

*Ловпаче Ф.Г., кандидат социологических наук,
Сиюхова А.М., доктор культурологии, доцент,
Майкопский государственный технологический университет*

КОПИНГ-РЕСУРСЫ АДАПТАЦИИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

Аннотация: в статье рассматриваются особенности взаимосвязи копинг-ресурса личности иностранного студента и успешности адаптации к условиям обучения в поликультурной среде. Актуальность исследования аргументируется проблемой резкого увеличения численности иностранных студентов в региональных вузах в связи с новыми условиями лицензирования вузов, а также наступлением периода карантинных мероприятий в результате распространения новой коронавирусной инфекции. Методология исследования основывалась на применении опыта ученых Костромской научной психологической школы, Психологического института РАО, которые выработали эффективные способы выявления уровня сформированности совладающего поведения российских и зарубежных студентов посредством адаптации хорошо зарекомендовавших зарубежных методик (Hobfoll S.E. и др.). Приводятся результаты эмпирического исследования, проведенного с участием студентов ближнего и дальнего зарубежья. В ходе исследования решались задачи: выявить характер согласованности понятий «адаптация», «совладающее поведение», «копинг»; изучить особенности сформированности копинг-ресурсов, форм совладающего поведения у иностранных студентов; выявить особенности адаптации личности к условиям трудной жизненной ситуации; провести исследование наличия/отсутствия взаимосвязи между особенностями копинг-ресурсов и успешностью адаптации личности. Полученные результаты показали, что копинг-ресурсы личности в студенческом возрасте находятся в состоянии своего интенсивного формирования, развития, стратегии совладающего поведения напрямую взаимосвязаны с успешностью адаптации. Иностранные студенты показывают высокий уровень адаптированности к новым условиям образовательной среды российских вузов при небольшом выборе копинг-стратегий, несмотря на дополнительные трудности, связанные с карантинными мероприятиями.

Ключевые слова: копинг, иностранные студенты, адаптация, совладающее поведение, копинг-ресурс, копинг-стратегии, поликультурное образование

Введение

Современное российское высшее образование находится в стадии интенсивного реформирования, сопровождающегося выработкой множества условий для того, чтобы вузы были конкурентоспособными и имели формальное право на свое существование. Одним из таких условий стало предоставление образовательных услуг для иностранных граждан. Вследствие этого в региональных вузах, где до недавнего времени обучались только российские студенты, в большинстве своем жители данного региона, начали открываться факультеты международного образования, готовящие иностранных абитуриентов для поступления в российские вузы, которые впоследствии вливались в ряды студентов разных специальностей. Если в столичных вузах и мегаполисах и раньше было достаточно обучающихся из-за рубежа, то региональные университеты должны были получить новый опыт по эффективной интеграции иностранных студентов в учебные коллективы, понимая, что для молодых людей поначалу самостоятельная жизнь в другой стране представляется большим

стрессом и причиной трудных жизненных ситуаций, с которыми личности необходимо каким-то образом совладать.

В 2020 году население большинства стран мира столкнулись с жизненной ситуацией, связанной с пандемией новой коронавирусной инфекцией, которую можно охарактеризовать как трудную. Как отмечает Г.Ю. Мартыанова, «о трудной ситуации можно говорить тогда, когда система отношений личности и ее самоотношение начинают характеризоваться неуравновешенностью, рассогласованием между стремлениями, ценностями, целями и возможностями их реализации» [1, с. 75]. Все эти признаки присущи адаптационному периоду вхождения студента в условия жизни и образования другой страны. Наступление карантинных мероприятий могут быть причиной более трудной адаптации. В связи с этим остро встает вопрос о том, как повысить уровень адаптации личности к изменившимся условиям жизнедеятельности, осуществлению академической, социальной, профессиональной деятельности в новых условиях, какие факторы субъективного и объективного характера

оказывают влияние на успешность адаптации личности к условиям трудной жизненной ситуации.

Особенно важным изучение специфики адаптации к условиям трудной жизненной ситуации представляется по отношению к студенческому возрасту – периоду, когда человек находится в состоянии интенсивного взросления, его когнитивная, эмоциональная, поведенческая сферы находятся в стадии своего формирования, развития. В то же время на сегодняшний день изучение факторов, которые способствуют или, наоборот, затрудняют процессы адаптации к условиям трудной жизненной ситуации, в частности, влияние личностных когнитивных и социально-психологических ресурсов личности для преодоления стрессовых ситуаций (копинг-ресурсов) на специфику протекания адаптации, находится в стадии своего осмысления. Формируется противоречие, обусловленное осознанием необходимости изучения факторов, которые способствуют повышению адаптации студента к условиям трудной жизненной ситуации, и отсутствием фундаментальных работ, посвященных изучению заявленной проблематики в новых условиях «посткарантинного» мира. Актуальность исследования также обусловлена тем, что на сегодняшний день остается фрагментарно изученной тема сформированности копинг-ресурсов личности в студенческом возрасте, особенности проявлений копинг-стратегий в поликультурном студенческом сообществе.

