

УДК 37.046.16

DOI: 10.34670/AR.2023.14.14.030

Диагностика поведенческой саморегуляции студентов-иностранцев из стран Средней Азии в процессе адаптации

Санаев Алишер Комилжон углы

Аспирант кафедры общей психологии,
Институт психологии и образования,
Казанский федеральный университет,
420021, Российская Федерация, Казань, ул. М. Межлаука, 1;
преподаватель кафедры педагогики и психологии,
Университет Ориентал,
100111, Узбекистан, Ташкент, ул. Норазтепа, 52;
e-mail: Alisher.sanaev@inbox.ru

Устин Павел Николаевич

Кандидат психологических наук, доцент,
заведующий кафедрой общей психологии,
Институт психологии и образования,
Казанский федеральный университет,
420021, Российская Федерация, Казань, ул. М. Межлаука, 1;
e-mail: pavust@mail.ru

Аннотация

В статье изучаются особенности проявления стилей поведенческой саморегуляции у студентов-иностранцев из стран Средней Азии в процессе адаптации. В ходе адаптации происходит ускоренный процесс интеграции человека в общество с отличающимися условиями среды, обеспечивающий оптимальный уровень жизни. Процесс адаптации включает в себя компонент поведенческой саморегуляции, определяющий психические реакции и состояния активной личности. Использование диагностического инструментария в исследовании (опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения») способствовало более полному анализу особенностей поведенческой саморегуляции студентов-иностранцев из стран Средней Азии в процессе адаптации. Участниками исследования стали иностранные студенты в количестве 500 человек из пяти стран Средней Азии (Казахстан, Узбекистан, Таджикистан, Киргизстан, Туркменистан). По результатам диагностического среза была разработана характеристика особенностей поведенческой саморегуляции у студентов-иностранцев из стран Средней Азии в процессе адаптации. Кроме того, в работе представлены структурные связи поведенческой саморегуляции и ее показателей.

Для цитирования в научных исследованиях

Санаев А.К., Устин П.Н. Диагностика поведенческой саморегуляции студентов-иностранцев из стран Средней Азии в процессе адаптации // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2023. Т. 12. № 10А. С. 282-289. DOI: 10.34670/AR.2023.14.14.030

Ключевые слова

Саморегуляция, стратегии саморегуляции, показатели саморегуляции, студенты-иностранцы, процесс адаптации.

Введение

У иностранных студентов из стран Средней Азии, обучающихся в российских вузах, возникает ряд трудностей, связанных с адаптацией к новой социокультурной и образовательной среде. По мнению Е.Л. Буслаевой, адаптация предполагает процесс приспособления индивида (его личностных и индивидуальных качеств) к изменениям условий существования жизни и деятельности [Буслаева, 2014]. Среди аспектов адаптации можно выделить такие виды, как социокультурный, академический, психологический и др. Социокультурная адаптация отвечает за освоение норм, ценностей, правил поведения и коммуникации, характерных для принимающей культуры. Для академической адаптации характерно успешное выполнение учебных заданий и требований образовательной программы. Для нашего исследования особый интерес представляет психологическая адаптация, отражающая уровень удовлетворенности жизнью, самооценки, саморегуляции, стрессоустойчивости и психологического благополучия [Абазова, 2022]. В российских и зарубежных исследованиях присутствуют общие теоретические подходы к пониманию психологической адаптации как процесса и результата взаимодействия живого организма и окружающей социально-природной среды, который обеспечивает возможности его оптимального приспособления к жизни и деятельности [Вертягина, 2011].

Особое место в системе личностного адаптационного потенциала занимают шкалы, выделенные А.Г. Маклаковым и С.В. Чермяниным: поведенческая регуляция, коммуникативный потенциал, моральная нормативность [Маклаков, 2011]. Под поведенческой регуляцией определяется способность личности регулировать взаимодействие с окружающей действительностью. Как уточняет Е.П. Ильин, объектом регуляции человека являются его действия, психические состояния и свойства [Ильин, 2009].

Изучая проблемы саморегуляции, В.И. Моросанова предложила использовать термин «индивидуальный стиль саморегуляции» как средство осуществления субъективного подхода в исследовании произвольной активности личности. Индивидуальный стиль предполагает вид произвольной активности, имеющий две формы, а именно: 1) реализация действия; 2) саморегуляция активности [Моросанова, 2001].

Цель данной статьи состоит в разработке характеристики особенностей поведенческой саморегуляции у студентов-иностранцев из стран Средней Азии в процессе адаптации.

