

УДК 159.923

Соломонов Владимир Александрович

ОСОБЕННОСТИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ АДАПТАЦИИ К УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ: КРОССКУЛЬТУРНЫЕ АСПЕКТЫ¹

В статье представлены результаты исследования адаптации студентов к учебной группе, рассмотрены особенности совладающего поведения российских и зарубежных студентов в условиях адаптации. Анализ форм копинг-механизмов позволил определить основные стратегии совладающего поведения у российских и иностранных студентов, влияющих на адаптацию к учебной группе и учебной деятельности. Копинг-стратегии распределены на три группы по степени адаптивных потенциалов: адаптивные варианты, относительно адаптивные варианты, неадаптивные варианты совладающего поведения. Результаты исследования показали достоверные различия между когнитивными показателями совладающего поведения у студентов из России, ближнего и дальнего зарубежья.

Ключевые слова: адаптация, студент, копинг-стратегии, совладающее поведение, кросскультурные особенности.

Vladimir Solomonov

FEATURES OF CONDUCTING BEHAVIOR OF STUDENTS IN CONDITIONS OF ADAPTATION TO EDUCATIONAL ACTIVITY: CROSS-CULTURAL ASPECTS

The article presents the results of the study of students' adaptation to the training group, the peculiarities of coping behavior of Russian and foreign students in the context of adaptation are considered.

The analysis of the forms of coping mechanisms has made it possible to determine the basic coping strategies for Russian and foreign students that affect the adaptation to the training group and educational activities. Coping strategies are divided into three groups according to the degree of adaptive potentials: adaptive options, relatively adaptive options, nonadaptive options for coping behavior. The results of the study showed reliable differences between the cognitive indicators of coping behavior among students from Russia, near and far abroad.

Key words: adaptation, student, coping strategies, coping behavior, cross-cultural characteristics.

Введение / Introduction. Адаптацию студентов к учебной деятельности и учебной группе принято считать критическим периодом их профессионального и личностного развития. От успешности этапа вхождения в новую социокультурную среду во многом зависит дальнейшее профессиональное становление молодых людей. В связи с большим количеством отчислений студентов в период адаптации отечественные исследователи (Т. Л. Крюкова [3], В. Г. Асеев [1] и др.) подчеркивают необходимость исследования механизмов преодоления данного кризиса с позиций совладающего (копинг) поведения.

Изучение роли совладающего поведения в период преодоления кризиса учебной адаптации является актуальным для повышения продуктивности учебной деятельности, оптимизации психологического состояния студентов.

Целью исследования стало выявление особенностей совладающего поведения студентов, прибывших из разных регионов юга России, стран ближнего и дальнего зарубежья в период адаптации к условиям обучения в вузе.

В эмпирическую выборку исследования вошли 1 589 студентов Северо-Кавказского федерального университета (СКФУ), в возрасте от 18 до 25 лет: это студенты из России (РФ), ближнего зарубежья (БЗ) и дальнего зарубежья (ДЗ).

¹ Работа выполнена при финансовой поддержке РФФИ, проект № 17-06-00804 «Осознанная саморегуляция и совладающее поведение в условиях адаптации студентов к новой социокультурной среде: общие закономерности и кросскультурные различия»

Материалы и методы / Materials and methods. Для исследования совладающего поведения была выбрана методика Е. Нейм, позволяющая установить 26 ситуационно-специфических разновидностей совладающего поведения, распределенных в соответствии с тремя основными формами психической активности: когнитивной, эмоциональной и поведенческой. Методика адаптирована в лаборатории клинической психологии Психоневрологического института им. В. М. Бехтерева, под руководством доктора медицинских наук, профессора Л. И. Вассермана [3].

Основные вариации совладающего поведения были сгруппированы по степени их адаптивных возможностей: адаптивные, относительно адаптивные и неадаптивные. Каждый из видов совладающего поведения разделен на три копинг-стратегии: когнитивные, эмоциональные и поведенческие.

