

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2020, №2, Том 8 / 2020, No 2, Vol 8 <https://mir-nauki.com/issue-2-2020.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/63PSMN220.pdf>

DOI: 10.15862/63PSMN220 (<http://dx.doi.org/10.15862/63PSMN220>)

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Вишневская М.Н. Особенности адаптации иностранных студентов к процессу обучения в российском вузе // Мир науки. Педагогика и психология, 2020 №2, <https://mir-nauki.com/PDF/63PSMN220.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ. DOI: 10.15862/63PSMN220

**For citation:**

Vishnevskaya M.N. (2020). Features of the adaptation of foreign students to the process studying at a Russian university. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 2(8). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/63PSMN220.pdf> (in Russian) DOI: 10.15862/63PSMN220

УДК 159.923.2

ГРНТИ 15.21.45

**Вишневская Марина Николаевна**

ФГБОУ ВО «Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева», Чебоксары, Россия  
Доцент кафедры «Педагогика, психологии и философии»  
Кандидат педагогических наук  
E-mail: [vmnik2017@gmail.com](mailto:vmnik2017@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0998-3045>

РИНЦ: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=728748](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=728748)

## **Особенности адаптации иностранных студентов к процессу обучения в российском вузе**

**Аннотация.** Данная статья посвящена вопросу изучения особенностей адаптации иностранных студентов к процессу обучения в российских вузах. Адаптация студентов к вузу рассматривается как процесс их приспособления к условиям вуза, к новым методам и формам обучения, к нормам студенческого коллектива и к будущей профессиональной деятельности. Иностранные студенты являются представителями различных культур и, в связи с этим, могут сильно отличаться от российских молодых людей, поэтому процесс их адаптации имеет свои особенности. Этот момент очень важно осознавать и учитывать преподавателям вуза. От того как пройдет процесс адаптации иностранного студента зависит эффективность его обучения в вузе, овладения будущей профессией.

Успешность адаптации определяется многими объективными и субъективными факторами. В качестве одной из основных трудностей иностранных студентов был выделен языковой барьер: больше половины студентов ЧГПУ им. И.Я. Яковлева испытывают большие трудности, связанные с общением на русском языке. На процесс адаптации студентов влияет уровень развития адаптивности.

В ходе исследования была проведена диагностика адаптивности иностранных студентов, для этого использовались методики «Самооценка психологической адаптивности» и «Оценка эмоционально-деятельностной адаптивности». Исследование проводилось в Чувашском государственном педагогическом университете им. И.Я. Яковлева. Проведя обработку и анализ полученных результатов, автор делает вывод, что адаптивность большей части студентов находится на низком уровне развития. При этом девушек с низкой социально-психологической адаптацией больше, чем юношей.

Для диагностики тревожности было проведено тестирование «Экспресс-диагностика склонности к немотивированной тревожности». Проведенный анализ полученных данных показал, что существует связь между уровнем тревожности и уровнем адаптивности: чем выше показатели тревожности, тем ниже показатели адаптивности. В заключение сделан вывод, что больше половины студентов-иностранцев, испытывают сложности, связанные с адаптацией к обучению в вузе.

**Ключевые слова:** адаптация; адаптированность; психологическая адаптация; социально-психологическая адаптивность; эмоционально-деятельностная адаптивность; студенты; трудности адаптации

## Введение

В связи с вхождением России в международное образовательное пространство в ее вузах растет число иностранных студентов. В Чувашском государственном педагогическом университете им. И.Я. Яковлева (ЧГПУ им. И.Я. Яковлева) на разных факультетах также обучаются студенты из других стран, большую часть которых составляют студенты из Туркменистана.

Поступая в высшее учебное заведение, каждый студент адаптируется к процессу обучения в вузе: решаются задачи приспособления к студенческим формам коллективной жизни; перестройки школьного отношения к учебному процессу и др. Адаптация иностранных студентов в отличие от российских имеет свои особенности. Иностранные студенты, приезжающие на учебу в Россию, вынуждены адаптироваться не только к процессу обучения в вузе (как российские молодые люди), но и к жизни в чужой стране: меняется социокультурное окружение, нарушаются связи с семьей, соотечественниками и друзьями, происходит приспособление к новым условиям среды. От того как студент-иностранец приспособится к этой среде во многом будет зависеть эффективность его обучения в вузе. От этого зависят и учебные успехи иностранных студентов, и процесс их профессионального становления в целом. В связи с этим проблема адаптации иностранных студентов к обучению в российских вузах является очень актуальной.

