

**УДК 316.6**

**М.К. Нурумова,**

**Е.М. Раклова,** кандидат психологических наук

Инновационный Евразийский университет (г. Павлодар)

E-mail: katie777@mail.ru

### **Процесс адаптации казахстанских студентов, обучающихся за рубежом**

***Аннотация.** В данной статье описываются общие вопросы и актуальность социо-культурной и языковой адаптации казахстанских студентов, отправляющихся на обучение за рубеж, а также некоторые аспекты приспособления студентов к иностранной культуре. При этом процесс обучения рассматривается не только как процедура приобретения образовательных знаний, но и как получение сопутствующих ему жизненных ценностей и навыков.*

***Ключевые слова:** Социо-культурная адаптация, культурный шок, код поведения, ассимиляция, сегментация, регрегация, интеграция, конструктивная маргинальность, маргинал, межкультурная компетентность.*

Обучение за рубежом, будь то получение образования в известных университетах мира или отъезд студентов за границу по различным социальным и международным программам является привилегией, которую не каждый может себе позволить. Тем не менее, все больше казахстанских студентов покидают ежегодно свою страну для получения престижного образования и приобретения несравнимого жизненного опыта.

Обучение в широком смысле этого слова представляет собой поставленное на службу сохранения индивида как вида (человеческого), управляемое стимулами, адаптированное изменение поведения, переработки и накопления информации на базе филогенетически образованных структур. Адаптация к внешней среде в процессе обучения может ограничиваться собственными представлениями личности об окружающем мире; при этом результат обучения будет достигаться путем умозаключений. Многие студенты, принявшие решение обучаться за границей и переехавшие в другую страну, сталкиваются с проблемой адаптации к новому социуму и особенностям жизни. Пребывая долгое время в чужой среде, человек вынужден к ней приспосабливаться. В этом имеются свои положительные и отрицательные стороны. Внедрение в иностранную культуру связано с приобретением определённых качеств, свойственных ее представителям. Влияние инородной среды на человека проявляется как на поверхностных внешних изменениях, так и на значительных изменениях в психике человека.

Как показывают исследования, многие наши соотечественники оказались не готовы к межкультурным контактам, так как миграционные перемещения приводят к значительным изменениям межличностных связей, социального статуса, жизненного стереотипа, сложившейся системы взаимодействия с окружением и неизбежно требуют пересмотра установок, отношений, представлений о социальных ролях, их адекватности вновь сложившимся ситуациям.

На сегодняшний день за границей обучается более 40 000 казахстанских студентов. Согласно рейтингу 2015-го года в числе стран-приоритетов среди студентов Казахстана находятся: Россия, Китай, Великобритания, США, Канада, Малайзия, Чехия, Турция и Германия. В связи с ежегодным ростом количества студентов, отправляющихся на обучение за рубеж, необходимо проанализировать причины, по которым делается выбор получения иностранного образования. Во многих случаях выбор родителей играет главную роль. Здесь можно выделить две категории учащихся: 1 – люди с чёткими целями и планами на будущее, определяющими высокую мотивацию; готовые приспособиться к новым условиям, самостоятельно узнав необходимую информацию; 2 – люди без определённых целей, мотивация которых ограничена наставлениями и планами родителей, надеждой на улучшение бытовых и социальных условий жизни. В первом случае проблем, связанных с адаптацией к иностранной культуре и условиям обучения, в силу ее предварительной подготовки, оказывается гораздо меньше, чем во втором. Несмотря на это, проблемы и напряжённость сопутствуют межкультурным контактам даже при самых благоприятных условиях.