Обзор литературных источников

Логика проведения данного исследования прежде всего требует обращения к источникам, которые позволяют выявить особенности интерпретации адаптации к трудной жизненной ситуации в современной научной литературе. Так, исследователь Д.М. Рогозин рассматривает само понятие «трудной жизненной ситуации» в приложении к анализу представлений о ней старшего поколения россиян [2]. В связи с необходимостью преодоления трудных периодов жизни, актуальным становится способность личности к адаптации к изменившимся условиям существования. Следует отметить, что сегодня термин «адаптация» широко функционирует в медицине, социологии, биологии, педагогике, психологии, лингвистике. В Энциклопедии под ред. С.Я. Батышева под адаптацией понимается «приспособление организма человека к изменяющимся условиям внешней среды» [3], в отношении адаптации к трудной жизненной

ситуации – к условиям данной ситуации, требованиям к интеграции в систему коммуникативных взаимодействий в новом изменившемся пространстве. В результате адаптации личность приспосабливается к изменившимся условиям за счет формирования приспособительных реакций. Указанная дефиниция акцентирует внимание на том, что главной целью адаптации является приспособление к изменившимся условиям жизнедеятельности.

Исследователи Э.Г. Азимов и А.Н. Щукин подчеркивают, что адаптация представляет собой «приспособление организма, личности или группы к новым внешним условиям» [4, с. 9], что позволяет сделать вывод, что адаптация – процесс универсальный, свойственный как отдельным индивидам, так и целым социальным группам.

А.М. Новиков определяет адаптацию как «процесс, в ходе которого устанавливается или поддерживается приспособленность системы (т.е. поддержание ее основных параметров) при изменении условий внешней и внутренней среды, например, таких, как температура, давление, содержание кислорода» [5, с. 12], а также результат этого процесса. Ученый подчеркивает, что адаптацию нельзя сводить исключительно к приспособлению к природным условиям, адаптация человека – «сложное явление, включающее не только сохранение и применение в данных условиях своих биологических, но и социальных функций: способности участвовать в общественно полезном труде, осуществлять свою творческую деятельность, создавать оптимальные условия для физического, духовного и социального благополучия» [5, с. 13].

Обобщая тезисы приведённых подходов, можно сделать вывод, что адаптация представляет собой сложный, многоаспектный, универсальный процесс, в который оказывается вовлечена личность при изменении условий жизнедеятельности, в результате которого в структуре личности формируются индивидуальные и социально значимые качества, которые обеспечивают способности, возможности интеграции индивидуума к новым, изменившимся условиям, преодоления трудной жизненной ситуации.

Успешность адаптации зависит от совокупности объективных, внешних по отношению к личности (к которым можно отнести условия трудной жизненной ситуации) и внутренних, субъективных факторов. Как уже отмечалось ранее, на сегодняшний день численность

исследований, посвященных изучению личностных факторов, которые могут способствовать повышению эффективности, результативности приспособления или, напротив, затруднять эти процессы, крайне ограничена. Между тем, как отмечает Р. Мус (R. Moos), «многие люди замечательно устойчивы и даже процветают перед лицом невзгод. Они действуют, смотря в лицо опасности, преодолевают большинство жизненных кризисов и ведут плодотворную жизнь» [6; Цит. по: 7, с. 147]. В сложившейся ситуации особый интерес с научной точки зрения представляют копинг-ресурсы личности, стратегии совладающего поведения, которые позволяют человеку преодолевать кризисные, трудные жизненные ситуации.

Следует обратиться к интерпретации понятий «совладающее поведение» и «копинг». Исследователи понимают под совладающим поведением «поведение, позволяющее субъекту с помощью осознанных действий способами, адекватными личностным особенностям и ситуации, справиться со стрессом или трудной жизненной ситуацией» [7, с. 148-149], «когнитивные и поведенческие способы преодоления стресса» [8, с. 56]. Понятие «копинг» впервые было применено в исследовании Л. Мэрфи в 1962 г. в значении осознанной форма поведения, направленного на активное совладание со стрессовой ситуацией [9, с. 70].

В качестве основных критериев совладающего поведения исследователи называют осознанность (осознание – отличие копинг-стратегий от защитного и реактивного поведения), целенаправленность (нацеленность личности на активное взаимодействие с ситуацией), контролируемость, возможность обучения данному виду поведения [7, с. 149]. Другими словами, копинг-ресурсы, стратегии совладающего поведения позволяют личности воздействовать либо на трудную жизненную ситуацию с целью ее изменений, либо на себя, свой внутренний мир с целью формирования, развития личностных качеств, которые обеспечат приспособление к условиям ситуации. Указанный процесс осознается личностью, контролируется ей. При успешной реализации стратегий совладающего поведения, они становятся неотъемлемой частью экзистенциального опыта личности, находят свое применение в трудных ситуациях, с которыми сталкивается личность впоследствии, т.е. копинг-ресурсы находятся в состоянии своего постоянного развития, позволяя

личности удерживать себя в качестве активного субъекта своей жизни [7, с. 149].

Активное развитие копинг-ресурсов, формирование стратегий совладающего поведения происходит в юности в условиях семейного воспитания [10], когда взросление личности, развитие самопознания, владения собой, открытие собственного внутреннего мира как главного новообразования в юношеском возрасте приводит к усложнению копинг-ресурсов, форм совладающего поведения (Э. Шпрингер [11], Л.С. Выготский [12], И.С. Кон [13]). Ученые подчеркивают, что копинг имеет огромное значение для решения поведенческих проблем у молодежи, способствует оптимизации эмоциональной регуляции молодого человека, принятия решений [14], выступает, таким образом, неотъемлемой составляющей более общего механизма саморегуляции [15], что позволяет предположить, что высокий уровень сформированности копинг-ресурсов обеспечит более успешную адаптацию личности к условиям кризисной, трудной жизненной ситуации.