Для достижения цели были решены следующие задачи:

- изучить сущность понятия «саморегуляция» и «поведенческая саморегуляция» с точки зрения процесса адаптации личности;

- определить стиль саморегуляции иностранных студентов из стран Средней Азии в процессе адаптации;
- выделить профиль поведенческой саморегуляции студентов-иностранцев из стран Средней Азии.

Методы исследования

В исследовании по диагностике уровня поведенческой саморегуляции приняли участие 500 иностранных студентов из пяти стран Средней Азии (Казахстан, Узбекистан, Таджикистан, Киргизстан, Туркменистан).

Выборка равномерно распределена по полу, что позволяет сравнивать мужчин и женщин по разным параметрам.

Большинство респондентов (90,4%) находятся в возрастном диапазоне от 18 до 25 лет, что соответствует типичному возрасту студентов первого курса.

Самая распространенная страна происхождения респондентов – Узбекистан (47%), за ним следует Казахстан (35%). Остальные страны Средней Азии представлены незначительно (менее чем 10% респондентов каждая).

Результаты и выводы

Почти половина опрошенных иностранных студентов (48,8%) обучается на первом курсе, что соответствует цели нашего опроса. Также были получены ответы от иностранных студентов старших курсов, в том числе магистров и аспирантов.

Самыми популярными направлениями подготовки среди участников диагностического среза стали «Филология» (22,5%) и «Психология» (24,5%). Остальные направления представлены в незначительной степени (менее 10% респондентов). Возможно, это связано с тем, что обучение на данных направлениях требует более высокого уровня владения русским языком.

Большинство респондентов (60,1%) владеют элементарным русским языком, а 29,8% являются уверенными пользователями на уровне носителя. Только 10,1% участников опроса не владеют русским языком. Это может говорить о том, что русский язык является достаточно распространенным и востребованным в странах Средней Азии.

Значительная часть иностранных студентов (89,9%) начали изучать русский язык на родине, причем большинство (78%) – в школе или как в школе, так и дома. Это подтверждает предыдущий вывод о распространенности русского языка в странах Средней Азии. Только 5,4% приступили к активному изучению русского языка в России, а остальные ответы были от тех, кто считает себя русским.

Чуть больше половины респондентов (51,9%) не проходили специальные курсы русского языка и полагались на программу образования в вузе. Остальные проходили курсы либо перед поступлением в высшее учебное заведение (21,7%), либо во время учебы (26,4%). Это может говорить о том, что уровень подготовки по русскому языку у студентов из Средней Азии разный и зависит от их индивидуальных усилий и возможностей.

Большинство опрошенных иностранных студентов из стран Средней Азии (61,6%) не работают, а посвящают себя учебе. Тем не менее, почти 40% респондентов совмещают учебу и работу, причем 17,1% иностранных студентов трудятся полный рабочий день. Это может

означать, что студенты-иностранцы из Средней Азии сталкиваются с финансовыми трудностями или стремятся к самостоятельности и независимости.

Более половины иностранных студентов из стран Средней Азии (78,7% опрошенных) оценивают свою академическую успеваемость в вузе как отличную или хорошую. Только 5,4% студентов-иностранцев учатся плохо и имеют академические долги. Полученные данные могут свидетельствовать о том, что студенты из Средней Азии мотивированы к обучению и стремятся к получению качественного образования.

По результатам диагностики поведенческой саморегуляции студентов-иностранцев из стран Средней Азии в процессе адаптации были получены следующие данные.

Так, чуть больше респондентов (54,1%) думают, что их память сейчас лучше, чем была раньше. Это может говорить о том, что они развивают свои когнитивные способности в процессе обучения и адаптации к новой среде.

Почти треть студентов-иностранцев (29,5%) могли бы жить одни, вдали от людей, т.е. они имеют высокий уровень интроверсии или независимости. В то же самое время большая часть респондентов (70,5%) предпочитают общаться с другими людьми или делать это по необходимости.

Судя по ответам большинства опрошенных студентов-иностранцев (84%), они быстро засыпают, что означает, что они не испытывают серьезных проблем со сном или стрессом. Остальные 16% респондентов признались, что засыпают с трудом, т.е. подвергаются влиянию психологических или физиологических факторов, мешающих им заснуть.

Отвечая на следующий вопрос, студенты-иностранцы подтвердили (62,5%), что большинство людей, с которыми они бывают в компаниях, рады их видеть. Полученный результат свидетельствует о том, что они имеют хорошие социальные навыки и отношения с окружающими. Только 8,6% респондентов думают, что люди не рады их видеть, что определяет низкий уровень самооценки или социальной тревожности иностранных студентов.