Межкультурная адаптация понимается как сложный процесс, благодаря которому молодой человек достигает соответствия («совместимости») с новой культурной средой. Проблема межкультурной адаптации начала рассматриваться мировой наукой в начале XX в. С 50-х годов в психологии стала разрабатываться проблема адаптации индивидуальных переселенцев и «визитеров», что стимулировалось послевоенным бумом в обмене студентами, специалистами и массовыми миграционными процессами. Речь шла, прежде всего, о многочисленных исследованиях приспособления к новой культурной среде с акцентом на патологические феномены (невротические и психосоматические расстройства, отклоняющееся и преступное поведение). Успешное приспособление понималось как ощущение гармонии с окружающим миром, а основное внимание уделялось анализу чувства удовлетворённости, психологического благополучия и душевному здоровью «чужаков». Всевозможные аккультурационные изменения практически не принимались во внимание. Это отражалось в обращении

к понятиям «культурный шок» и сходным с ним — «шок перехода», «культурная утомляемость». Согласно К. Обергу [1], «культурный шок» – это вхождение в иную культуру сопровождающееся неприятными чувствами (потерей друзей и статуса, отверженности, удивления и дискомфорта при осознании различий между культурами), смене ценностных ориентаций и собственной личностной идентичности. Симптомами «культурного шока» являются недостаток уверенности в себе, тревожность, раздражительность, бессонница, психосоматические расстройства, депрессия. На сегодняшний день «культурный шок» принято ассоциировать с негативными последствиями, и совсем немногие обращают внимание на его положительную сторону хотя бы для тех личностей, у кого первоначальный дискомфорт ведёт к принятию новых ценностей, аттитюдов, моделей поведения и в конечном счёте важен для саморазвития и личностного роста. Согласно Я. Ким, при благоприятных условиях внедрения в инородную культуру индивид проходит цикл «стресс – адаптация – личностный рост» [2].

В процессе адаптации к иностранной культуре (т.е. присвоение достижений этой культуры) человек что-то воспринимает легко, с чем-то ему приходится мириться, в результате чего он испытывает «культурный шок». Известно, что проблема «культурного шока» рассматривается в контексте так называемой U-образной кривой процесса адаптации, который включает три основных этапа. Первый характеризуется энтузиазмом и приподнятым настроением. Второй – фрустрацией, депрессией и чувством замешательства. На третьем этапе постепенно появляется чувство уверенности и удовлетворения.

У временных «визитёров» это часто связано с предвкушением возвращения на родину. Согласно Т. Г. Стефаненко им приходится пройти через дополнительные трудности во время реадaptации к родной культуре. Этапы реадaptации повторяют U-образную кривую, поэтому для всего цикла была предложена концепция W-образной кривой [3].

Однако иные исследования ставят под сомнение эмпирическую валидность U- и W-образных кривых. Согласно Ю. Ю. Ким и У.Б. Гудикунст, далеко не все «визитёры» начинают пребывание в чужой стране с «медового месяца», а этап депрессии не является универсальным. Даже результаты работ, поддерживающие гипотезу, свидетельствуют о значительных различиях в протекании процесса адаптации и его продолжительности – от нескольких месяцев до 4–5 лет [4].

Степень выраженности «культурного шока» и продолжительность адаптации определяются типологией как самих «визитёров» и переселенцев, так и своей и чужой для них культур. Основными характеристиками типологии являются:

1. *Индивидуальные различия.* Так, молодые, высокоинтеллектуальные и высокообразованные люди адаптируются быстрее. В некоторых исследованиях было установлено, что женщины имеют больше проблем в период адаптации, чем мужчины. Однако объектом исследований чаще всего оказывались женщины из традиционных культур, на адаптацию которых влияли более низкие, чем у соотечественников-мужчин уровни образования и профессионального опыта. А у американцев половых различий, как правило, не обнаруживалось.

Давно установлено, что авторитарные личности менее эффективно овладевают новыми социальными нормами, ценностями и языками. Что касается других личностных переменных, то предприняты попытки выделения «overseas type» — человека, который в наименьшей степени сталкивается с трудностями при вхождении в инокультурную среду [5]. Это индивид экстравертного типа, открытый для общения и интересующийся окружающей средой, уверенный в себе и профессионально компетентный. В системе его ценностей большое место занимают ценности общечеловеческие.

2. *Готовность к переменам.* В большинстве случаев мигранты восприимчивы к изменениям, так как обладают мотивацией к адаптации. Это относится и к «визитёрам». Так, мотивы пребывания за границей иностранных студентов достаточно специфичны и ориентированы на цель — получение диплома или учёной степени, которые могут обеспечить им карьеру и престиж. Ради достижения этих целей студенты готовы выдержать различные тяготы.

