, при ее постоянном предпочтении [7].

В свою очередь, Янушем Рейковским в его работе "Исследование выражения эмоций" приводятся объективные данные, согласно которым исследования поведения людей, принадлежащих к разным культурам, обнаружили, что в сфере выражения эмоций встречаются как универсальные типы реакций, так и специфические для отдельно исследующихся типов культур. Далее Рейковский обращает внимание на то, что рассматривая отдельные эмоции и разные формы их выражения, можно заметить, что некоторые из них понятны людям разных культур, тогда как другие можно понять только в рамках определенной культуры [8, С. 426-427].

Кроме того, одной из наиболее очевидных причин, тормозящих процесс социально-психологической адаптации иностранных студентов, на наш взгляд является существующий языковой барьер. Не секрет, что подавляющее большинство иностранных студентов (особенно в первые месяцы обучения) не владеют

языком, на котором проводится обучение даже на удовлетворительном уровне. Также следует учитывать, что соприкосновение с незнакомой культурой и непривычными условиями быта могут вызвать у иностранного студента так называемый "культурный шок" [12]. Негативными последствиями, которого могут стать слабая мотивация к усвоению, ухудшение усидчивости и работоспособности, постоянное нахождение студента в подавленном состоянии, и даже принятие решения об отказе от продолжения обучения в высшем учебном заведении и возвращение на родину.

Как известно, адаптация (лат. adaptation – приспособлять) в широком понятии означает приспособление органа, всего организма, личности или группы к изменяющимся внешним или внутренним условиям [9]. В свою очередь данное приспособление к изменяющимся внешним и внутренним условиям можно стимулировать посредством целенаправленного воздействия на эмоциональную сферу иностранных студентов.

В то же время, музыка является универсальным инструментом эмоционального воздействия, снимающим проблему как языкового, так и межнационального понимания. Слушая музыку, человек, вне зависимости от национального происхождения, склонен к проявлению искренних чувств и эмоциональных реакций.

Эмоции – это особый класс субъективных психологических состояний, отражающих в форме непосредственных переживаний, ощущений, приятного или неприятного, отношения человека к миру и людям, процесс и результаты его практической деятельности. К классу эмоций относятся настроения, чувства, аффекты, страсти, стрессы. Это так называемые "чистые" эмоции. Они включены во все психические процессы и состояния человека. Любые проявления его активности сопровождаются эмоциональными переживаниями [6, С.436].

Эффект воздействия на эмоциональную сферу при помощи музыкальной модели В.Н. Янчишина сказался в обогащении материала для восприятия языковой сферы и в улучшении понимания и усвоения языка, и одновременно создал условия для психокоррекции эмоциональной сферы.

Согласно составленному нами плану, методика предполагала проведение следующих этапов:

1. Проведение музыкальных сеансов с помощью музыкальной модели. (На данном этапе использовалась как живая музыка, так и аудиозаписи). При этом ставилась цель – развитие слуха для подготовки восприятия иноземной речи, развитию особенностей мелодики речи, а также психокоррекция эмоциональных состояний.

2. Проведение музыкальных сеансов при помощи музыкальной модели В.Н. Янчишина и психодиагностическое тестирование проводилось с целью получения данных о эмоциональных состояниях обучающихся. Работа с Алексией. Используемый психодиагностический инструментарий составили: Н.П. Фетискин. Методика "Визуально-ассоциативная оценка эмоциональных состояний".

3. Проведение занятий с использованием музыкальной модели, в ходе которых проводились беседы, студенты писали самоотчеты о тех переживаниях эмоций, образов, которые представлялись им на внутреннем экране. Отражение переживаний через формирование навыков письма и речи.

На этом же этапе в ходе осуществления планового наблюдения за поведением иностранных студентов во время проведения музыкальных сеансов на основе музыкальной модели В.Н.Янчишина нами было обнаружено, что некоторые из испытуемых реагируют на звучание музыки часто повторяющимися в хаотическом порядке телодвижениями в виде произвольного выполнения двигательных актов (движением рук, ног, поворотов головы, смещении туловища). После нашей просьбы описать в самоотчете свое психофизическое состояние нами было установлено, что та категория лиц, которая склонна к подобному реагированию на звучание музыкальных мелодий, отличается большей предрасположенностью к деструктивному влиянию стресса.

В свою очередь, обнаруженная нами закономерность подвигла нас на дополнительное исследование научной и научно-методической литературы. Из проведенного анализа литературы нами было установлено следующее:

Сущность стрессовой реакции заключается в "подготовительном возбуждении, активации, необходимой для готовности к физическому напряжению, однако у человека адаптация происходит иначе, чем у животных. В силу социальных запретов он не может реагировать бегством или агрессией, а механизмы, выработанные в эволюции, срабатывают и приводят в начале к вегетативному возбуждению внутренних органов. Здесь надо напомнить, что симпатическая система определяет активацию, парасимпатическая – восстановление функций после напряжения и общего расслабления организма" [4].

