показателей определены диагностические методики. Исследование проявлений дезадаптации в личностной сфере мы проводили с помощью диагностической методики «Лесенка» (автор – В.Г. Щур) и беседы «Об отношении к школе и учению» (автор – Д.Б. Эльконин, А.Л. Венгер). Изучение проявлений дезадаптации в поведенческой сфере осуществлялось при помощи методики «Социальная адекватность поведения» (автор – Р. Жиль). Результаты, полученные в ходе диагностики, свидетельствуют о проявлениях дезадаптации у старших дошкольников в личностной и эмоциональной сферах. О проявлениях дезадаптации в личностной сфере говорят низкие показатели сформированности внутренней позиции школьника, в эмоциональной сфере – высокие показатели тревожности у детей 6 лет. Кластерный анализ результатов диагностики позволил распределить детей 6 лет на группы с проявлениями дезадаптации по определенному типу. В первую группу вошли старшие дошкольники с оптимальным уровнем сформированности внутренней позиции школьника и уровнем тревожности. Из них 5 % детей с высоким уровнем сформированности внутренней позиции школьника и со средним уровнем тревожности; 50 % детей со средним уровнем сформированности внутренней позиции школьника и средним уровнем тревожности; 45 % детей со средним уровнем сформированности внутренней позиции школьника и с низким уровнем тревожности.

Таким образом, по итогам диагностики в обследованном контингенте старших дошкольников, адаптированных 57 %, детей, дезадаптированных 43 %. Статистические данные позволили составить и описать характерные особенности выделенных групп, отражающие личностную, эмоциональную и поведенческую сферу испытуемых; особенности отношений ребенка со сверстниками и взрослыми. Группа детей по типу «адаптированные» характеризуется: сформированностью учебной мотивации; оптимальным уровнем тревожности; правильным представлением о моральных нормах и правилах поведения; завышенной и адекватной самооценкой; лидерскими качествами, высоким уровнем популярности среди других детей; проявлениями положительного эмоционального отношения к взрослым. У детей данной группы сформирована учебная мотивация.

1. Александров А.А. Типология делинквентно- го поведения при психологиях и акцентуациях характера // Нарушения поведения у детей и подростков. – М., 1981. - 176с.
2. Белкин А.С., Бродский Ю.С., Матюнин Б.Г. Изучение уровня знаний классных руководителей о причинах возникновения педагогической запущенности учащихся //Воспитание дисциплины, предупреждение педагогической запущенности школьников / Отв.ред. А.С.Белкин. – Свердловск: Изд.ур.унив.,1988
3. Белозорова Л.И. Основы теории и методики воспитательной работы школы с трудными детьми. – Киров: Гос.институт,1994. - 81с.
4. Битинас Б.П. Методология и техника исследования воспитательной функции микросоциума // Теория и практика зарубежной работы. т.1. – М – Тула, 1993. - 447с.
5. Братусь Б.С. Аномалии личности. – М.: Мысль, 1988. - 301с.
6. Вайзман Н. Реабилитационная педагогика. – М.:Аграф,1996. – 158с.
7. Выготский Л.С. Диагностика развития и педагогическая клиника трудного детства. - М., Собр. соч. в 6-ти томах. т.5 - 369с.

Тагильцева Е.В. Султанова А.Н., Сычева Т.Ю.

Особенности стрессоустойчивости студентов в условиях зарубежной миграции в зависимости от уровня культурной осведомленности

*ФГБОУ ВО Новосибирский ГМУ МЗ
(Россия, Новосибирск)*

doi: 10.18411/sr-10-12-2020-10

idsp: sciencerrussia-10-12-2020-10

Аннотация

Глобализация и межкультурные взаимодействия стали неотъемлемой частью жизни современного мира. В 2013 году каждый 33 человек в мире являлся мигрантом.

(Alexander S English, et al., 2015) Мигранты, прибывая в новую страну проживания не всегда быстро адаптируются, испытывая стресс. Стресс связанный с аккультурацией возникает при переходе в новую культуру, возникает из-за неспособности наладить общение с местными жителями. Культура динамична, непрерывно меняется от поколения к поколению, приспособляясь к изменениям в мире и технике. Более того, культура в понимании Цзэна специфична для каждого человека и поэтому намного важнее этнической принадлежности или расы (Tseng & Streltzer, 2001).

Ключевые слова: миграция, стресс, стрессоустойчивость, стресс-факторы, копинг-стратегии, защитные механизмы, студенты.