В последние годы вопросы взаимосвязи между копинг-ресурсами личности и успешностью адаптации начинают постепенно анализироваться в различных направлениях. Так, в работах Т.Л. Крюковой фундаментальному исследованию подвергается зависимость формирования и проявлений копинг-ресурсов от семейного контекста [10]; представители Костромской психологической школы изучают влияние копинг-стратегий на особенности адаптации первоклассника к условиям школьного обучения, взаимосвязь копинг-стратегий с успешностью психосоциальной адаптации людей; Н.Е. Водопьянова и А.Н. Капустина анализируют влияние копинг-стратегий на успешность адаптации к условиям профессиональной деятельности, профессиональной адаптации [14]; В.А. Самойлов, Д.В. Самойлов и соавторы рассматривают роль и значение совладающего поведения в ситуациях адаптации студентов к образовательному процессу [15]. Однако численность работ, посвященных выявлению особенностей влияния копинг-стратегий на преодоление кризисных, трудных жизненных ситуаций, ограничена, практически нет работ, посвященных изучению сформированности копинг-ресурсов в студенческом возрасте в поликультурном образовательном пространстве. В то же время жизнь молодого человека характеризуется различными трудностями и стрессами, связанными с множеством факторов,

лежащих в разных сферах жизни студента: новые формы и методы обучения, требующие большего самоконтроля, чем в условиях средней школы; понимание зависимости наступающих позитивных, либо негативных санкций за достигнутые результаты в обучении (назначение стипендии, либо ее лишение и пр.); психоэмоциональные сложности в связи с прохождением периода завершения пубертатного периода и вхождение во взрослую жизнь и др. В отношении к студентам, прибывшим из-за границы, к обозначенным стресс образующим факторам добавляются трудности вхождения в инокультурную, иноязычную среду, оторванность от семьи, часто сопровождающиеся проблемами экономического характера. В текущей ситуации пандемии также непреодолимой проблемой становится возможность уехать на родину из-за закрытых границ. Таким образом, для иностранных студентов становится особенно актуальна выработка совладающего поведения, способствующего преодолению культурного шока, помогающего оптимально адаптироваться к новым условиям, включиться в интенсивный процесс образования. Исследователи данного вопроса Т.Н. Банщикова и М.Л. Соколовский справедливо считают, что изучение поведенческих стратегий совладающего характера иностранных студентов в условиях преодоления аккультурационного стресса сегодня весьма актуально [8, с. 55; 16, с. 115].

Материалы и методы исследования

Методология исследования основывалась на применении опыта ученых Костромской научной психологической школы, Психологического института РАО, которые выработали эффективные способы выявления уровня сформированности совладающего поведения российских и зарубежных студентов посредством адаптации хорошо зарекомендовавших зарубежных методик. Так, в 2020 году Т.Н. Банщиковой, М.Л. Соколовским и В.И. Моросановой была проведена оценка психометрических показателей методики SACS (Strategic Approach To Coping Scale) С. Хобфолла (Hobfoll S.E.) [18] в адаптации Н.Е. Водопьяновой, Е.С. Старченковой [19]. В качестве способа сбора первичной информации С. Хобфолл предлагает анкетный опрос, содержащий перечень утверждений, связанных с возможными проявлениями личностного поведения человека в трудных ситуациях, с которыми испытуемый должен согласиться, либо не согласиться, после чего полученные данные группируются и анализируются.

В процессе исследования приняли участие 100 (N=100) иностранных студентов средних курсов Майкопского государственного технологического университета, обучающихся по разным направлениям профессиональной подготовки: технической, экономической, социально-гуманитарной. Все студенты в период начала пандемии находились в самоизоляции, а после его отмены через некоторое время попали в ситуацию двухнедельного жесткого карантина из-за заболевания нескольких человек в общежитии. В исследуемой группе присутствовали студенты из ближнего зарубежья (Туркмения, Таджикистан), а также дальнего зарубежья (Ливан, Чад, Индия, Бразилия). Выбор для обследования обучающихся вторых и третьих курсов обусловлен тем, что они уже прошли достаточный период адаптации к новым условиям, лучше освоили русский язык. Однако в процессе заполнения опросных листов ведущему опрос приходилось пояснять формулировки некоторых утверждений для лучшего понимания иностранцами. Сбор первичной информации проводился после завершения режима самоизоляции по причине пандемии. Возраст испытуемых – от 18 до 24 лет, 47 женщин (47%), 53 – мужчины (53%).

Применяемая диагностика, адаптированная Н.Е. Водопьяновой и А.Н. Капустиной, включает 54 утверждения, направленных на выявление особенностей совладающего поведения личности. Каждое утверждение – это описание какой-либо формы реакции на события, которые в совокупности формируют следующие копинг-стратегии [20]:

1. Просоциальные стратегии:
 - налаживание социальных контактов;
 - поиск социальной поддержки.
2. Асоциальные стратегии:
 - асоциальные действия.
 - агрессивные действия.
3. Пассивные стратегии:
 - осторожные действия;
 - избегание.
4. Активные стратегии:
 - ассертивные действия, соответствуют осознанности и ответственности взрослого человека.
 - импульсивные действия;
 - манипулятивные действия.

Результаты, полученные в процессе диагностики, позволяют выявить высокий, средний, низкий уровень сформированности моделей совладающего поведения. В ходе обследования студентам были розданы опросные листы, в которых они выразили согласие или

несогласие с перечнем утверждений. Полученные данные были сведены и статистически обработаны.

Результаты

Полученные в ходе исследования показатели

были выражены графически в виде диаграммы. Так, в процессе диагностики были выявлено наличие типов совладающего поведения, формирующие специфику копинг-стратегий (рис. 1).