Успешность адаптации определяется многими объективными и субъективными факторами: социально-бытовые условия, уровень довузовского образования и степень подготовленности к обучению в вузе, мотивация студента, в том числе учебная, установки личности, особенности взаимоотношений с другими людьми, психологические свойства и качества личности и т. д. [1]. Большая роль в адаптации студентов отводится мотивации на успех. Человека, который мотивирован на успех, отличает высокая активность, инициативность, осознанность действий<sup>1</sup> [2]. Процесс адаптации у таких обучающихся протекает более эффективно по сравнению с мотивированными на неудачу.

Одним из факторов, оказывающим влияние на процесс адаптации студента к вузу, является уровень развития адаптивности. Адаптивность можно рассматривать, как способность человека приспособляться к различным условиям жизни [3]. В связи с этим, по-нашему мнению, для рассмотрения особенностей адаптации иностранных студентов к российскому вузу является важным изучение их адаптивных способностей. Мы предполагаем, что имеются отличия в уровнях проявления адаптивности юношей и девушек.

Еще одним фактором, влияющим на адаптацию, и одновременно показателем адаптированности является проявление тревожности. Тревожность можно рассматривать как

---

<sup>1</sup> <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=17899885>.

особенность личности, которая проявляется в переживании чувства тревоги по какому-либо поводу или без повода, чувства дискомфорта, ожидания опасности, которая исходит от окружающих людей, обстановки, ситуации.

Целью работы является изучение особенностей адаптации иностранных студентов к обучению в российском вузе, в частности в ЧГПУ им. И.Я. Яковлева. Мы предполагаем, что имеются отличия в уровнях проявления адаптивности у студентов разного пола; адаптивность личности связана с проявлением тревожности.

Термин адаптация является междисциплинарным понятием. Первоначально данное явление было описано естественно-научными дисциплинами: биологией, физиологией, медициной. Адаптация этими науками рассматривается как форма отражения воздействий внешней и внутренней среды на организм, заключающаяся в установлении с ними равновесия [4]. В психологической науке понятие адаптация анализируется с разных позиций, ученые рассматривают различные стороны этого сложного явления. В психологическом словаре дается следующее определение: адаптация – это приспособление организмов к изменяющимся условиям существования [5]. Адаптацию также можно определить как приспособление человека как личности к существованию в обществе, приведение в соответствие требований этого общества и собственных потребностей, мотивов и интересов [6].

Изучением проблем адаптации занимались А.А. Баранов, Ф.Б. Березин, М.И. Бобнева, А.Р. Кудашев, А.Г. Маклаков, Н.Н. Мельникова, И.А. Милославова, А.В. Петровский, А.А. Реан, М.Е. Сандомирский и многие другие.

А.Г. Маклаков, рассматривая проблемы адаптации человека, выделяет три уровня адаптации: физиологический, психологический и социальный. Эти уровни тесно связаны друг с другом и оказывают друг на друга влияние [7]. На психологическом уровне адаптация осуществляется «путем успешного принятия решений, проявлений инициативы, принятия ответственности» [8, с. 122]. Психологические определения адаптации отличаются от остальных акцентом на активности субъекта в этом процессе. Адаптация трактуется как активное самоизменение личности в соответствии с требованиями ситуации [9].

В психологической литературе описывается несколько видов адаптации: социальная, психологическая, экономико-психологическая, физиологическая и другие. Психологическая адаптация может рассматриваться как процесс приобретения личностью определенного социально-психологического статуса, овладения различными психологическими ролевыми функциями.

Социальная адаптация соотносится с процессом социализации и рассматривается как процесс эффективного взаимодействия личности с социальной средой [8]. Социальная адаптация представляет собой активное приспособление человека к новым условиям социальной среды, к изменившимся условиям жизнедеятельности, структуре отношений, которые сложились в определенных социально-психологических общностях. Она состоит в приспособлении личности к существованию в обществе в соответствии с принятыми в нем требованиями, нормами и правилами и собственными потребностями, мотивами, склонностями и интересами личности. М.И. Бобневой выделяются следующие механизмы адаптации: социальное воображение (способность понимать свой опыт, определять свою судьбу, осознавать свои возможности), социальный интеллект (способность осмысливать сложные отношения в социальной среде), реалистичная направленность сознания, ориентировка на должное [8].