На «приживаемости» благоприятно сказываются также наличие доконтактного опыта (знание языка, культуры, условий жизни в определённой стране), а также предшествующий опыт путешествий.

3. *Индивидуальный опыт пребывания в инокультурной среде.* Одним из важнейших условий, благотворно влияющих на процесс адаптации, является установление дружественных отношений с жителями конкретной страны. Неформальные межличностные отношения также могут помочь влиться в принимающую культуру, когда друзья из своей группы выполняют функцию социальной поддержки. Однако это не всегда способствует успешной адаптации, так как ограниченность социального взаимодействия с местным населением может усилить чувство отчуждения.

Согласно проведенному исследованию, на сегодняшний день в мире существуют более семидесяти различных организаций казахстанских студентов за рубежом из семнадцати стран мира. В марте 2015 года под эгидой Общенационального движения «Қазақтан–2050» была создана единая организация «KazAlliance». В КазАльянс со штаб-квартирой в Лондоне, в ближайшее время войдут 70 казахстанских студенческих сообществ, а также дипломаты, ученые, аналитики, представители казахской диаспоры и клуба Друзей Казахстана. Основной целью нового образования является реализация стратегических программ развития страны по вхождению Казахстана в 30 лучших стран мира. Среди других целей организации «КазАльянс» значатся такие, как пропаганда политического курса Казахстана, консолидация и повышение активности в различных сферах жизни страны для

обеспечения устойчивого развития, укрепление межнациональных и межконфессиональных отношений в стране, а также введение единого стандарта и норм по осуществлению деятельности студенческих негосударственных организаций за рубежом.

В современных условиях развития мирового сообщества единая организация позволит всем казахстанским студентам независимо от места обучения и проживания реализовывать свои права и интересы, в том числе и право на самореализацию. Кроме того, в Астане проходит ежегодный слет казахстанских студенческих организаций за рубежом, организованный Ассоциацией «Болашак» в партнерстве с АО «Центр международных программ» при поддержке Министерства образования и науки Республики Казахстан, партии «Нұр Отан». Целью слета является объединение молодых активистов для обмена опытом, знаниями и идеями. Так, казахстанскими студенческими организациями за рубежом проводятся имиджевые мероприятия, направленные на повышение узнаваемости страны в мире, ознакомление иностранных граждан с современным Казахстаном, потенциалом и возможностями страны, культурой и традициями казахского народа.

Подобные объединения соотечественников за рубежом играют немаловажную роль в успешной адаптации студентов к иностранной культуре. Масштабная организация с государственной поддержкой, на наш взгляд, является самым стабильным и беспроигрышным вариантом, точкой опоры для казахстанских студентов за границей. Вследствие чего считается необходимым помочь как можно большему количеству студентов в Казахстане и за рубежом узнать о данной организации. Поэтому в своей работе мы часто упоминаем объединение «KazAlliance», как один из факторов, способных помочь и поддержать наших студентов за границей. Для этого в рамках сотрудничества с международными центрами для получения информации о существующих студенческих программах, нами были разработаны специальные плакаты и визитки, из которых студенты, отправляющиеся за рубеж, могли получить краткую информацию о некоторых объединениях казахстанских учащихся.

Среди влияющих на адаптацию условий следует учитывать факторы, содействующие или затрудняющие адаптацию в иной культуре. В первую очередь следует назвать следующие факторы.

1. *Степень сходства или различия между культурами.* Для оценки степени сходства культур используются различные индексы культурной дистанции, в которые обычно включают язык, религию, структуру семьи, климат, пищу и одежду. Результаты многочисленных исследований свидетельствуют о том, что степень выраженности «культурного шока» положительно коррелирует с культурной дистанцией [6].