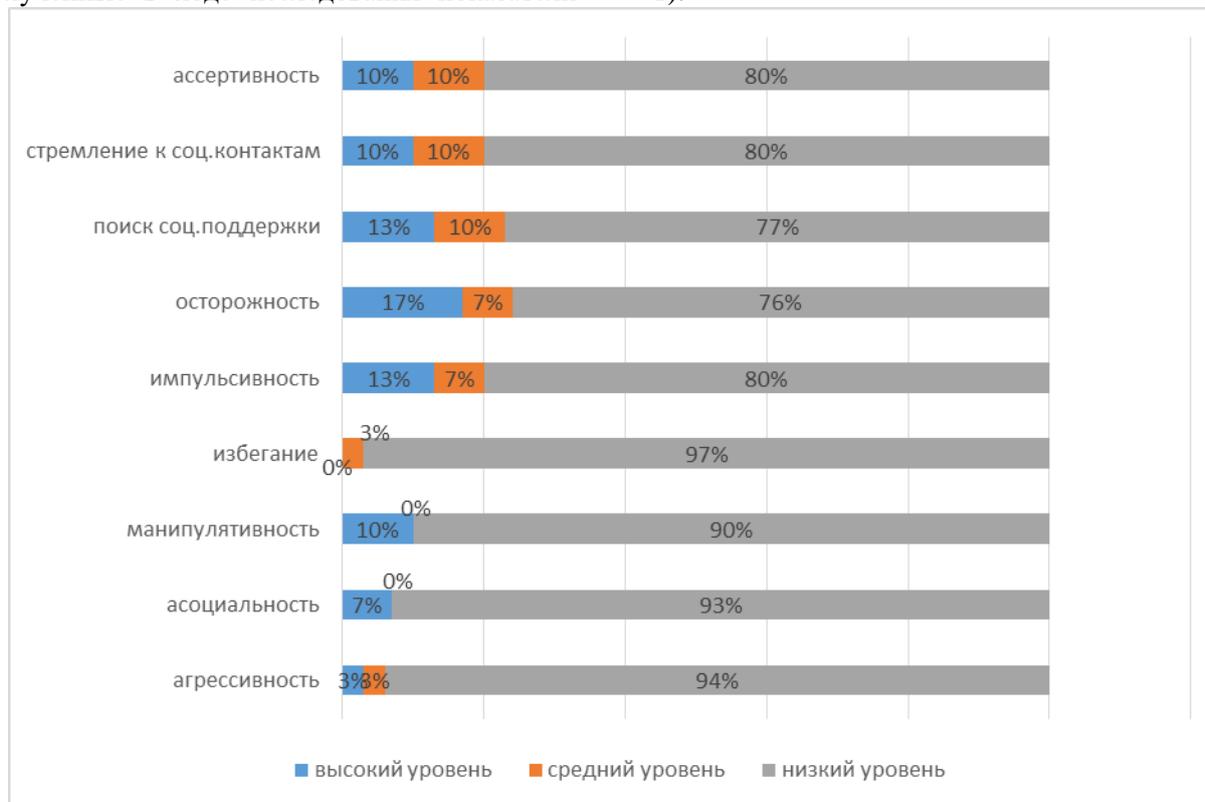


Рис. 1. Особенности сформированности копинг-стратегий у иностранных студентов

Как отражают полученные данные, у большинства студентов стратегии совладающего поведения сформированы на низком уровне, чаще всего выраженной является одна модель поведения, другие либо слабо выражены, либо отсутствуют. Полученные результаты могут объясняться особенностями юношеского возраста, отличающегося противоречивостью, когда у личности формируются акцентуации характера [21, с. 9], выраженность тех или иных личностных качеств, которые обуславливают нацеленность на реализацию определенной поведенческой модели.

У наибольшей численности студентов (17%) отмечается нацеленность на реализацию осторожных действий. Условия учебной деятельности, сам факт проживания в другой стране заставляют личность действовать осторожней, внимательно относиться к собственным поступкам и действиям. Возможно, на такой результат также повлияла ситуация наступления карантинных мероприятий по причине пандемии нового вирусного заболевания.

У 13% студентов выражена тенденция к преодолению трудных жизненных ситуаций

посредством обращения к социальной поддержке, опрошенные прибегают к помощи родственников, семьи, педагогов, ищут поддержку у одноклассников, активно вступают в систему социальных взаимодействий.

Столько же студентов (13%) импульсивно, необдуманно реагируют на условия кризисных ситуаций, не способны вдумчиво анализировать, оценивать сложившиеся факторы, что также может объясняться особенностями юношеского возраста, противоречивостью чувств и эмоций личности. Важно добавить, что высокий уровень сформированности стратегии избегания выявлен не был: молодые люди, как правило, открыты к новому опыту, любознательны, круг их интересов, кругозор постоянно расширяется что не позволяет просто уйти, оградиться от проблем.

Лишь у 3% студентов выявлен высокий уровень сформированности агрессивной модели преодоления кризисных ситуаций, у 7% – асоциальной поведенческой стратегии, что в целом показывает, что в своем большинстве иностранные студенты понимают и принимают, интериоризируют социальные нормы, сложив-

шиеся в поликультурном образовательном пространстве, стараются следовать им. Низкий показатель студентов, которые не принимают социальные нормы и правила поведения, может выступать косвенным свидетельством высокого уровня адаптации молодых людей к условиям обучения, условиям другой культурной модели.

На следующем этапе работы был выявлен уровень адаптации личности к трудным жизненным ситуациям (рис. 2). Из перечня диагностических материалов были отобраны специально направленные вопросы.