Социально-психологическая адаптация понимается, как сложный процесс, в котором высшей ступенью является не только взаимное приспособление и уравнивание индивида и среды, но и объединение их в новой системе более высокого уровня организации. Эта система

возникает как результат активного взаимодействия индивида и среды и предполагает взаимные изменения [10]. В качестве критериев успешной социально-психологической адаптации можно выделить самоопределение личности в социальной среде, включающее в себя способность сформировать оптимистичную, реалистичную и дифференцированную, направленную на определенный смысл жизненную перспективу, а также высокий уровень принятия других людей и самопринятия [11].

Вызывает интерес ученых проблема адаптации студентов к вузу. Эти вопросы рассмотрены в работах В.Н. Дружинина, Я.Л. Коломенского, Ю.П. Поваренкова, А.А. Головановой, Н.М. Голубевой и других.

Адаптацию студентов к вузу можно рассматривать как процесс приспособления вчерашнего школьника к условиям вузовской жизни, к новым методам и формам обучения, к нормам нового коллектива и к будущей профессиональной деятельности. В структуре вузовской адаптации можно выделить следующие компоненты – социальный, дидактический и профессиональный [1]. Обратим внимание на профессиональную адаптацию в условиях вуза. Она определяется как процесс приспособления будущих специалистов к выбранной профессии, ее условиям<sup>2</sup> [12]. Отметим, что это процесс активный и сознательный, который заключается в приобретении студентами профессиональных знаний и умений, развитии профессионально значимых качеств. Процесс адаптации студента к вузу может длиться на протяжении всего периода его обучения, это обусловлено тем, что каждый семестр появляются новые дисциплины и преподаватели<sup>3</sup> [13].

Адаптационные проблемы иностранных студентов можно разделить на следующие группы: социокультурная адаптация, социально-психологическая адаптация, педагогическая адаптация<sup>4</sup> [14]. Социокультурная адаптация – это процесс активного взаимодействия представителя другой культуры со средой его обитания в настоящее время, процесс активного приобретения студентом навыков и знаний, необходимых для жизни, усвоение основных норм, образцов поведения и ценностей нового окружения. Социально-психологическую адаптацию можно рассматривать как вхождение студента-иностранца в изменившуюся систему межличностных отношений, приспособление личности к группе, к складывающимся в ней взаимоотношениям. Педагогическая адаптация представляет собой процесс усвоения студентами норм и понятий профессиональной среды, приспособление к характеру, содержанию и условиям организации учебно-воспитательного процесса в вузе, формированию у студентов навыков самостоятельной учебной и научно-исследовательской работы.

### Методы исследования

В исследовании использовались следующие методы: анализ трудов психологов и педагогов, наблюдение, беседа, тестирование, методы математической обработки результатов исследования ( $\phi^*$ -критерий Фишера, коэффициент ранговой корреляции Спирмена). Наше исследование было проведено на выборке из иностранных студентов, обучающихся в Чувашском государственном педагогическом университете им И.Я. Яковлева. В исследовании принимали участие студенты-иностранцы в количестве 33-х человек. Возраст респондентов составил 19–26 лет.

<sup>2</sup> <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=11394448>.

<sup>3</sup> <https://cyberleninka.ru/article/n/factory-adaptatsii-studentov-k-obrazovatelnoy-srede-vuza/viewer>.

<sup>4</sup> <http://www.emissia.org/offline/2012/1922.htm>.

Для изучения показателей адаптивности нами использовались методики «Самооценка психологической адаптивности», «Оценка эмоционально-деятельностной адаптивности», «Экспресс-диагностика склонности к немотивированной тревожности» [15].

Методика «Самооценка психологической адаптивности» направлена на изучение уровня развития социально-психологической адаптивности: особенностей взаимодействия с окружающими, отношения к изменениям в окружающей обстановке, скорости приспособления к этим изменениям. Выделяется пять уровней социально-психологической адаптивности: высокий, выше среднего, средний, ниже среднего, низкий. Чем выше получаемый студентом балл, тем выше его социально-психологическая адаптивность.