2. *Особенности культуры, к которой принадлежит переселенец или «визитёр».* Так, имеются данные (например, статистика самоубийств иностранцев во Франции), что с большими трудностями в процессе адаптации сталкиваются японцы. Это можно объяснить характерной для японской культуры ритуализированностью поведения и сильным беспокойством японских «визитёров», что они ведут себя неправильно, так как не знают «кода поведения» в стране пребывания [7].

3. *Особенности страны пребывания, прежде всего способ, которым «хозяева» оказывают аккультурационное влияние на приезжих.* Для плюралистических обществ характерна большая толерантность по отношению к культурному разнообразию, чем для монистических. Легче адаптироваться в странах, в которых в последние годы провозглашена политика мультикультурализма (Канада, Австралия, Швеция). Например, шведское правительство с 1975 г. проводит подобную политику, провозглашая равенство, свободу выбора и партнёрство представителей разных культур. Характеристики переселенцев, «визитёров» и взаимодействующих культур взаимосвязанное влияние на адаптацию. Так, индивиды с готовностью к переменам, оказавшиеся в мультикультурном обществе, будут чаще контактировать с местными жителями, и, следовательно, окажутся в меньшей степени подвержены «культурному шоку».

Согласно социально-психологическому исследованию С. Бокнера, существуют четыре максимально общих категории последствий межкультурного контакта: 1 – геноцид, т.е. уничтожение противостоящей группы; 2 – ассимиляция, т.е. постепенное добровольное или принудительное принятие обычаев, верований, норм доминирующей группы вплоть до полного растворения в ней; 3 – сегрегация, т.е. курс на раздельное развитие групп; 4 – интеграция, т.е. сохранение группами своей культурной идентичности при объединении в единое сообщество на новом значимом основании.

В соответствии с данной моделью С. Бокнер называет четыре возможных результата межкультурных контактов для индивида: 1 – человек отбрасывает собственную культуру в пользу чужой («перебежчик»); 2 – отбрасывает чужую в пользу собственной («шовинист»); 3 – колеблется между двумя культурами, зачастую испытывая внутриличностный конфликт, путаясь в идентичности, и в итоге не удовлетворяя требованиям ни одной из культур («маргинал»); 4 – синтезирует обе культуры, являясь их связующим звеном («посредник») [8].

Сходную концептуальную схему способов аккультурации предлагают Дж. Берри и его соавторы [9]. По их мнению, у индивидов и групп имеется четыре возможных выбора: ассимиляция, сепаратизм, маргинализация, интеграция. Интересна также попытка выделения этапов личностного роста индивидов, взаимодействующих с представителями других культур и получающих социальную поддержку, предложенная М. Беннеттом. Согласно этой модели при успешной адаптации индивид проходит три этноцентристских этапа (отрицание различий; защита от различий с их оценкой в пользу

своей группы; универсалистская позиция минимизации различий) и три этнорелятивистских этапа (принятие различий; адаптация к культурным или групповым различиям, т.е. способность не только их признавать, но и действовать соответствующим образом; интеграция, т.е. применение этнорелятивизма к собственной идентичности) [10]. Позицию индивида на высшем этапе личностного роста М. Беннетт называет «конструктивной маргинальностью», что соответствует таким понятиям, как «человек-посредник между культурами», «межкультурная компетентность», «человек мультикультуры». Авторы вышеуказанных моделей соглашаются в том, что успешная адаптация представляет собой не ассимиляцию с чужой культурой, а овладение богатствами ещё одной культуры без ущерба для ценностей собственной.

В целом для исследований «культурного шока» характерен клинический акцент, а при коррекционной работе применяются традиционные психотерапевтические модели и методики. Существует несколько способов подготовки молодёжи к межкультурному взаимодействию. Предпринимаются попытки классифицировать основные типы обучающих программ при подготовке индивидов к межгрупповому взаимодействию.

По нашему мнению цель просвещения — приобретение знаний о культуре, этнической общности и др. Отправляясь в другую страну, можно прочитать книгу, повествующую о культуре и обычаях её жителей. Практическое, ориентированное на непосредственное взаимодействие с членами других групп обучение призван обеспечивать тренинг. Любая программа тренинга пытается ответить на вопрос «как?»: как индивид может наладить межличностные контакты в новом для себя окружении, как он может овладеть ценностями, нормами, ролевыми структурами чужой культуры лишь в рамках психологии межгрупповых отношений.