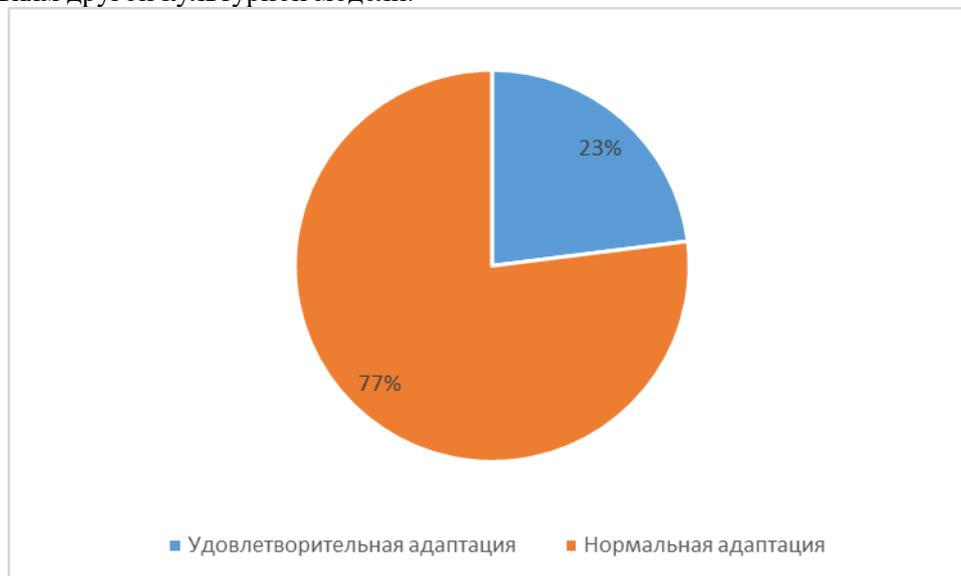


Рис. 2. Уровень адаптации иностранных студентов к условиям трудной жизненной ситуации

Полученные данные отражают, что большинство иностранных студентов (77%) полностью адаптировались к условиям трудной жизненной ситуации, к нормам и требованиям обучения в поликультурной среде. Студенты этой группы легко адаптируются к новым условиям жизнедеятельности, легко устанавливают контакты с одногруппниками и педагогами, легко ориентируются в ситуации. Отличаются высоким уровнем нервно-психической устойчивости и поведенческой регуляции, не конфликтны, характеризуются гибкостью при выборе стратегий поведения, в том числе и совладающего. Меньшее число иностранных студентов (23%) показали удовлетворительный уровень адаптации. Как правило, представители данной группы имеют некоторые признаки акцентуации характера, которые в привычных условиях компенсируются за счет смены видов деятельности, и пр. Однако в условиях трудной жизненной ситуации акцентуации усиливаются. Успешность адаптации лиц этой группы во многом зависит от внешних условий.

Анализ полученных результатов показал, что взаимосвязей между возрастом и полом с успешностью адаптации выявлено не было. Отсутствие взаимосвязей может объясняться тем фактом, что в исследовании приняли участие

люди исключительно юношеского возраста, другие возрастные группы представлены не были. Также было обнаружено, что существует прямая взаимосвязь между различными компонентами модели адаптации: нервно-психической устойчивостью, моральной нормативностью и коммуникативными особенностями.

Обсуждение результатов

Как отражают результаты исследования, копинг-ресурсы личности в студенческом возрасте находятся в стадии своего формирования, развития. Как правило, преобладает лишь одна копинг-стратегия, что затрудняет гибкость использования различных стратегий совладающего поведения в трудных жизненных ситуациях. Выявленные особенности могут объясняться особенностями юношеского возраста, влиянием акцентуаций характера, которые обуславливают выбор определенной модели поведения. По мере взросления акцентуации сглаживаются [21, с. 9], студент накапливает экзистенциальный опыт, в том числе опыт преодоления кризисных ситуаций, что позволяет предположить, что копинг-ресурсы будут аккумулироваться, становиться неотъемлемой составляющей жизненного опыта иностранного студента.

Большинство иностранных студентов прибегают к стратегиям осторожных действий, обращению к социальной поддержке, импульсивности, причем выбор первой стратегии может объясняться именно условиями обучения в инокультурной, поликультурной среде, тем фактом, что студент оказался в новых условиях обучения, не знаком с новыми правилами, требованиями к обучению, что вынуждает его действовать осторожно. Обращение к стратегиям поиска социальной поддержки и импульсивности может объясняться особенностями студенческого возраста: в этом возрасте личность, осознавая свою взрослость, продолжает искать свое место в социальном окружении, испытывает потребность в общении, как отмечают Д.А. Донцов, М.В. Донцова, «потребность в психологической (эмоционально-чувственной) интимности в юности практически “ненасытаема”, удовлетворить её крайне трудно» [22, с. 37], что заставляет ее искать поддержку у окружающих. Стратегия поиска социальной поддержки негативно коррелирует со стратегией избегания, причем последняя для студентов не характерна. Эмоциональная сфера личности находится в состоянии своего развития, опыт преодоления кризисных ситуаций незначителен, что вынуждает студента действовать «по обстоятельствам», импульсивно, непосредственно.