Abstract

Globalization and intercultural clashes have become an integral part of the life of the modern world. In 2013, every 33 people in the world were migrants. (Alexander S. English et al., 2015) Migrants, arriving in a new country of residence, do not always adapt quickly, experiencing stress. The stress associated with acculturation in the transition to a new culture arises from the inability to establish communication with local residents. The culture is dynamic, constantly changing from generation to generation, adapting to changes in the world and technology. Moreover, culture, as Zeng understands, is specific to each person and therefore ethnicity or race is more important (Tseng & Streltzer, 2001).

Key words: migration, stress, stress resistance, stress factors, coping strategies, defense mechanisms, students.

Чувства изолированности, изгнанности из родного дома и привычного окружения, вызывают ощущение беспомощности и депрессии. Уровень стресса зависит от типа миграции: запланированная, например, образовательная или вынужденная: экономическая, экологическая, связанная с межнациональными конфликтами и войнами. На уровень в условиях миграции оказывают влияние эмоциональный интеллект, поведенческая компетентность, состояние здоровья и психологическое благополучие. Культурные убеждения могут влиять на личное восприятие травмирующих факторов человеком и на его или ее попытки примириться с воспоминаниями о них полезным и бесполезным образом. Культурные убеждения окружения также могут влиять на реакцию на стресс и могут способствовать или препятствовать восстановлению. Если в среде откуда прибыл студент, или в которой изолирует свое общение, прибывая в России, некие факторы воспринимаются как стыдные или неприемлемые, то они не захотят общаться и решать данные вопросы. Таким вопросом, для мигрантов-мусульман из Средней Азии, может стать подчиненность женщине, невозможность учиться у/с женщинами, кушать в одной столовой с женщинами, самостоятельно убирать, стирать в комнате общежития и другие. Ощущение себя человеком «второго сорта», которого «не выбирают», а значит «ущемляют», с точки зрения студента-мигранта, вынуждают подбирать ответные реакции на подобные ситуации. Данный момент отягощается тем, что травмирующие ситуации выпадают на возрастной период юности и молодости, когда актуализируются желания соответствовать своей системе нравственных ценностей и принципов (Л. Колберг), становлением идентичности и верности (Э Эриксон). Усугубляется все проявлением юношеского максимализма, при необходимости балансировки между стремлением к общению, социализацией и изоляцией, недоверчивостью к окружающим.

При возникновении травмирующей ситуации, продуцирующей стресс, мигранты могут применять первичную стратегию выживания, направленную на принятие прямых мер или вторичную, направленную на изменение восприятия и переоценку значения происходящих событий. Первичный копинг эмоционально-ориентированный,

направляется на изменение взаимоотношений с окружением, для уменьшения уровня стресса. Вторичный на устранение стресса через когнитивный, направленный внутрь процесс на трансформацию отношения и принятие ситуации. Отечественные и зарубежные ученые обращают внимание, что первичные и вторичные стратегии, применяемые мигрантами, зависят от культурного контекста, разные этнические группы справляются со стрессом, применяя разные стратегии выживания. Например, было обнаружено, что мигранты-американцы азиатского происхождения чаще прибегали ко вторичному копингам, тогда как, мигранты-американцы европейского происхождения чаще использовали первичные копинги. При этом некоторые мигранты азиатского происхождения (японские студенты), предпочитают первичные копинги. Однако до сих пор не ясно, какие именно стратегии совладания с трудностями, первичные или вторичные являются более эффективными для облегчения стресса. Есть мнение, что в индивидуалистических обществах используются копинги первой группы, в коллективистских, второй группы, эмоционально-ориентированные, но достаточно достоверных результатов в пользу этой теории не получено (Alexander S English, et al., 2015).

В 2019-2020 году мы провели исследование среди 109 студентов, находящихся в условиях зарубежной миграции из Киргизии и Таджикистана, из них 11 студентов 1 и 2 курса лечебного факультета ФГБОУ ВО НГМУ Минздрава России и 98 студентов с 1 по 4 курс учащиеся ФГБОУ ВО Новосибирский ГАУ, из них 76 мужского пола, 33 женского пола.

В анкетах по проведенному исследованию мы просили студентов, приехавших на обучение из-за рубежа отразить их уровень знания русского языка и степени осведомленности в российской культуре, укладе и традициях. Были выявлены две категории студентов:

- группа более адаптированных студентов вошли студенты, свободно говорящие на русском языке, принимающие культурные нормы российских Вузов, активно изучавшие дисциплины по специальности;
- группа слабо адаптированных студентов, куда вошли студенты с трудом понимающие устный и письменный русский язык на бытовом уровне, культурные нормы страны пребывания по внешним проявлениям не принимающие и не уважающие.