В методике «Оценка эмоционально-деятельностной адаптивности» акцент делается на следующих аспектах – проявление эмоциональной сферы, особенности работоспособности, поведение в деятельности. В данной методике выделяется четыре уровня развития эмоционально-деятельностной адаптивности: высокий, средний, низкий, очень низкий. В данной методике высокий балл свидетельствует о низком уровне адаптивности.

Для диагностики тревожности мы провели тест «Экспресс-диагностика склонности к немотивированной тревожности». В методике выделяется три уровня проявления тревожности: высокий, средний, низкий. Как и в первой методике, большое количество набранных баллов говорит о высокой тревожности.

Студенты на предложенные вопросы отвечали анонимно, на бланках ответов указывали лишь пол и возраст. Для возможности сравнения результатов разных методик у одного студента все три методики располагались на одном бланке.

### **Результаты исследования и их обсуждение**

Как уже отмечалось, адаптация иностранных студентов отличается от адаптации российских, имеет свои особенности. Трудности адаптации иностранных студентов зависят от многих факторов: национальных, региональных, религиозных характеристик и изменяются от курса к курсу<sup>5</sup> [14]. Иностранцам студентам, приезжающим на учебу в Россию, необходимо адаптироваться не только к процессу обучения в вузе, как российским, но и к условиям жизни в чужой стране.

Отметим, что иностранцы, приезжающие в другую страну, испытывают влияние климата, связанное со сменой климатических зон: в качестве отрицательно влияющего на них момента около 50 % студентов отмечают частое отсутствие солнца осенью и холодную продолжительную зиму. Следующим фактором, оказывающим неблагоприятное воздействие, является питание: непривычным может быть вид пищи, ее вкусовые качества, отсутствие привычных продуктов. Наиболее часто среди негативных факторов опрошенными студентами называется вода и необходимость привыкания к ней. При этом студенты не говорят, что вода является плохой, она просто «другая», а это, в свою очередь, влияет на процесс приспособления к изменившимся условиям жизни, на протекание адаптации.

Среди основных трудностей иностранных студентов стоит отметить наличие языкового барьера. В ходе бесед было выяснено, что больше половины студентов ЧГПУ (70 %), обучающихся на разных факультетах, испытывают трудности, связанные с общением на русском языке. Эти же трудности испытывают и студенты, принимавшие участие в данном исследовании. При этом следует отметить, что это будущие учителя русского языка. Наличием языкового барьера объясняется то, что студенты не демонстрируют стремления к общению с

<sup>5</sup> <http://www.emissia.org/offline/2012/1922.htm>.

русскоговорящими однокурсниками, очень редко отвечают на занятиях устно, стараются не участвовать в коллективных обсуждениях. Особенно ярко это проявляется в смешанных группах. В группах, состоящих только из иностранных студентов, обучающиеся чувствуют себя более раскованно, но процесс освоения ими русского языка идет у них, на наш взгляд, медленнее, чем у их соотечественников, которые обучаются вместе с российскими студентами. Это связано с тем, что между собой молодые люди общаются на туркменском языке, тогда как студенты в смешанных группах «вынуждены» общаться с сокурсниками на русском. Со слабым знанием русского языка связаны и трудности обучения, понимания материала, особенно, как отмечают сами студенты-иностранцы, лекционного: они часто не успевают за темпом подачи материала на занятии, не понимают содержания изучаемой темы.

В качестве одного из факторов, влияющих на процесс адаптации, можем назвать уровень развития адаптивности. Адаптивность рассматривается как «врожденно-приобретенная способность к приспособлению ко всему многообразию жизни при любых условиях» [3, с. 13]. Уровень адаптивности может меняться под воздействием условий обучения и воспитания, образа жизни человека.

Наше исследование было направлено на изучение различных аспектов адаптивности иностранных студентов.

Первая методика «Самооценка психологической адаптивности» диагностирует уровни развития социально-психологической адаптивности, особенности отношений с окружающими, привыкания к меняющейся обстановке. Проведя обработку ответов студентов и проанализировав полученные результаты, мы выяснили, что лишь 6,1 % опрошенных студентов имеют высокий уровень социально-психологической адаптивности. Отметим, что высокий уровень адаптивности наблюдается только у девушек (9,5 %). Показатель выше среднего выявлен у 18,2 обучающихся (33,3 % юношей и 9,5 % девушек), средний уровень развития адаптивности имеют 21,2 % студентов (33,3 % юношей и 14,3 % девушек). 54,5 % иностранных студентов, обучающихся в ЧГПУ им. И.Я. Яковлева, имеют уровни социально-психологической адаптивности ниже среднего и низкий (24,2 % и 30,3 % соответственно). При этом девушек с низким уровнем психологической адаптивности больше чем юношей: Данные показатели свидетельствуют о том, что больше половины опрошенных студентов могут испытывать трудности, связанные с приспособлением к новой группе, изменившимся условиям социальной среды.