По мере взросления студента он прибегает к стратегиям демонстрации ассертивных действий, собственной взрослости, независимости, либо манипуляции окружающими. Более того, манипуляция негативно коррелирует со стратегией поиска социальной поддержки, не предполагая установления гармоничных коммуникативных взаимодействий. Соответственно, на ранних этапах юности студент ищет социальной поддержки, однако по мере взросления (но в рамках того же возрастного этапа) он в большей степени направлен на манипуляции окружающими. Демонстрация ассертивных действий, как и асоциальные формы поведения характерны в большей степени для юношей, чем для девушек. В процессе повышения контролируемости условий трудной жизненной ситуации юноши демонстрируют собственную взрослость, независимость, прибегая в том числе и к асоциальным формам поведения.

Крайне важно отметить, что результаты исследования позволяют сделать вывод о достаточно высокой степени адаптации иностранных студентов к условиям обучения в инокультурной, поликультурной образовательной

среде. Во многом полученные результаты также могут объясняться особенностями юношеского возраста, тем фактом, что ведущим видом деятельности становится профессионально-учебная, личность интегрируется в профессиональное сообщество, студент несет личную ответственность за свою жизнь [23, с. 130], соответственно, повышению адаптации личности отвечает сам характер обучения, открытость молодого человека к новому опыту, к знаниям, стремление, высокая мотивация к овладению профессионально значимыми знаниями, умениями, навыками. Пол и возраст не оказывают влияния на высокий уровень адаптации: как юноши, так и девушки обладают высоким адаптационным потенциалом к условиям трудных жизненных ситуаций, как при переходе от подросткового к юношескому возрасту, так и при переходе от юности к молодости.

В процессе проведения исследования было выявлено, что существует прямая взаимосвязь между коммуникативными особенностями личности и нацеленностью стратегии на поиск социальной поддержки: студенты, которые легко устанавливают контакты, вовлечены в систему гармоничных конструктивных коммуникативных взаимодействий с окружающими, в их сознании формируется убежденность, что в трудной жизненной ситуации они не останутся без поддержки.

Естественным образом нацеленность на непосредственное, импульсивное поведение в трудной жизненной ситуации взаимосвязана с повышением нервно-психической устойчивости личности и уровня ее адаптации в целом. Возникает противоречивая ситуация: импульсивность традиционно ассоциируется с несдержанностью, отсутствием обдуманной стратегии преодоления кризисной ситуации, однако для студента она является имманентной в силу объективных причин. Опыт преодоления кризисных ситуаций у личности в студенческом возрасте либо отсутствует, либо незначителен, у молодого человека еще нет «готовых» копинг-стратегий, что вынуждает его действовать «по обстоятельствам». Демонстрация импульсивных действий становится для студентов средством развития копинг-ресурсов, выработки иных стратегий совладающего поведения. Полученные результаты также могут объясняться противоречивостью эмоционального развития личности в юношеском возрасте. В частности, И.С. Кон в своих работах приводит тот факт, что нормальные юноши имеют высокие показатели по

шкалам «шизофрения», «типомания», «психопатия». Иначе говоря, то, что для взрослого человека служило бы признаком заболевания, для юноши может являться нормальным показателем эмоционального развития [13]. Соответственно, если демонстрация импульсивных действий для взрослого человека воспринималась бы как несдержанность, для юноши импульсивность естественна.

В целом, полученные результаты позволяют подтвердить высказанное предположение относительно наличия взаимосвязи между копинг-ресурсами личности и уровнем адаптации к условиям трудной жизненной ситуации.

Заключение

Принимая во внимание, что в последние месяцы проблема адаптации личности, развитие возможностей преодоления сложных кризисных ситуаций приобрела особую актуальность для всего общества, в том числе для студентов, прибывших на учебу из-за границы, целью нашего исследования выступало изучение особенностей сформированности копинг-ресурсов иностранных студентов, а также их влияние на успешность/неуспешность адаптации к трудным жизненным ситуациям, к условиям обучения в поликультурной образовательной среде. Успешность адаптации сопровождается личностным развитием, формированием качеств, способностей, поведенческих моделей, которые

обеспечивают приспособление личности к новым условиям.

Огромное значение на эффективность адаптации иностранного студента к условиям поликультурной среды имеет копинг-ресурс, стратегии совладающего поведения, направленные на сознательное преобразование личностью условий трудной жизненной ситуации (контролируемая ситуация) или принятие этих условий (неконтролируемая ситуация). Результаты исследования подтвердили, что копинг-ресурс личности в юношеском возрасте находится в стадии своего формирования, развития, преобладает одна выраженная копинг-стратегия, стратегии совладающего поведения формируются под влиянием акцентуаций. Доминирующими стратегиями является осторожность действий, импульсивность, поиск социальной поддержки.

Иностранные студенты обладают высоким адаптационным потенциалом, в большинстве своем открыты новому опыту, мотивированы на обучение, установление гармоничных коммуникативных взаимодействий, понимают и интериоризируют нормы и правила общения, обучения в инокультурном, поликультурном пространстве. Существует взаимосвязь между копинг-стратегиями личности в студенческом возрасте и успешностью адаптации к условиям обучения в поликультурном образовательном контексте.