Кроме того, большинство респондентов (61,9%) признались, что не могут быстро забыть, если кто-нибудь нагрубит им. Данная статистика определяет их чувствительность к обидам и конфликтам. Остальные 32,8% ответили, что могут быстро отпустить болезненную для них ситуацию, т.е. они прощают или игнорируют негативные эмоции.

Чуть больше половины опрошенных студентов-иностранцев (56,4%) испытывают раздражение к людям, которые не могут быстро принимать решения. Данный факт означает, что они ценят эффективность и оперативность в действиях. Только 17,1% респондентов не раздражает это, что означает терпеливое и понимающее отношение к другим людям.

Согласно полученным данным, почти половина респондентов (47,8%) никогда не испытывали чувства раздражения по отношению к своим родителям, что указывает на то, что они имеют хорошие семейные отношения и уважают своих родителей. Ответы 28,2% иностранных студентов, испытывающих такое чувство, свидетельствуют о том, что они имели некоторые конфликты или разногласия со своими родителями.

С целью определения уровня поведенческой саморегуляции иностранных студентов был выбран такой диагностический инструментарий, как «Методика стиля саморегуляции студентов» (В.И. Моросанова). Выраженность показателей по данной методике отражена на рисунке 1.

Для интерпретации результатов была использована процентная шкала степени развития интеллекта, позволившая определить уровень развития саморегуляции по каждой шкале и в целом (таблица 1).

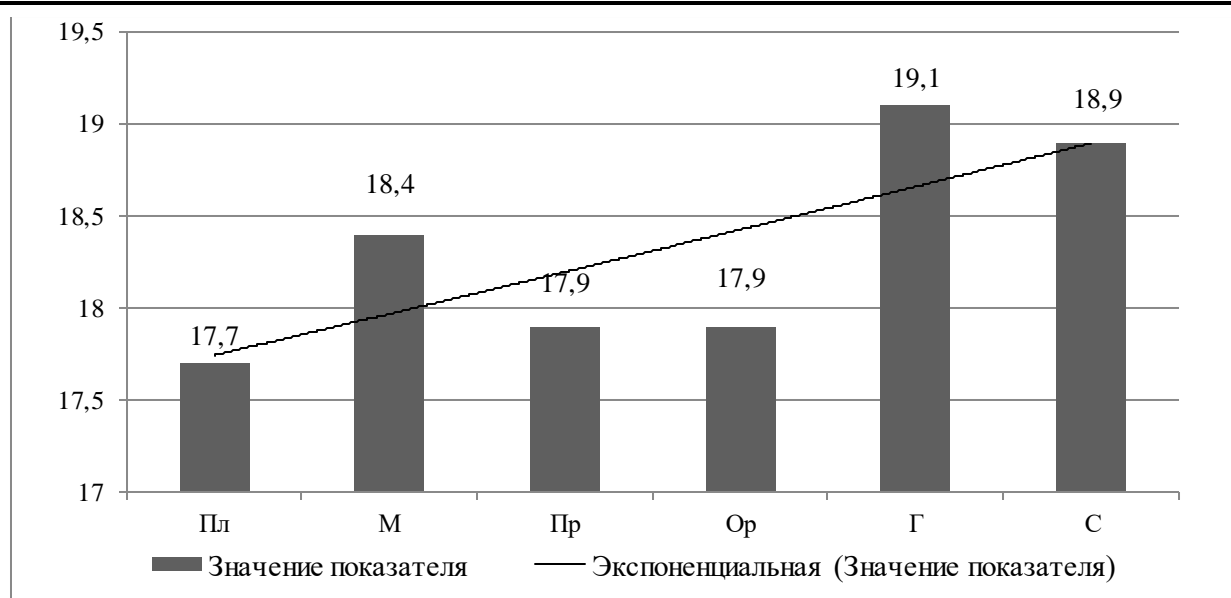


Рисунок 1 – Выраженность структурных компонентов поведенческой саморегуляции иностранных студентов из стран Средней Азии

Таблица 1 – Уровень развития саморегуляции иностранных студентов в зависимости от степени развития интеллекта

Шкалы саморегуляции	Уровень развития саморегуляции	Степень развития интеллекта (перцентиль)
Моделирование	Высокий	75-й перцентиль
Планирование	Средний	50-й перцентиль
Программирование	Средний	50-й перцентиль
Оценка результатов	Средний	50-й перцентиль
Гибкость	Высокий	95-й перцентиль
Самостоятельность	Высокий	95-й перцентиль

Так, по шкале «Планирование» участники имеют средний уровень развития саморегуляции (50-й перцентиль), что свидетельствует о том, что они способны выстраивать свои цели и задачи на будущее, но не всегда учитывают все факторы и альтернативы, в связи с чем не всегда корректируют свои планы в соответствии с обстоятельствами.