Мы сравнили показатели адаптивности юношей и девушек и выяснили, что в данной выборке девушек с низким показателем социально-психологической адаптивности больше чем юношей. Низкий уровень названной адаптивности имеют 8,3 % юношей и 42,9 % девушек. Имеющиеся различия были обоснованы с помощью углового критерия Фишера, который оценивает достоверность различий между процентными долями двух выборок. Данные представлены в таблице 1.

**Таблица 1**

**Результаты исследования социально-психологической адаптивности иностранных студентов, обучающихся в ЧГПУ им. И.Я. Яковлева, в %**

Уровни	Юноши	Девушки	Угловой критерий Фишера $\chi^2$
Высокий	0	9,5	1,734*
Выше среднего	33,3	9,5	1,668*
Средний	33,3	14,3	1,259
Ниже среднего	25	23,8	0,584
Низкий	8,3	42,9	2,326**

*Примечание: уровень значимости различий обозначается: \*\*  $p < 0,01$ ; \*  $p < 0,05$*

Сравнение результатов юношей и девушек показало, что в данной выборке девушки, являются менее адаптивными ( $\varphi = 2,326$ ,  $p < 0,01$ ), не смотря на то, что некоторые из них имеют высокую адаптивность. А это значит, что процесс адаптации у них будет протекать дольше и тяжелее. Как мы видим, все остальные различия не являются статистически значимыми. Показатели  $\varphi = 1,734$  и  $\varphi = 1,668$  находятся в зоне неопределенности, что не дает нам возможности сделать вывод о различиях в данных показателях у юношей и девушек.

Анализ результатов второй методики «Оценка эмоционально-деятельностной адаптивности» показал, что 78,8 % (83,3 % юношей и 76,2 % девушек) принимавших участие в исследовании студентов имеют низкий показатель эмоционально-деятельностной адаптивности и 21,2 % – средний (16,7 % юношей и 23,8 % девушек). Проведенный статистический анализ показал, что  $\varphi = 0,493$  попадает в зону незначимости, что говорит о том, что эмоционально-деятельностная адаптивность развита у юношей и девушек примерно одинаково. Ни у одного обучающегося данный вид адаптивности не находится на высоком уровне развития. Можем сделать вывод, что большая часть студентов имеет проблемы с адаптацией: они часто беспокоятся о чем-либо, испытывают тревогу, плохо сосредотачиваются на поставленной задаче, демонстрируют низкую работоспособность и т. д.

Проведя обработку и анализ результатов теста «Экспресс-диагностика склонности к немотивированной тревожности», мы выявили, что большая часть студентов имеет тревожность средней степени выраженности – 54,5 % (66,7 % юношей и 47,6 % девушек), т. е. имеется склонность к проявлению тревоги. 39,4 % обучающихся обладают высокой тревожностью (33,3 % юношей и 42,9 % девушек), тревожность у них проявляется ярко и влияет на поведение и самочувствие молодых людей. У 6,1 % студентов выявлен низкий уровень тревожности, при этом наблюдается он только у девушек. Имеющиеся различия в проявлении тревожности у юношей и девушек не являются статистически значимыми.

Мы предположили, что существует связь между проявлением тревожности и выраженностью адаптивности. Для обоснования этого предположения мы использовали коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Мы выяснили, что уровень тревожности оказывает непосредственное влияние на адаптивность личности. Сравнив результаты методик «Самооценка психологической адаптивности» и «Экспресс-диагностика склонности к немотивированной тревожности», мы выявили обратную связь ( $r = -0,197$ ), что указывает на то, что чем выше уровень тревожности, тем ниже выражена социально-психологическая адаптивность. В случае с методикой «Оценка эмоционально-деятельностной адаптивности»  $r = 0,613$ , что указывает на наличие статистически значимой связи между переменными. Этот результат не противоречит нашей гипотезе, так как в данной методике высокий балл указывает на низкий уровень адаптивности.