Литература

1. Мартынова Г.Ю. Особенности самоотношения субъектов трудной жизненной ситуации // Научный диалог. 2013. № 4. С. 74 – 84.
2. Рогозин Д.М. Трудные жизненные ситуации в представлениях старшего поколения россиян // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2013. № 5 (117). С. 32 – 50.
3. Энциклопедия профессионального образования: в 3-х т. / Под ред. С.Я. Батышева. М., АПО. 1998. URL: <http://anovikov.ru/dict/epo.pdf> (дата обращения: 09.07.2020)
4. Азимов Э.Г., Шукин А.Н. Новый словарь методических терминов и понятий (теория и практика обучения языкам). М.: Издательство ИКАР, 2009. 448 с.
5. Новиков А.М. Педагогика: словарь системы основных понятий. М.: Издательский центр ИЭТ, 2013. 268 с.
6. Moos R. Development and application of new measures of life stressors, social resources, and coping responses // European Journal of Psychological Assessment. 1995. Vol. 11. P. 1 – 13.
7. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения: современное состояние, проблемы и перспективы // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2008. Т. 14. С. 147 – 153.
8. Банщикова Т.Н., Соколовский М.Л., Моросанова В.И. Стратегии преодоления стрессовых ситуаций: психометрические характеристики русской версии методики // Сибирский психологический журнал. 2020. № 76. С. 55 – 68.
9. Никольская И.М., Грановская Р.М. Психологическая защита у детей. С-Пб: Речь, 2000. 507 с.
10. Семья: стресс, копинг, адаптация: Проблемы психологии совладающего поведения в семейном контексте / М-во образования Рос. Федерации. Костром. гос. ун-т им. Н.А. Некрасова; Т.Л. Крюкова и др. Кострома: Костром. гос. ун-т им. Н.А. Некрасова, 2003 (КГУ им. Н.А. Некрасова). 170 с.

11. Шпрангер Э. Два вида психологии // Хрестоматия по истории психологии / Под ред. П.Я. Гальперина, А.Н. Ждан М.: Изд-во МГУ, 1980. С. 286 – 300.
12. Выготский Л.С. Проблема сознания // Собр. соч.: в 6-ти т. М., 1982. Том 1. 488 с.
13. Кон И.С. Психология ранней юности. М., Просвещение, 1989. 256 с. URL: <http://www.pseudology.org/Кон/PsRanneyYunosty/> (дата обращения: 9.07.2020)
14. Водопьянова Н.Е., Капустина А.Н. Копинг-стратегии как фактор профессиональной адаптации // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. 2015. Т. 5. № 1. С. 73 – 82.
15. Solomonov V.A., Solomonov D.V., Fomina E.A., Banshchikova T.N. Using neural networks in building a psychological typology // Proceedings of the 2018 Multidisciplinary Symposium on Computer Science and ICT. Stavropol, Russia, October 15, 2018. URL: <http://ceur-ws.org/Vol-2254/10000260.pdf> (accessed: 18.06.2020)
16. Банщикова Т.Н., Соколовский М.Л. Особенности взаимосвязи показателей осознанной саморегуляции и параметров совладающего поведения у российских и зарубежных студентов в условиях аккультурации // Образование личности. 2017. № 4. С. 114 – 121.
17. Banshchikova Tatiana et al. Psychometrics of the Russian Version of the SACS Instrument (S.E. Hobfoll's Strategic Approach to Coping Scale) // Modern Journal of Language Teaching Methods. 2019. Vol. 9. Issue 1. P. 438 – 452.
18. Hobfoll S.E., Lerman M. Personal relationships, personal attitudes, and stress resistance: mother's reactions to the child's illness // American Journal of Community Psychology. 1988. Vol. 16. № 4. P. 565 – 589.
19. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Стратегии и модели преодолевающего поведения // Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности. СПб.: Речь, 2003. С. 311 – 321.
20. Водопьянова Н.Е., Капустина А.Н. Копинг-стратегии как фактор профессиональной адаптации // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. 2015. Т. 5. № 1. С. 73 – 82.
21. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков: патохарактерологический диагностический опросник для подростков (ПДО). СПб.: Речь, 2013. 251 с.
22. Донцов Д.А., Донцова М.В. Психологические особенности юношеского (студенческого) возраста. Образовательные технологии. 2013. № 2. С. 34 – 43.
23. Малютина Т.В. Психологические и психофизиологические особенности развития в юношеском (студенческом) возрасте // Омский научный вестник. 2014. № 2 (126). С. 129 – 132.

References

1. Mart'yanova G.YU. Osobennosti samootnosheniya sub"ektiv trudnoj zhiznennoj situacii. Nauchnyj dialog. 2013. № 4. S. 74 – 84.
2. Rogozin D.M. Trudnye zhiznennye situacii v predstavleniyah starshego pokoleniya rossiyan. Monitoring obshchestvennogo mneniya: ekonomicheskie i social'nye peremeny. 2013. № 5 (117). S. 32 – 50.
3. Enciklopediya professional'nogo obrazovaniya: v 3-h t. Pod red. S.YA. Batsheva. M., APO. 1998. URL: <http://anovikov.ru/dict/epo.pdf> (data obrashcheniya: 09.07.2020)
4. Azimov E.G., SHCHukin A.N. Novyj slovar' metodicheskikh terminov i ponyatij (teoriya i praktika obucheniya yazykam). M.: Izdatel'stvo IKAR, 2009. 448 s.
5. Novikov A.M. Pedagogika: slovar' sistemy osnovnykh ponyatij. M.: Izdatel'skij centr IET, 2013. 268 s.
6. Moos R. Development and application of new measures of life stressors, social resources, and coping responses. European Journal of Psychological Assessment. 1995. Vol. 11. P. 1 – 13.
7. Kryukova T.L. Psihologiya sovladayushchego povedeniya: sovremennoe sostoyanie, problemy i perspektivy. Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika. Psihologiya. Sociokinetika. 2008. T. 14. S. 147 – 153.
8. Banshchikova T.N., Sokolovskij M.L., Morosanova V.I. Strategii preodoleniya stressovykh situacij: psihometricheskie harakteristiki russkoj versii metodiki. Sibirskij psihologicheskij zhurnal. 2020. № 76. S. 55 – 68.
9. Nikol'skaya I.M., Granovskaya R.M. Psihologicheskaya zashchita u detej. S-Pb: Rech', 2000. 507 s.
10. Sem'ya: stress, koping, adaptaciya: Problemy psihologii sovladayushchego povedeniya v semejnom kontekste. M-vo obrazovaniya Ros. Federacii. Kostrom. gos. un-t im. N.A. Nekrasova; T.L. Kryukova i dr. Kostroma: Kostrom. gos. un-t im. N.A. Nekrasova, 2003 (KGU im. N.A. Nekrasova). 170 s.
11. SHpranger E. Dva vida psihologii. Hrestomatiya po istorii psihologii. Pod red. P.YA. Gal'perina, A.N. ZHDan M.: Izd-vo MGU, 1980. S. 286 – 300.
12. Vygotskij L.S. Problema soznaniya. Sobr. soch.: v 6-ti t. M., 1982. Tom 1. 488 s.