Согласно шкале «Моделирование», респонденты имеют высокий уровень развития саморегуляции (75-й перцентиль), что означает, что они умеют представлять желаемый результат своей деятельности, анализировать возможные пути его достижения, а также использовать свой опыт и знания для проектирования эффективных моделей поведения.

В соответствии со шкалой «Программирование», студенты-иностранцы из Средней Азии имеют средний уровень развития саморегуляции (50-й перцентиль), что говорит о том, что они способны конкретизировать свои планы и модели в виде программ действий, но не всегда распределяют свое время и ресурсы оптимально, а также не всегда контролируют полученный итог по заданным критериям.

По шкале «Оценка результатов» иностранные студенты имеют средний уровень развития саморегуляции (50-й перцентиль), что означает, что они не всегда достаточно критичны к себе и своим действиям, периодически не замечают свои ошибки и недостатки. Более того, опрошенные студенты-иностранцы не всегда адекватно сравнивают свои результаты с

ожидаемыми и заданными стандартами.

Результаты шкалы «Гибкость» демонстрируют очень высокий уровень развития саморегуляции (95-й перцентиль) иностранных студентов, что свидетельствует о том, что они обладают способностью к изменению своих планов, моделей и программ в зависимости от ситуации, а также склонны к приспособлению к новым условиям и требованиям. Кроме того, они не боятся риска и приключений, а также умеют находить нестандартные решения.

Следующая шкала «Самостоятельность» выявила очень высокий уровень развития саморегуляции (95-й перцентиль) студентов-иностранцев из стран Средней Азии, что означает обладание способностью к самостоятельному принятию решений, основанных на ценностях и убеждениях, а также готовность к самореализации. Они не зависят от чужого мнения и совета, а также умеют защищать свои интересы и позицию.

По общему уровню саморегуляции респонденты имеют высокий уровень развития саморегуляции (75-й перцентиль), что говорит о том, что они обладают хорошо сформированной системой саморегуляции произвольной активности, которая позволяет им эффективно достигать своих целей и задач, а также адаптироваться к различным ситуациям.

Заключение

По результатам анализа методики саморегуляции можно сделать вывод о том, что для каждого блока вопросов опрошенные иностранные студенты из стран Средней Азии имеют типичный профиль, который характеризуется следующими особенностями: высокий уровень развития всех компонентов саморегуляции, за исключением оценки результатов; стремление к достижению поставленных целей, но недостаточная критичность к себе и своим действиям; недостаточное использование обратной связи для коррекции своего поведения и повышения его эффективности; склонность к самообману и самооправданию в случае неудач или ошибок; низкая готовность к признанию своих недостатков и слабостей, а также к поиску помощи или совета у других людей.

Библиография

1. Айбазова М.Ю. Социокультурная адаптация иностранных студентов к условиям обучения в российских вузах // Вестник Омского государственного педагогического университета. Гуманитарные исследования. 2022. Т.34. № 1. С. 117-121.
2. Бушлаева Е.Л. Проблема адаптации личности в обществе // Царскосельские чтения. 2014. Т.3. № 18. С. 179-181.
3. Вертягина Е.А. К определению понятий «адаптация», «адаптивность», «адаптированность» // Адаптация личности в современном мире: Межвузовский сборник научных трудов. Вып. 4. Саратов: Научная книга, 2011. С. 8-10.
4. Ильин Е.П. Психология воли. СПб.: Питер, 2009. 368 с.
5. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. 2001. Т. 22. № 1. С. 16-24.
6. Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции: феномен, структура и функции в произвольной активности человека. М.: Наука, 2001. 192 с.
7. Bierwiazzonek K., Waldzus S. Socio-cultural factors as antecedents of cross-cultural adaptation in expatriates, international students, and migrants: A review // Journal of cross-cultural psychology. – 2016. – Т. 47. – №. 6. – С. 767-817.
8. Kamalova L. A., Umbetova M. Z., Putulyan N. S. Technologies and practices of linguistic and sociocultural adaptation of foreign students during their studies at the university // Contemporary Educational Technology. – 2020. – Т. 13. – №. 1. – С. ep288.
9. Sumer S. International students' psychological and sociocultural adaptation in the United States. – Georgia State University, 2009.

10. Valieva F. I. et al. Socio-Cultural Adaptation Of Students In A Foreign Language Environment: Factor Analysis //European Proceedings of Social and Behavioural Sciences. – 2020. – T. 95.