Так как адаптивность является свойством, влияющим на функционирование личности, определяющим способы преодоления возникающих трудностей, то, на основании полученных результатов, можно говорить о том, что больше половины студентов-туркмен, испытывают сложности, связанные с адаптацией к обучению в вузе. Условия, в которых молодые люди находятся в данный момент времени, воспринимаются ими как довольно трудные.

Результатом адаптации можно считать адаптированность. Показателями адаптированности личности являются ее эмоциональные состояния. О высокой адаптированности говорят положительные эмоции, которые человек испытывает в общении с друзьями, удовлетворительное самочувствие, ощущение душевного комфорта, отсутствие беспокойства по любому поводу. Кроме того, в качестве факторов успешной адаптации студентов называются академическая успеваемость, общественная и научно-исследовательская активность. На основании наших наблюдений и бесед со студентами, можно сделать вывод, что значительную часть студентов не волнует собственная успеваемость, они пассивно ведут себя

на занятиях, не работают совместно с учебной группой, не выполняют заданий. В то же время многие проявляют общественную активность, принимают участие в различных мероприятиях и акциях. К сожалению, на низком уровне развития находится научно-исследовательская активность. Очень редко студенты-иностранцы хотят участвовать в научно-практических конференциях, конкурсах студенческих проектов и т. д. Отметим, что чаще всего студенты-иностранцы справляются с данным видом работ и удачно представляют свои доклады на конференциях, но в самом начале присутствует страх, что они не справятся с поставленной задачей.

На трудности адаптации указывают безразличие, равнодушие к своим успехам и неудачам, низкая успеваемость, отсутствие интереса со стороны студентов. При этом, как отмечают исследователи, иностранные студенты более болезненно переживают несданные экзамены и неудовлетворительные оценки, чем их однокурсники студенты-россияне, что обусловлено чувством ответственности перед семьей, правительством, иммиграционными официальными лицами<sup>6</sup> [14]. Иногда в студенческих группах возникают конфликты между русскими и иностранными студентами. Со стороны иностранных студентов звучат жалобы на неприветливость и агрессивность русских, отсутствие доброжелательности к ним и т. д.

### Выводы и заключение

Адаптация иностранных студентов к процессу обучения в российском вузе отличается от адаптации российских студентов и имеет свои особенности. Данный процесс зависит от многих факторов: национальных, региональных, религиозных характеристик и т. д. Молодые люди, приехав на учебу в Россию, адаптируются не только к процессу обучения в вузе, который отличается от школьного, но и к укладу чужой страны.

Адаптационные проблемы студентов могут быть связаны с плохим знанием русского языка и трудностью его усвоения, со сложностью вузовской системы обучения, со способностями самих студентов, с множеством других объективных и субъективных факторов, которые могут негативно влиять на процесс адаптации. Одним из таких факторов является адаптивность.

В ходе исследования была проведена диагностика уровня адаптивности и уровня тревожности, в котором приняли участие студенты-туркмены, обучающиеся в ЧГПУ им. И.Я. Яковлева. Мы выяснили, что большая часть студентов имеет низкие показатели адаптивности и социально-психологической, и эмоционально-деятельностной. Значительная часть студентов-иностранцев обладает высоким показателем тревожности, что влияет на проявление адаптивных способностей. Можем предположить, что у данной группы студентов могут возникнуть трудности в процессе адаптации к вузу, а в последующем и в приобретении ими профессиональных знаний умений, навыков. Это нужно учитывать преподавателям, работающим с данной категорией студентов. Необходимо создавать условия, снижающие тревожность молодых людей, что будет способствовать эффективной и безболезненной адаптации иностранных студентов. Важно, на наш взгляд, вовлекать их во внеаудиторную деятельность, привлекать к научно-исследовательской работе.

---

<sup>6</sup> <http://www.emissia.org/offline/2012/1922.htm>.



