

---

## ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ

Г.Н. Каменева

Кафедра социальной и дифференциальной психологии  
Российский университет дружбы народов  
ул. Миклухо-Маклая, 10/2, Москва, Россия, 117198

В статье представлены результаты эмпирического исследования социально-психологической адаптации студентов. Дается сравнительный анализ социально-психологической адаптации иностранных и российских студентов.

**Ключевые слова:** социально-психологическая адаптация, трудности адаптации, адаптированность, дезадаптированность.

Интенсивная общественная жизнь требует от современного человека большей гибкости и социальной мобильности. Современный студент в процессе личностного развития часто сталкивается с необходимостью социально-психологической адаптации к новой реальности. Возникает актуальная потребность в изучении его адаптации к новым условиям жизнедеятельности. Эффективная адаптация способствует успешному определению роли студента в учебной группе, успеху в совместной деятельности, эффективному межличностному общению и взаимодействию с другими учащимися и преподавателями [1—6].

Целью проведенного исследования являлось изучение социально-психологической адаптации иностранных и российских студентов.

Для изучения социально-психологической адаптации использовалась методика К. Роджерса и Р. Даймона, диагностирующая наиболее стабильные, характерные особенности личности, определяющие взаимодействие с социальным окружением. В опроснике содержатся высказывания о человеке, его образе жизни: переживаниях, мыслях, привычках, стиле поведения. Социально-психологическая адаптация зависит от умения личности ориентироваться в социальных ситуациях, правильно определять личностные особенности и эмоциональные состояния других людей, выбирать адекватные способы обращения с ними и реализовывать эти способы в процессе взаимодействия.

Эмпирическое исследование проводилось на базе РУДН. В исследовании приняли участие 70 человек: 35 — иностранные студенты из различных стран и 35 — российские студенты в возрасте от 18—25 лет.

Сравнивая средние показатели факторов социально-психологической адаптации иностранных и российских студентов (табл.), можно отметить следующее.

Иностранные студенты отличаются высокими показателями факторов дезадаптированности. Социально-психическая дезадаптированность студентов выражается прежде всего в неспособности их адаптации к собственным потребностям и притязаниям. Так, по результатам исследования на первом месте у иностранцев стоит фактор неприятия себя (34,22). Иностранные студенты часто сомневаются, что они могут нравиться лицам противоположного пола; считают, что нет ничего,

в чем бы могли выразить себя, проявить свою индивидуальность, свое Я; относят себя к людям, у которых в настоящий момент многое достойно презрения. Стоит отметить следующий высокий фактор — ведомость (32,02) иностранных студентов. Зависимость от других у иностранцев проявляется, так как им не хватает собственных убеждений и правил, им не всегда удается мыслить и действовать самостоятельно, принимая, казалось бы, самостоятельные решения, они не могут освободиться от влияния других людей [1].

Если сравнивать иностранных и российских студентов, то как раз по этим же факторам — неприятие себя и ведомость — отмечаются значимые различия. У иностранных студентов данные показатели намного выше, что, в свою очередь, мешает их эффективной социально-психологической адаптации, в отличие от российских студентов [2; 6].

Таблица

**Различия в степени выраженности факторов  
социально-психологической адаптации иностранных и российских студентов**

Переменные социально-психологической адаптации	Иностранные студенты	Российские студенты	<i>P</i>
Приятие себя	21,64	29,36	,061
Неприятие себя	34,22	16,78	<b>,000</b>
Приятие других	25,58	25,42	,969
Неприятие других	30,22	20,78	,022
Эмоциональный комфорт	23,54	27,46	,340
Эмоциональный дискомфорт	30,00	21,00	,029
Внутренний контроль	23,58	27,42	,351
Внешний контроль	30,98	20,02	,008
Доминирование	22,78	28,22	,184
Ведомость	32,02	18,98	<b>,002</b>
Эскапизм	29,64	21,36	,044

*Примечание.* Значимые различия выделены полужирным шрифтом.

При этом у иностранных студентов отмечается высокий уровень ожидания внешнего контроля (30,98), т.е. расчет на толчок и поддержку извне, пассивность в решении жизненных задач. Они чувствуют, что не в силах хоть что-нибудь изменить, все усилия напрасны; ощущают себя беспомощными, нуждаются в ком-то, кто был бы рядом; нужно обязательно им напоминать, подталкивать их, чтобы довели дело до конца.

У иностранных студентов также показано неприятие других (30,22), так как они считают себя сдержанными, замкнутыми и держатся ото всех чуть в стороне, у них нет желания раскрываться перед другими. Все, что касается других, их не волнует; они сосредоточены на себе, заняты собой. При этом иностранные студенты часто испытывают эмоциональный дискомфорт (30,00), что может вызывать тревожность, беспокойство и даже апатию. Они часто чувствуют себя униженными. Они не могут собраться, взять себя в руки, организовать себя. Чувствуют вялость, а все, что раньше волновало, становится вдруг им безразличным. Также у иностранцев на достаточно высоком уровне наблюдается эскапизм (29,64), т.е. они пытаются «уйти» от проблем. Они стараются не думать о своих проблемах; пасуют перед трудностями и ситуациями, которые грозят осложнениями; обстоятельства

часто вынуждают их защищать себя, оправдываться и обосновывать свои поступки.