Межкультурный тренинг ставит перед собой две основные задачи: 1 – познакомить с межкультурными различиями в межличностных отношениях, что требует проигрывания ситуаций, в которых что-либо протекает по-разному в двух культурах; 2 – сделать возможным перенос полученных знаний на новые ситуации, что достижимо, если обучающийся знакомится с самыми характерными особенностями чужой культуры.

Для подготовки к межкультурному взаимодействию широкое распространение во многих странах мира получили так называемые культурные ассимиляторы. Цель при использовании данного метода – научить человека видеть ситуации с точки зрения членов чужой группы, понимать их видение мира. Поэтому Р. Альберт предлагает называть этот метод «техникой повышения межкультурной сензитивности» («Intercultural sensitizer») [11].

В декабре 2015 года в здании Инновационного Евразийского университета нами был проведен специальный тренинг с участием представителей международных программ в г. Павлодаре, студентов отделений иностранных языков, а также студентов, имеющих опыт проживания за границей. Специальными гостями тренинга являлись граждане США, Австралии и Турции. Целью тренинга было ознакомление студентов с существующими программами, культурой представителей перечисленных стран. С целью подготовки студентов к некоторым возможным ситуациям, были разработаны специальные игры, в которых участники выполняли конкретную роль. Для преодоления непосредственно языкового барьера при общении иностранцами, игры и диалоги велись исключительно на английском языке.

Мы считаем, что в период адаптации возникают следующие проблемы, связанные в основном с учебной деятельностью и процессом общения со сверстниками: общение на иностранном языке; иные методы преподавания и различия в учебных программах; чужие традиции; несвойственный образ жизни; другая пища; межэтнические конфликты в интернациональном коллективе и т.п.

Адаптация к новым социокультурным условиям требует определённой гибкости, известного отказа от ряда традиционных представлений и норм. Это необходимое условие эффективной совместной деятельности представителей различных культур, в числе и такой деятельности, как учёба иностранных студентов в вузе. В то же время не следует отказываться от традиционных норм и способов общения, так как активная и безоговорочная «модернизация» поведения могут создать значительные трудности в момент их возвращения на родину, и отвергнутые или забытые ими традиции станут вновь их повседневной и актуальной реальностью. В этой связи необходимо специально подчеркнуть, что учёт национальной этнокультурной специфики позволил бы существенно повысить эффективность учебной деятельности студентов за рубежом, облегчить им процесс адаптации к новым для них условиям, так же как и процесс реадaptации после окончания обучения и возвращения на родину.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1 Оберг К. Культурный шок: адаптация к новой среде // Практическая антропология. – 1960. – Vol. 7.
- 2 Ким И.И. Связь и кросс-культурная адаптация. – Филадельфия, 1988.
- 3 Стефаненко Т.Г. Адаптация к новой культурной среде и пути её оптимизации // Введение в практическую социальную психологию / Под ред. Жукова Ю.М., Петровской Л.А., Соловьевой О.В. – М.: Смысл, 1996.

- 4 Кросс-культурная адаптация: Современные подходы / Под ред. И.И. Кирн, В.В. Гудикунст. – Ньюбери Парк, 1987.
- 5 Кили Д.Д., Рубен Б.Д. Кросс-культурные критерии отбора персонала: вопросы и методы // Справочник по межкультурному обучению. – Изд. 1. – Нью-Йорк, 1983.
- 6 Fimham A., Bochner S. Culture shock: Psychological reactions to unfamiliar environments. – L., 1986.
- 7 Diggs N., Murphy B. Japanese adjustment to american communities: the case of the Japanese in the Dayton area // Intern. J. Intercultural Relations, 1991, Vol. 15.
- 8 Бохнер С. Социальная психология межкультурных отношений // Культуры во взаимодействии. – Оксфорд, 1982.
- 9 Берри Дж.В., Пуртинья, Сегал М.З., Дасен П.П. Кросс-культурная психология: исследования и приложения. – Кембридж, 1992.
- 10 Bennett M.J. A developmental approach to training for intercultural sensitivity // Intern. J. Intercultural Relations, 1986, Vol. 10.
- 11 Albert R.D. The intercultural sensitizer or culture assimilator: A cognitive approach // Handbook of intercultural training. – N.Y., 1983, Vol. 2.