Таким образом, мы пришли к выводу, что прослушивание мелодий, входящих в музыкальную модель В.Н. Янчишина, воздействуя на бессознательном уровне, производит на определенную категорию иностранных студентов, наиболее подверженных деструктивному влиянию стресса, эффект, стимулирующий их к бессознательному выполнению действий, направленных на противодействие негативным последствиям дистресса и восстановление необходимого психофизического баланса.

М. Аргайл в своей работе "Психология счастья" прямо указывает на то, что физкультура и спорт это сфера деятельности, которая вызывает чувства благополучия в основном благодаря физическим эффектам,

ЛИТЕРАТУРА

1. *Аргал М.* Психология счастья // Психология и эмоции: [Хрестоматия] / сост. В.К. Вилюнас / Майкл Аргайл. – СПб.: Питер, 2008. – С. 314-337.

2. *Бабін І.І.* Стратегія й сучасні тенденції розвит-

подобным выделению эндорфина и других нейромедиаторов и последующей релаксации, кроме того возникает целый ряд психологических эффектов, таких как регулирование активации, временный отдых от определенного режима активности и чувства самоуважения в результатах достигнутых успехов [1, С.331].

В свою очередь, А. Менечетти считает, что если в теле осуществляется круговорот психической энергии, тогда мы можем говорить о здоровье и вообще оценивать ситуацию как чрезвычайно благоприятную: только через психическую интенциональность можно добиться психоэмоциональной целостности субъекта. Далее Менечетти указывает на то, что спортивные занятия обязательно должны происходить в группе. Групповой спорт это радостная социальность. Если спортом заниматься весело среди друзей, показывать им свои способности, доставляя радость как уму, так и телу, то идет процесс развития [5, С.570].

Таким образом, на данном этапе работы нами было принято решение осуществлять дальнейшую работу в двух параллельных направлениях. Проводилась работа в группе с иностранными студентами, не испытывающих на своем здоровье психосоматических проявлений, свидетельствующих о деструктивном влиянии стресса, на основе проведения музыкальных сеансов на основании использования музыкальной модели В.Н. Янчишина. Проводились работы в меньшей по численности группе иностранных студентов с проявлениями симптомов, свидетельствующих об их восприимчивости к деструктивному влиянию стресса. В данном случае методика была дополнена разработанным комплексом простейших аэробно-танцевальных упражнений.

4. Повторное проведение психодиагностического тестирования с целью выявления произошедших изменений.

На основании проведения методики психодиагностики, наблюдений, бесед и анализа продуктов обучающей деятельности студентов-иностранцев, можно отметить позитивные сдвиги, которые выявились в следующих закономерностях: восстановление хорошего самочувствия, исчезновение негативных эмоций, появилась удовлетворенность новыми условиями жизни, втягивание в ритм жизни в вузе.

Таким образом, мы можем сделать выводы о практической эффективности предлагаемой нами методики, как ее первоначальном воплощении, так и с внесенными по ходу проведения исследования дополнениями, и ее влиянии на оптимизацию процесса социально-психологической адаптации иностранных студентов к высшей школе, что дает нам право рекомендовать ее в учебно-педагогический процесс высших учебных заведений.

ку вищої освіти в контексті Європейського простору вищої освіти // Педагогіка і психологія / І.І. Бабін. – 2009. – №2 (63). – С.61-71.

3. *Барматова С.* Изменение места и роли коммуни-

кации в современном мире // Социология: теория, методы, маркетинг / С. Барматова. – 2009. – №3. – С. 158-168.

4. *Грановская Р.М.* Элементы практической психологии. 5 изд. испр. и доп. / Рада Михайловна Грановская. – СПб.: Речь, 2007. – 655 с.

5. *Менечетти А.* Введение в теорию онтопсихологической музыкотерапии. // Методы эффективной психокоррекции: [хрестоматия] / сост. К.В. Сельченко / Антонио Менечетти. – Мн.: Харвест, 2003. – С. 531-576.

6. *Немов Р.С.* Психология. В 3-х кн. Кн. 1: Общие основы психологии: [учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений] / Роберт Семенович Немов. – 5-е изд. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2008. – 687 с.

7. Основы психологических знаний / авт.-состав. Г.В. Щекин. – 4-е изд., стереотип. – К.: МАУП, 2001. – 128 с.

8. *Рейковский Я.* Исследования выражения эмо-

ций // Психология мотивации и эмоций: Хрестоматия. / сост. Ю.Б. Гиппенрейтер, М.В. Фаликман / Януш Рейковский. – М.: АСТ: Астрель, 2009. – С.423-430.

9. Словарь для начинающего психолога. / Под общ. ред. И.В. Дубровиной. – СПб.: Питер, 2008. – 160 с.

10. *Уткина А.Д.* Соціально-психологічна адаптація іноземних студентів у вищих навчальних закладах / А.Д. Уткина // Науковий вісник. Збірник наукових праць Південноукраїнського національного педагогічного університету ім. К.Д. Ушинського. – 2011. – №3-4. – С.120-126.

11. *Фомич А.* Художник должен быть голодным / Алена Фомич / Юг. Независимая газета. – 2005. – 10 сентября.

12. *Tajfel, Turner J.* An integrate theory of intergroup conflict // The social psychology of intergroup relation. Montrey, Calif, 19-9.

Подано до редакції 08.10.12