13. Kon I.S. Psihologiya rannej yunosti. M., Prosveshchenie, 1989. 256 s. URL: <http://www.pseudology.org/Kon/PsRanneyYunosty/> (data obrashcheniya: 9.07.2020)
14. Vodop'yanova N.E., Kapustina A.N. Koping-strategii kak faktor professional'noj adaptacii. Vestnik Leningradskogo gosudarstvennogo universiteta im. A.S. Pushkina. 2015. T. 5. № 1. S. 73 – 82.
15. Solomonov V.A., Solomonov D.V., Fomina E.A., Banshchikova T.N. Using neural networks in building a psychological typology. Proceedings of the 2018 Multidisciplinary Symposium on Computer Science and ICT. Stavropol, Russia, October 15, 2018. URL: <http://ceur-ws.org/Vol-2254/10000260.pdf> (accessed: 18.06.2020)
16. Banshchikova T.N., Sokolovskij M.L. Osobennosti vzaimosvyazi pokazatelej osoznannoj samoregulyacii i parametrov sovladayushchego povedeniya u rossijskih i zarubezhnyh studentov v usloviyah akkul'turacii. Obrazovanie lichnosti. 2017. № 4. S. 114 – 121.
17. Banshchikova Tatiana et al. Psychometrics of the Russian Version of the SACS Instrument (S.E. Hobfoll's Strategic Approach to Coping Scale). Modern Journal of Language Teaching Methods. 2019. Vol. 9. Issue 1. P. 438 – 452.
18. Hobfoll S.E., Lerman M. Personal relationships, personal attitudes, and stress resistance: mother's reactions to the child's illness. American Journal of Community Psychology. 1988. Vol. 16. № 4. P. 565 – 589.
19. Vodop'yanova N.E., Starchenkova E.S. Strategii i modeli preodolevayushchego povedeniya. Praktikum po psihologii menedzhmenta i professional'noj deyatel'nosti. SPb.: Rech', 2003. S. 311 – 321.
20. Vodop'yanova N.E., Kapustina A.N. Koping-strategii kak faktor professional'noj adaptacii. Vestnik Leningradskogo gosudarstvennogo universiteta im. A.S. Pushkina. 2015. T. 5. № 1. S. 73 – 82.
21. Lichko A.E. Psihopatii i akcentuacii haraktera u podrostkov: patoharakterologicheskij diagnosticheskij oprosnik dlya podrostkov (PDO). SPb.: Rech', 2013. 251 s.
22. Doncov D.A., Doncova M.V. Psihologicheskie osobennosti yunosheskogo (studentcheskogo) vozrasta. Obrazovatel'nye tekhnologii. 2013. № 2. S. 34 – 43.
23. Malyutina T.V. Psihologicheskie i psihofiziologicheskie osobennosti razvitiya v yunosheskom (studentcheskom) vozraste. Omskij nauchnyj vestnik. 2014. № 2 (126). S. 129 – 132.

*Lovpache F.G., Candidate of Sociological Sciences (Ph.D.),
Siyukhova A.M., Doctor of Culturology (Advanced Doctor), Associate Professor,
Maykop State Technological University*

COPING-RESOURCES FOR ADAPTATION OF FOREIGN STUDENTS IN A DIFFICULT LIFE SITUATION

Abstract: the article discusses the features of the relationship between the coping resource of a foreign student's personality and the success of adaptation to learning conditions in a multicultural environment. The relevance of the study is justified by the problem of a sharp increase in the number of foreign students in regional universities due to the new licensing conditions of universities, as well as the onset of a period of quarantine measures as a result of the spread of a new coronavirus infection. The research methodology was based on the application of the experience of scientists from the Kostroma scientific psychological school and the Psychological Institute of the Russian Academy of Education, which developed effective ways to identify the level of formation of coping behavior of Russian and foreign students by adapting well-established foreign methods (Hobfoll S.E. and others). The results of an empirical study conducted with the participation of students from near and far abroad are presented; to study the features of the formation of coping resources, forms of coping behavior among foreign students; to identify the features of personality adaptation to the conditions of a difficult life situation; to conduct a study of the presence/absence of a relationship between the features of coping resources and the success of personality adaptation. The obtained results showed that the coping resources of the individual at the student age are in a state of their intensive formation, development, strategies of coping behavior are directly interrelated with the success of adaptation. Foreign students show a high level of adaptation to the new conditions of the educational environment of Russian universities with a small choice of coping strategies, despite the additional difficulties associated with quarantine measures.

Keywords: coping, foreign students, adaptation, coping behavior, coping resource, coping strategies, multicultural education