К адаптивным вариантам совладающего поведения были отнесены следующие стратегии: когнитивные – «проблемный анализ», «установка собственной ценности», «сохранение самообладания»; эмоциональные – «протест», «оптимизм»; поведенческие – «сотрудничество», «обращение», «альтруизм».

К неадаптивным вариантам совладающего поведения были отнесены: когнитивные копинг-стратегии – «смирение», «растерянность», «диссимуляция», «игнорирование»; эмоциональные стратегии совладающего поведения – «подавление эмоций», «покорность», «самообвинение», «агрессивность»; поведенческие – «активное избегание», «отступление»;

К относительно адаптивным вариантам совладающего поведения были отнесены: когнитивные стратегии совладающего поведения – «относительность», «придание смысла», «религиозность»; эмоциональные копинг-стратегии – «эмоциональная разрядка», «пассивная кооперация»; поведенческие стратегии совладающего поведения – «компенсация», «отвлечение», «конструктивная активность» [3].

Статистическая обработка данных проводилась при помощи t-критерия Стьюдента для независимых выборок, с использованием пакета программ SPSS 20.0 и Excel 2016. Результатом данного анализа будет наличие или отсутствие достоверных различий [4].

Результаты и обсуждение / Results and discussion. Исследования адаптированности российских студентов (РФ), студентов из дальнего (ДЗ) и ближнего зарубежья (БЗ) к учебной группе и учебной деятельности в новой социокультурной среде, показали достоверно значимые различия средних значений между выборками (табл.) [1].

Таблица

Показатели адаптированности студентов к условиям обучения в вузе

Показатели адаптации	Студенты			p
	РФ	БЗ	ДЗ	
Адаптированность к учебной группе	12,4	11,2	9,5	0,0001
Адаптированность к учебной деятельности	11,0	9,5	8,9	0,0003

Российские студенты имеют высокие показатели по шкале адаптированности к учебной группе и учебной деятельности. Студенты из ближнего зарубежья относительно легко адаптируются к учебной группе, но испытывают трудности в адаптации к учебной деятельности. Студенты из дальнего зарубежья имеют низкий уровень адаптированности как к учебной группе, так и учебной деятельности [1].

В результате исследования стратегий совладающего поведения были установлены достоверные различия между когнитивными копинг-стратегиями у студентов из России (РФ), ближнего зарубежья (БЗ) и дальнего зарубежья (ДЗ) ($p < 0,05$). Так, адаптивные варианты когнитивных механизмов совладающего поведения используют 52 % студентов БЗ, 43 % студентов из РФ и только 20 % из ДЗ (рис. 1).

Рассмотрим особенности когнитивных копинг-стратегий. Студенты из БЗ используют такие адаптивные стратегии совладающего поведения, как: «Установка собственной ценности» и «Проблемный анализ» (18,6 %). Студенты из ДЗ чаще используют «Сохранение самообладания» (13 %)

(рис. 2). Адаптивные стратегии направлены на преодоление препятствий, возникающих в процессе обучения, а также на поиск возможных путей их преодоления: повышение самооценки и самоконтроля, более глубокое осознание собственной ценности как личности, веру в собственные ресурсы.

Превалирующим механизмом совладающего поведения у студентов РФ является копинг «Проблемный анализ» (19,2 %), то есть студенты выделяют комплекс проблемных ситуаций и самостоятельно ищут пути их разрешения, выбирая различные варианты адаптации к учебной группе и учебной деятельности. Они не приемлют предлагаемые варианты решения возникших проблем – ищут свои. Поскольку студенты из РФ имеют самый высокий показатель адаптации к учебной группе и учебной деятельности, чувствуют себя комфортно в группе, общаются как с однокурсниками, так и с преподавателями, проявляя свои интеллектуальные способности на занятиях, смеем предположить, что это стратегия является наиболее эффективной.