Степень «противодействия стрессу» в обеих группах мигрантов различная ($p=0,00204$), у менее адаптированных мигрантов в пределах нормы ($10,36\pm 3,57$), статистически значимые связи с другими психологическими образованиями не выделены.

Менее адаптированные мигранты проявляют активную и скрытую агрессию, выражающаяся в поведении, в освистывании, в комментировании внешнего вида девушек студенток. Демонстрируют отсутствие желания учить русский язык, выполнять правила студенческого общежития. Снижение проявления негативных реакций и агрессивного поведения достигается за счет бесед с администрацией и угрозы ответных действий со стороны титульного этноса. Из них 65,45% испытывают высокий уровень «перенапряжения» ($17,04\pm 4,84$), который формирует фактор «конкуренции» ($R= 0,36$), как внутри групп студентов своей национальности, испытывающих давление иерархического разделения на жителей города и села, так и с показателями в учебе студентов – россиян. Данный фактор также отражает необходимость публичных выступлений на занятиях, при плохом знании языка, что включает как психологическую защиту «проекция» ($R= 0,46$), приписывание своих негативных чувств окружающим, так и «общую напряженность всех защит» ($R= 0,44$).

Уровень «воспринимаемого стресса» выше нормативных значений в менее адаптированной группе ($26,22\pm 5,61$) у 61,82% студентов. Состояние студентов менее адаптированных мигрантов ухудшают фактор «конкуренция» ($R= 0,48$), как внутри

сообщества студентов-мигрантов, так и с достижениями студентов – россиян. Подавление и вытеснение в подсознание травмирующих обстоятельств, например, низкий уровень знаний, успеваемости студента, или другие качества и поступки, делающие непривлекательным студента в его глазах. Эти факторы могут осознаваться или не осознаваться, но при этом восприниматься как беспричинная тревога, реакция на которую, при отсутствии ресурсов для разрешения ситуации вынуждает студентов переходить к более ранней по стадии развития, инфантильным реакциям: психологические защиты: «вытеснение» ($R = 0,48$), «регрессия» ($R = 0,48$), усиливая «общую напряженность всех защит» ($R = 0,48$),

Уровень стрессоустойчивости в группах различается, $p = 0,02094$ по критерию Манна-Уитни. В менее адаптированной группе студентов-мигрантов пороговый показатель (медианное значение равно 251,00 балл) формируют семь из десяти стресс-факторов: «работа – дела» ($R = 0,35$), «взаимоотношения с окружающими» ($R = 0,46$), «финансы» ($R = 0,41$), «планирование» ($R = 0,35$), «семья» ($R = 0,63$), «самочувствие – одиночество» ($R = 0,43$), «общее самочувствие» ($R = 0,61$) и три копинг-стратегии: «конфронтационный копинг» ($R = 0,38$), «планирование решения проблемы» ($R = 0,42$), «положительная переоценка» ($R = 0,36$).

Как мы видим, что в менее адаптированной группе, уровень стрессоустойчивости находится в пороговых значениях, низкая только у 43,64% студентов, не смотря на влияние большого количества факторов и запущенными ими совладающими стратегиями, направленными на их разрешение, при некой степени враждебности и агрессивности, первичные копинги. Попытка сфокусироваться на решении ситуации, вторичные копинги, сталкивается с необходимостью сохранения своей религиозной идентичности и положительной самооценки. В группе сравнения одна совладающая стратегия, признание своей роли в создании и разрешении проблемы сразу существенно снижает уровень сопротивляемости стрессу, до ранимости у 61,11% студентов.

Кроме вышеперечисленных стресс-факторов, формирующим индивидуальность групп, у студентов обеих групп сформирована однотипная триада наиболее травмирующих факторов, связанных с учебой, взаимоотношениями с окружающими и беспокойством своим финансовым состоянием сейчас и в будущем. Проявляющаяся у менее адаптированных мигрантов на уровне: «работа-дела» ($42,78 \pm 15,18\%$), «взаимоотношения с окружающими» ($34,78 \pm 14,18\%$), «финансы» ($27 \pm 13,08\%$).

Психологические защиты у менее адаптированных мигрантов большей частью находятся ниже нормативного предела в 40-50%.