## ЛИТЕРАТУРА

1. Смирнов А.А., Живаев Н.Г. Психология вузовской адаптации. – Ярославль: ЯрГУ, 2009. – 115 с.
2. Воскресенко О.А. Социальная адаптивность будущего педагога // Вестник Челябинского гос. пед. ун-та. – 2012. – №6. – С. 7–14. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=17899885>.
3. Рапацевич, Е.С. Золотая книга педагога / Под общ. ред. А.П. Астахова. – Минск: Современ. шк., 2010. – 720 с.
4. Георгиевский А.Б. Эволюция адаптации: историко-методологическое исследование. – Л.: Наука, 1989. – 189 с.
5. Гуревич П.С. Психологический словарь / Под общ. науч. ред. П.С. Гуревича. – Москва: ОЛМА Медиа Групп: ОЛМА ПРЕСС Образование, 2007. – 800 с.
6. Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. – Санкт-Петербург: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2009. – 811 с.
7. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. – 2001. – Т. 22. № 1. – С. 16–24.
8. Психология. Учебник для гуманитарных вузов / Под общ. ред. В.Н. Дружинина. – СПб.: Питер, 2001. – 656 с.
9. Реан А.А., Кудашев А.Р., Баранов А.А. Психология адаптации личности. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2008. – 479 с.
10. Мельникова Н.Н. Классификация стратегий адаптивного поведения // Теоретическая, экспериментальная и практическая психология: Сб. науч. трудов под ред. Н.А. Батурина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2001. – Т. 3. – С. 13–23.
11. Долгова В.И., Василенко Е.А. Развитие критериальной базы изучения социально-психологической адаптации личности // Современные наукоемкие технологии. – 2016. – № 5–3. – С. 530–534. – URL: <http://top-technologies.ru/ru/article/view?id=35947>.
12. Мелекесов Г.А., Сыромицкая И.А. Адаптационный процесс студентов педагогического вуза и его трудности // Вестник Оренбургского гос. ун-та. – 2004. – № 2. – С. 57–62. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=11394448>.
13. Голубева Н.М., Голованова А.А. Факторы адаптации студентов к образовательной среде вуза // Известия Саратовского ун-та. Сер. Акмеология образования. Психология развития. – 2014. – Т. 3. Вып. 2(10). – С. 125–129. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/factory-adaptatsii-studentov-k-obrazovatelnoy-srede-vuza/viewer>.
14. Казанцева А.А. Организационно-педагогическое сопровождение процесса адаптации иностранных студентов в российском вузе // Письма в Эмиссия. Оффлайн (The Emissia.Offline Letters): электронный научный журнал. – 2012. №12 (Декабрь). ART 1922. – URL: <http://www.emissia.org/offline/2012/1922.htm>.
15. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2009. – 544 с.

**Vishnevskaya Marina Nikolaevna**

Chuvash I. Yakovlev state pedagogical university, Cheboksary, Russia  
E-mail: vmnik2017@gmail.com

## **Features of the adaptation of foreign students to the process studying at a Russian university**

**Abstract.** This article is devoted to the study of the peculiarities of adaptation of foreign students to the learning process in Russian universities. Adaptation of students to the University is considered as a process of their adaptation to the conditions of the University, to new methods and forms of education, to the norms of the student body and to future professional activities. Foreign students are representatives of different cultures and, in this regard, may differ greatly from Russian young people, so the process of their adaptation has its own characteristics. This point is very important for University teachers to understand and take into account. How the process of adaptation of a foreign student will take place depends on the effectiveness of his/her education at the University, mastering the future profession.

The success of adaptation is determined by many objective and subjective factors. The language barrier was identified as one of the main difficulties for foreign students: more than half of the students of the Yakovlev state University have great difficulties communicating in Russian. The process of adaptation of students is influenced by the level of development of adaptability. In the course of the research, the diagnostics of foreign students' adaptability was carried out, for this purpose, the methods "self-Assessment of psychological adaptability" and "Assessment of emotional and activity adaptability" were used. The research was conducted at the I.Ya. Yakovlev Chuvash state pedagogical University. After processing and analyzing the results, the author concludes that the adaptability of most students is at a low level of development. At the same time, there are more girls with low socio-psychological adaptation than boys. In addition, a method was conducted aimed at studying the level of students' anxiety. The analysis of the data showed that there is a link between the level of anxiety and the level of adaptability: the higher the anxiety indicators, the lower the adaptability indicators. In conclusion, it is concluded that more than half of foreign students experience difficulties related to adaptation to higher education.

**Keywords:** adaptation; adaptability; psychological adaptation; social and psychological adaptability; emotional and activity adaptability; students; difficulties of adaptation