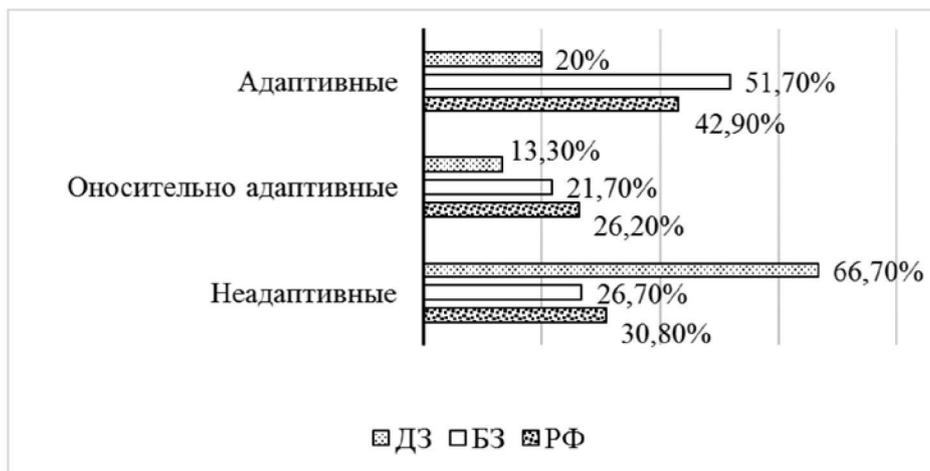


Рис. 1. Результаты исследования когнитивных механизмов совладающего поведения

Рассматривая относительно адаптивные варианты когнитивных механизмов совладающего поведения, необходимо отметить, что 26 % студентов из РФ, 21 % студентов из ближнего и 13 % из дальнего зарубежья используют эти механизмы (рис. 1). Среди относительно адаптивных вариантов совладающего поведения, студенты из РФ и БЗ (19 %) применяют копинг «Придание смысла», а студенты из ДЗ – 7 % от общего числа (рис. 2). Однако при возникновении трудностей студенты, использующую эту стратегию, если достижение цели слишком энергозатратно, от этой стратегии просто отказываются.

В числе пассивных – формы совладающего поведения – отказ от преодоления барьеров из-за неверия в свои силы и интеллектуальные возможности. У студентов из РФ преобладает копинг «Диссимуляции» (14 %). У студентов из дальнего зарубежья трудности в адаптации к учебной группе и учебной деятельности (самые низкие показатели табл. 1) связаны в первую очередь с недостаточной языковой подготовкой и незнанием особенностей русского менталитета, и ведущей когнитивной стратегией совладающего поведения является «Игнорирование» (47 %), что не способствует их адаптации к учебной деятельности.

Реализация программы психолого-педагогического сопровождения студентов первого курса может выступать ресурсом преодоления аккультурационного стресса, с которым сталкиваются иностранные обучающиеся. Программа направлена на преодоление психологических барьеров, возникающих не только из-за изменения привычного образа жизни в связи с поступлением в вуз, с проживанием в новых социокультурных условиях, трансформирующую их сложившиеся установки и привычные формы поведения.