У российских студентов показатели дезадаптированности не такие высокие, как у иностранных. У них, наоборот, преобладают факторы адаптированности. Так, на высоком уровне у российских студентов находится фактор приятия себя (29,36). Большинство из тех, кто знает этих студентов, хорошо к ним относится, любит их. Это люди с привлекательной внешностью. Они считают себя интересными людьми — привлекательными как личности, заметными. Доминирование (28,22) у российских студентов также находится на высоком уровне. В душе они чувствуют превосходство над другими. Честолюбивы, равнодушны к успеху, похвале: в том, что для них существенно, стараются быть среди лучших. По натуре они вожаки и умеют влиять на других.

Российские студенты чаще ощущают эмоциональный комфорт (27,46), испытывая оптимизм, уравновешенность, спокойствие. Они не стесняются своих чувств, открыто их выражают. Им легко, спокойно на душе, нет ничего, что сильно бы тревожило. При этом эти студенты испытывают ожидание внутреннего контроля (27,42). Они ориентируются на то, что достижение жизненных целей зависит от них самих, акцентируются личная ответственность и компетентность. Они предъявляют к себе высокие требования; часто критикуют себя. Такие студенты ответственны, на них можно положиться. Они умеют управлять собой и собственными поступками; самоконтроль для них — не проблема.

Проведенное исследование позволило рассмотреть особенности социально-психологической адаптации иностранных и российских студентов. Полученные результаты могут помочь в разработке практических рекомендаций по преодолению дезадаптивности в различных ситуациях взаимодействия с другими, а также тренингов по повышению социально-психологической адаптированности. Особенно это актуально для иностранных студентов. Погружаясь в инокультурную среду, они испытывают некоторые трудности в обучении, во взаимодействии с другими в связи с недостаточным владением русским языком, разницей в культурах и др., что накладывает еще большие трудности в адаптации.

## ЛИТЕРАТУРА

- [1] Каменева Г.Н. Социально-психологическая адаптация иностранных студентов в условиях высшей школы // Высшая школа: проблемы и перспективы: 11-я Международная научно-методическая конференция. — Беларусь, Минск, РИВШ, 2013. — С. 272—274. [*Kameneva G.N. Socialno-psikhologicheskaja adaptacija inostrannyh studentov v uslovijah vysshej shkoly // Vysshaja shkola: problemy i perspektivy: 11-ja Mezhdunarodnaja nauchno-metodicheskaja konferencija. — Belarus, Minsk, RIVSh, 2013. — S. 272—274.*]
- [2] Каменева Г.Н. Социально-психологическая адаптация как условие самореализации личности иностранных и российских студентов // Личность в межкультурном пространстве: Материалы VIII Международной научно-практической конференции. — М.: РУДН, 2013. — С. 99—103. [*Kameneva G.N. Socialno-psikhologicheskaja adaptacija kak uslovie samorealizacii lichnosti inostrannyh i rossijskih studentov // Lichnost v mezhkulturnom prostanstve: Materialy VIII Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoi konferencii. — M.: RUDN, 2013. — S. 99—103.*]

- [3] *Каменева Г.Н.* Социально-психологическая адаптация студентов высшей школы // *Высшая школа: опыт, проблемы, перспективы: Материалы VII Международной научно-практической конференции.* — М.: РУДН, 2014. — С. 498—500. [*Kameneva G.N.* Socialno-psikhologicheskaja adaptacija studentov vysshej shkoly // *Vysshajaja shkola: opyt, problemy, perspektivy. Materialy VII Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoj konferencii.* — М.: RUDN, 2014. — S. 498—500.]
- [4] *Каменева Г.Н., Рушина М.А., Анисимова Ю.Н.* Специфика связей переменных трудолюбия и социально-психологической адаптации у иностранных и российских студентов // *Вестник РУДН. Серия «Психология и педагогика».* — 2014. — № 3. — С. 71—77. [*Kameneva G.N., Rushina M.A., Anisimova Ju.N.* Specifika svjazej peremennyh trudoljubija i socialno-psikhologicheskoj adaptacii u inostrannyh i rossijskih studentov // *Vestnik RUDN. Serija “Psikhologija i pedagogika”.* — 2014. — No 3. — S. 71—77.]
- [5] *Chebotareva E.Yu.* Intercultural Adaptation to Russia of Students from Asia, Africa, Latin America and the Middle East // *Bulletin of Peoples’ Friendship University of Russia. Series “Psychology and Pedagogics”.* — 2011. — No 3. — P. 6—11.
- [8] *Kameneva G., Dmitrieva E.* Study in multinational higher education institution as part of successful personality socialization // *Language and Super-diversity: Explorations and interrogations.* — Finland, University of Jyvyaskylya, 2013. — P. 183.

## **FEATURES OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF STUDENTS**

**G.N. Kameneva**

Chair of Social and Differential Psychology  
Peoples’ Friendship University of Russia  
*Miklukho-Maklaya str., 10/2, Moscow, Russia, 117198*

The article presents the results of an empirical study of socio-psychological adaptation of students. A comparative analysis of the socio-psychological adaptation in international and Russian students is submitted.

**Key words:** socio-psychological adaptation, difficulties of adaptation, adaptability, disadaptability.