Студенты находящиеся в состоянии миграции оказавшись в травмирующей ситуации используют вторичные когнитивные копинги, стараясь избегать эмоциональной вовлеченности, снижают ее значимость, или не воспринимают вовсе, либо неприемлемые для чувства и мысли приписывают некомфортному окружению.

Таким образом, менее адаптированные мигранты стараются найти позитивные оправдания своих действий в текущей ситуации: «рационализация» ($53,64 \pm 16,73\%$). Не находя их в достаточном количестве чтобы применить копинг-стратегию «положительная переоценка» ($R = 0,36$) игнорируют тревожные аспекты внешней реальности: «отрицание» ($50,08 \pm 15,83\%$). Необходимость переписывания большого объема своих негативных мыслей и чувств на окружение: «проекция» ($45,76 \pm 22,04\%$) повышает конфликтность общения, что увеличивает «перенапряжение» ($R = 0,46$). Психологические защиты стоящие ниже рангом, «вытеснение» ($28,66 \pm 14,81\%$) и «регрессия» ($28,66 \pm 14,81\%$), в равной степени формируют попытки отделиться от ситуации, уменьшив ее значимость: «дистанцирование» ($R = 0,48$). Проявляется это в игнорировании преподавателей на занятиях, занятием не связанными с ними делами, и

как результат низкой успеваемостью и отчислением из Вуза. Настойчивые усилия преподавателей к обеспечению дисциплины и изучения материала вызывают враждебность. Важно отметить, что большую часть преподавателей в российских Вузах составляют женщины. В отличие от принятых в России равных гендерных ролей, в Средней Азии женщина подчиняется мужчине, а не наоборот. Студенты-мигранты, на 70% представленные молодыми людьми мужского пола идентифицируют себя, как самостоятельных мужчин, совершивших серьезный шаг – переезд на учебу в другую страну. Иерархически более высокая роль женщины преподавателя в российском Вузе усиливает конфронтацию. Усиливаются внешние проявления негативных враждебных эмоций: «конфронтационный копинг» ($R = 0,37$). Усиливается тенденция к игнорированию учебных задач и преподавателей, по мере роста объема непонятого учебного материала - «бегство-избегание» ($R = 0,35$). Необходимость сдерживать эмоциональные негативные порывы, чтобы еще больше не усложнить ситуацию усиливает «воспринимаемый стресс» ($R = 0,40$). В силу означенных причин, при формировании академических групп с количественным преобладанием студентов-мигрантов, отсутствует возможность сохранить культурные нормы, принятые в российском Вузе. Административный рычаг в виде отчисления работает слабо, так как для студентов мигрантов отчисление из «дискомфортного» по культуре и языку Вуза воспринимается как «радость свободы». По приезде домой такой студент, в силу перечисленных выше психологических защит рассказывает, как он был «хорош» и неадекватно оценен, ссылаясь на «этих русских». Что в силу пропаганды и общепринятому в культурах бывшего Советского Союза негативному настрою ко всему русскому, воспринимается, как правда. «Наш» молодой человек – априори «хороший», а значит роль «плохого» получает российский Вуз. Более продуктивным оказался другой принцип формирования академических групп. Для сохранения принятых в учебном заведении культурологических норм и для более эффективной адаптации к ним у студентов мигрантов необходим существенный численный перевес носителей данных культурных норм, которые займут авторитетную позицию для зарубежных студентов.

1. Колиева Р.Р. Анализ копинг-стратегий подростков склонных к девиантному поведению // Проблемы современной науки и образования. – 2014. -№3. –С. 129-132.
2. Маликова, Т.В. Психологическая защита: направления и методы: Учебное пособие / Т.В. Маликова, Л.А. Михайлов, В.П. Соломин, О.В. Шатровой. - СПб.: Речь, 2008. - 231 с.
3. Перре, М. Клиническая психология / М. Перре, У. Бауман. - СПб: Питер, 2007. - 1312 с.
4. Davis S. K., Nichols R. (2018). Does emotional intelligence have a “dark” side? A review of the literature. *Front. Psychol.* 7:1316. 10.3389/fpsyg.2016.01316.
5. Dell P.F., O’Neil J.A. Dissociation and the Dissociative Disorders: DSM-V and Beyond. New York, NY: Routledge; 2009.
6. English AS, Zeng ZJ, Ma JH. The stress of studying in China: primary and secondary coping interaction effects. *SpringerPlus*. 2015 Dec 1; 4(1):755.
7. Erozkhan A. The effect of communication skills and interpersonal problem solving skills on social self-efficacy. *Educational Sciences: Theory & Practice*. 2013;13(2):739–745.