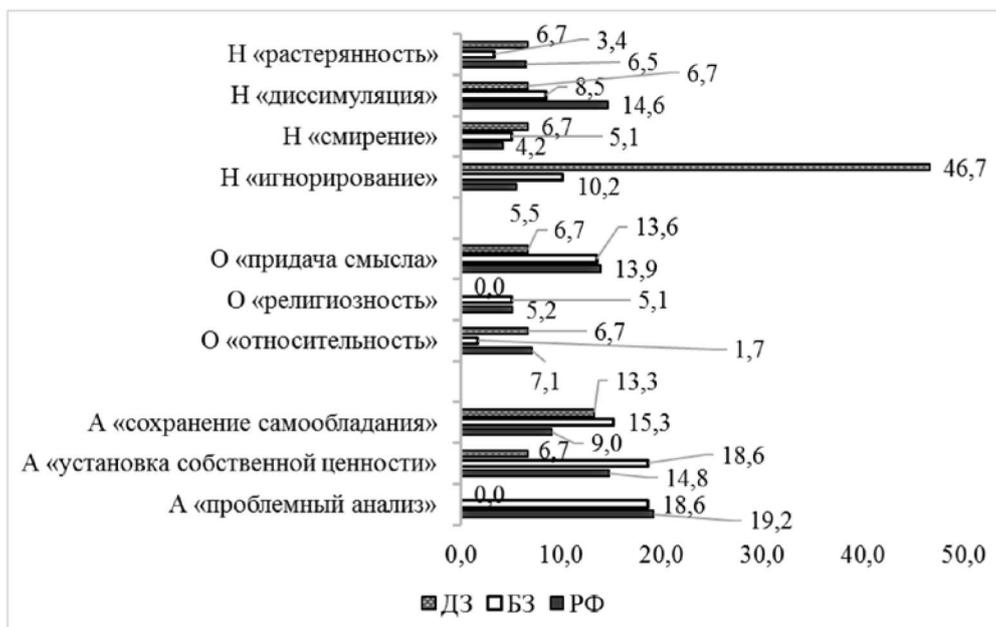


Рис. 2. Результаты исследований когнитивных стратегий совладающего поведения (А – «адаптивные», О – «относительно адаптивные», Н – «неадаптивные»)

В университете, одним из механизмов решения проблемы преодоления аккультурационного стресса иностранными обучающимися выступает повышение квалификации кураторов учебных групп. Курсы повышения квалификации направлены на развитие психолого-педагогических компетенций преподавателей, работающих в группах с иностранными студентами, на развитие готовности управлять процессом адаптации, создавать условия более продуктивного и безопасного преодоления аккультурационного стресса. Целенаправленная работа в этом направлении, с нашей точки зрения, позволит более успешно проходить адаптацию к учебной деятельности и учебной группе студентами из ДЗ и БЗ.

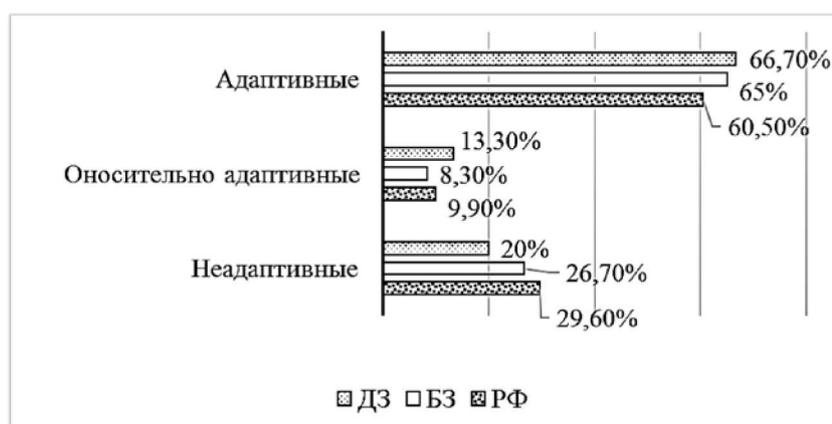


Рис. 3. Результаты исследования эмоциональных механизмов совладающего поведения

Оценка адаптивных эмоциональных механизмов совладающего поведения показала, что их используют 47 % студентов из БЗ и 45 % студентов из ДЗ. И только 39 % студентов из РФ используют эти механизмы адаптации (рис. 3). Адаптивный копинг «Оптимизм» наиболее популярен для всех

студентов (РФ – 61 %, БЗ – 65 %, ДЗ – 67 %) (рис 4). Данный копинг характеризуется активным возмущением и протестом по отношению к препятствиям, уверенностью в их преодолении даже в самой сложной ситуации.

В показателях выраженности эмоциональных механизмов совладающего поведения у отечественных и зарубежных студентов не установлены статистически значимые различия.