#### REFERENCES

- 1 Oberg K. Kulturniy shok: Adaptatsiya k novoy srede // Prakticheskaya antropologiya. – 1960. – Vol. 7.
- 2 Kim I.I.: Svyaz i kross-kulturnaya adaptatsiya. – Filadelfiya, 1988.
- 3 Stefanenko T. G. Adaptatsiya k novoy kulturnoy srede i puti eYo optimizatsii // Vvedenie v prakticheskuyu sotsialnyu psihologiyu / Pod red. Zhukova Yu.M., Petrovskoy L.A., Solovevoy O.V. – M.: Smyisl, 1996.
- 4 Kross-kulturnaya adaptatsiya: Sovremennyye podhody / Pod red. I.I. Kirn, V.B. Gudikunst. – Nyuberi Park, 1987.
- 5 Kili D.D., Ruben B.D. Kross-kulturnyye kriterii otbora personala: voprosy i metody // Spravochnik po mezhkulturnomu obucheniyu. – Izd. 1. – Nyu-York, 1983.
- 6 Fimham A., Bochner S. Culture shock: Psychological reactions to unfamiliar environments. – L., 1986.
- 7 Diggs N., Murphy B. Japanese adjustment to american communities: the case of the Japanese in the Dayton area // Intern. J. Intercultural Relations, 1991, Vol. 15.
- 8 Bohner S. Sotsialnaya psihologiya mezhkulturnyih otnosheniy // kulturyi vo vzaimodeystvii. – Oksford, 1982.
- 9 Berri Dzh.V., Purtinya, Segal M.Z., Dasen P.P. Kross-kulturnaya psihologiya: issledovaniya i prilozheniya. – Kembriдж, 1992.
- 10 Bennett M.J. A developmental approach to training for intercultural sensitivity // Intern. J. Intercultural Relations, 1986, Vol. 10.
- 11 Albert R.D. The intercultural sensitizer or culture assimilator: A cognitive approach // Handbook of intercultural training. – N.Y., 1983, Vol.2.

#### ТҮЙІН

**М.К. Нурумова,**

**Е.М. Раклова,** психология ғылымдарының кандидаты  
Инновациялық Еуразия университеті (Павлодар қ.)

#### **Шетелге оқуға студенттер әлеуметтік-мәдени бейімдеу**

*Бұл мақалада шетелде оқитын Қазақстан студенттерінің жалпы әдеби және тілдің кейбір тәсілдерін, кейбір шетел тілдерінің мәдениетін түсіну кезегін өткізеді. Бұл оқытылу кезегінде тек қана білім алу туралы ғана емес, өмірге керекті құндылықтарды және әдет-ғұрпын тағы басқа жақтарын білу керек.*

**Түйін сөздер:** *Әлеуметтік-мәдени бейімдеу, мәдениет шок, мінез-құлық кодексі, ассимиляция, сегменттеу, регрегация, интеграция, сындарлы маргиналды, маргинал, мәдениетаралық құзыреттілік.*

**RESUME**

**M.K. Nurumova,**  
**E.M. Raklova,** *Candidat of Psychological Sciences*  
*Innovative University of Eurasia (Pavlodar)*

***Socio-cultural adaptation of students to study abroad***

*This article describes the general issues and the relevance of socio-cultural and linguistic adaptation of Kazakh students traveling to study abroad, as well as certain aspects of the adaptation of students to a foreign culture. The process of learning is seen not only as a procedure of the acquisition of educational knowledge, but also as receiving concomitant life values and skills.*

**Keywords:** *Socio-cultural adaptation, culture shock, overseas type, the code of conduct, assimilation, segmentation, regregation integration, constructive marginality, marginal, intercultural competence.*