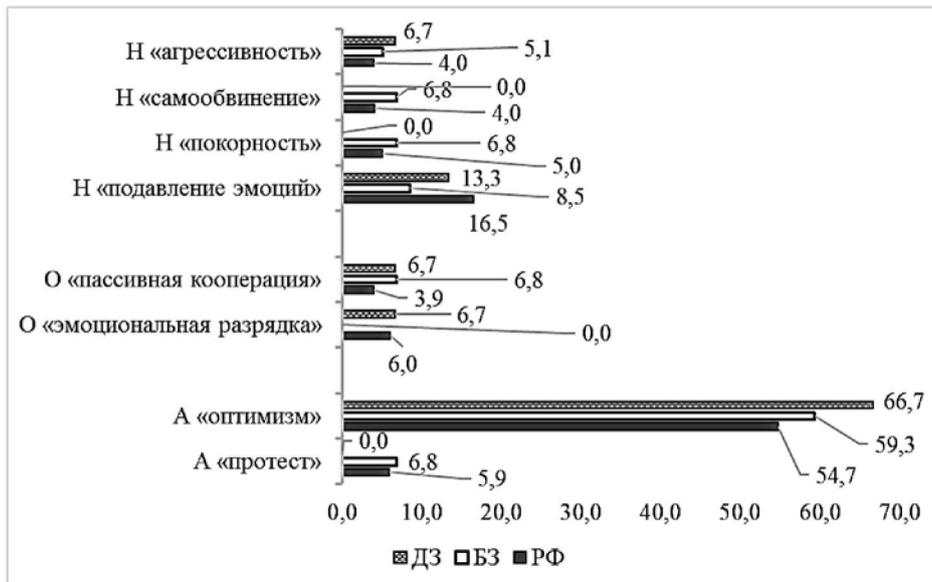


Рис. 4. Результаты исследований эмоциональных стратегий совладающего поведения студентов вуза:
А – адаптивные, О – относительно адаптивные, Н – неадаптивные

При анализе поведенческих копинг-стратегий самый высокий показатель отмечен как по адаптивным видам совладающего поведения, так и по неадаптивным у студентов из ДЗ (47 % и 27 % соответственно). Это значит, что 27 % студентов не определились, искать поддержки в ближайшем социальном окружении или уйти от активных интерперсональных контактов. Основными копинг-стратегиями у данной группы студентов является «Сотрудничество», ее выбрали 20 % респондентов, а неадаптивными копингами выступили «Активное избегания» и «Отступление» (13,3 %).

Студенты РФ и БЗ больше всего используют относительно адаптивные варианты совладающего поведения – «Компенсация» (23 %) – стремление к временному отходу от решения проблем.

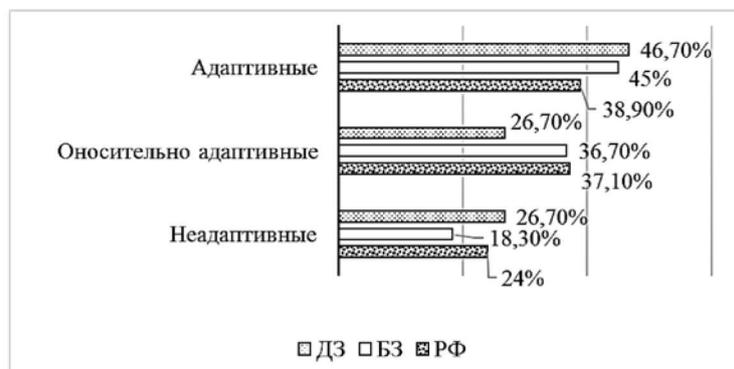


Рис. 5. Результаты исследования поведенческих механизмов совладающего поведения



Рис. 6. Результаты исследований поведенческих стратегий совладающего поведения студентов вуза:
А – адаптивные, О – относительно адаптивные, Н – неадаптивные

Заключение / Conclusion. Рассмотрение вопроса о роли копинг-стратегий поведения в ситуации адаптации студентов к новой социокультурной ситуации позволило установить:

- во-первых, принципиальные различия в особенностях адаптации российских и зарубежных студентов к учебной группе и учебной деятельности. Было установлено, что Российские студенты имеют высокие показатели по шкале адаптированности к учебной группе и учебной деятельности. Студенты из БЗ относительно легко адаптируются к учебной группе, но испытывают трудности в адаптации к учебной деятельности. Студенты из ДЗ имеют низкий уровень адаптированности как к учебной группе, так и к учебной деятельности;
- во-вторых, значимые различия только в показателях когнитивных копинг-стратегий ($p < 0,05$). Ведущей стратегией совладающего поведения у студентов из ДЗ выступает «Игнорирование». Данная стратегия характеризуется отказом студентов преодолевать возникающие трудности, неверием в свои силы и интеллектуальные возможности. Помощь студентам может оказать психологическая поддержка как со стороны кураторов и преподавателей, так и со стороны психологической службы вуза, студенческих объединений, кружков, клуба «Только по-русски».
- в-третьих, неадаптивными формами копинг-стратегий чаще пользуются студенты из ДЗ (66,7 %). Российские студенты и студенты из БЗ используют адаптивные и относительно адаптивные копинг-стратегии (69,1 % и 73,4 % соответственно), что обуславливает необходимость разработки дифференцированного варианта программы психолого-педагогического сопровождения студентов в период адаптации к учебной деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Асеев В.Г. Теоретические аспекты адаптации // Адаптация учащихся и молодежи к труду и учебной деятельности. Иркутск, 1986. С. 3–17.
2. Банщикова Т. Н., Моросанова В. И. Кросскультурные особенности взаимосвязи регуляторных процессов и адаптированности студентов к условиям обучения в вузе // Вестник Северо-Кавказского федерального университета. 2017. № 3 (60). С. 173–179.
3. Краюшкина Н. А. Социально-психологическая адаптация студентов вуза к профессиональной деятельности и копинг-стратегии на примере подготовки будущих менеджеров // Вестник Московского государственного лингвистического университета. 2014. № 16 (702). С. 88–96.

4. Кюкова Т. Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни: автореф. дис. ... д-ра психол. наук. М., 2005. 46 с.
5. Набиуллина Р. Р., Тухтарова И. В. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом (определение, структура, функции, виды, психотерапевтическая коррекция): учебное пособие. Казань, 2003. С. 23–29.

REFERENCES

1. Aseev V. G. Teoreticheskie aspekty adaptatsii (Theoretical aspects of adaptation) // Adaptatsiya uchashchikhsya i molodezhi k trudu i uchebnoi deyatel'nosti. Irkutsk, 1986. Pp. 3–17.
2. Banshchikova T. N., Morosanova V. I. Krosskul'turnye osobennosti vzaimosvyazi regul'yatornykh protsessov i adaptirovannosti studentov k usloviyam obucheniya v vuze (Cross-cultural peculiarities of the relationship between regulatory processes and the adaptation of students to the conditions of study at the university) // Vestnik Severo-Kavkazskogo federal'nogo universiteta'. 2017. № 3 (60). Pp. 173–179.
3. Krayushkina N. A. Sotsial'no-psikhologicheskaya adaptatsiya studentov vuza k professional'noi deyatel'nosti i koping-strategii na primere podgotovki budushchikh menedzherov (Socio-psychological adaptation of university students to professional work and coping strategies on the example of training future managers) // Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo lingvisticheskogo universiteta. 2014. № 16 (702). Pp. 88–96.
4. Kyukova T. L. Psikhologiya sovladayushchego povedeniya v raznye periody zhizni: avtoref. dis. ... d-ra psikhol. nauk. Moskva, 2005. 46 p.
5. Nabiullina R. R., Tukhtarova I. V. Mekhanizmy psikhologicheskoi zashchity i sovladaniya so stressom (opredelenie, struktura, funktsii, vidy, psikhoterapevticheskaya korrektsiya) (Mechanisms of psychological defense and coping with stress (definition, structure, functions, types, psychotherapeutic correction): учебное пособие. Kazan', 2003. Pp. 23–29.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ

Соломонов Владимир Александрович, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры педагогики и психологии профессионального образования, ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет». E-mail: vlads67@mail.ru

INFORMATION ABOUT AUTHOR

Solomonov Vladimir Aleksandrovich, Candidate of Psychological Sciences, associate Professor, associate Professor of Department of pedagogy and psychology of professional education, North Caucasian Federal University, E-mail: vlads67@mail.ru