Diagnostics of behavioral self-regulation of foreign students from Central Asian countries in the process of adaptation

Alisher K. Sanaev

Postgraduate Student of the Department of general psychology,
Institute of Psychology and Education of Kazan Federal University,
420021, 1 M. Mezhlauka str., Kazan', Russian Federation;
Lecturer of the Department of pedagogy and psychology,
Oriental University,
100111, 52 Noraztepa str., Tashkent, Uzbekistan;
e-mail: Alisher.sanayev@inbox.ru

Pavel N. Ustin

PhD in Psychology, Associate Professor,
Head of the Department of General Psychology,
Institute of Psychology and Education of Kazan Federal University,
420021, 1 M. Mezhlauka str., Kazan', Russian Federation;
e-mail: pavust@mail.ru

Abstract

The authors consider the peculiarities of the manifestation of behavioral self-regulation styles among foreign students from Central Asian countries in the process of adaptation. Thanks to the process of adaptation, there is an accelerated process of integration of a person into a society with different environmental conditions, ensuring an optimal standard of living. The process of adaptation includes a component of behavioral self-regulation that determines mental reactions and states of an active personality. The use of diagnostic tools in the study (questionnaire «Style of self-regulation of behavior») contributed to a more complete analysis of the features of behavioral self-regulation of foreign students from Central Asian countries in the process of adaptation. The study participants were 500 foreign students from five Central Asian countries (Kazakhstan, Uzbekistan, Tajikistan, Kyrgyzstan, Turkmenistan). According to the results of the diagnostic section, a characteristic of the features of behavioral self-regulation among foreign students from Central Asian countries was developed. In addition, the paper presents structural links between behavioral self-regulation and its indicators.

For citation

Sanaev A.K., Ustin P.N. (2023) Diagnostika povedencheskoy samoregulyatsii studentov-inostrantsev iz stran Sredney Azii v protsesse adaptatsii [Diagnostics of behavioral self-regulation of foreign students from Central Asian countries in the process of adaptation]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 12 (10A), pp. 282-289. DOI: 10.34670/AR.2023.14.14.030

Keywords

Self-regulation, self-regulation strategies, self-regulation indicators, foreign students, adaptation process.

References

1. Aybazova M.Yu. (2022) Sotsiokul'turnaya adaptatsiya inostrannykh studentov k usloviyam obucheniya v rossiyskikh vuzakh [Sociocultural adaptation of foreign students to the conditions of study in Russian universities]. *Vestnik Omskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta. Gumanitarnye issledovaniya* [Bulletin of the Omsk State Pedagogical University. Humanities studies], 34 (1), pp. 117-121.
2. Bierwiazzonek, K., & Waldzus, S. (2016). Socio-cultural factors as antecedents of cross-cultural adaptation in expatriates, international students, and migrants: A review. *Journal of cross-cultural psychology*, 47(6), 767-817.
3. Buslaeva E.L. (2014) Problema adaptatsii lichnosti v obshchestve [The problem of personality adaptation in society]. *Tsarskosel'skie chteniya* [Tsarskoye Selo Readings], 3 (18), pp. 179-181.
4. Il'in E.P. (2009) *Psikhologiya voli* [Psychology of will]. Saint Petersburg: Piter, Publ.
5. Kamalova, L. A., Umbetova, M. Z., & Putulyan, N. S. (2020). Technologies and practices of linguistic and sociocultural adaptation of foreign students during their studies at the university. *Contemporary Educational Technology*, 13(1), ep288.
6. Maklakov A.G. (2001) Lichnostnyy adaptatsionnyy potentsial: ego mobilizatsiya i prognozirovaniye v ekstremal'nykh usloviyakh [Personal adaptation potential: its mobilization and forecasting in extreme conditions]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological Journal], 22 (1), pp. 16-24.
7. Morosanova V.I. (2001) *Individual'nyy stil' samoregulyatsii: fenomen, struktura i funktsii v proizvol'noy aktivnosti cheloveka* [Individual style of self-regulation: phenomenon, structure and functions in human voluntary activity]. Moscow: Nauka Publ.
8. Sumer, S. (2009). International students' psychological and sociocultural adaptation in the United States. Georgia State University.
9. Valieva, F. I., Ivanova, E. A., Dashkina, A. I., I Valieva, F., A Ivanova, E., & I Dashkina, A. (2020). Socio-Cultural Adaptation Of Students In A Foreign Language Environment: Factor Analysis. *European Proceedings of Social and Behavioural Sciences*, 95.
10. Vertyagina E.A. (2011) K opredeleniyu ponyatiy «adaptatsiya», «adaptivnost'», «adaptirovannost'» [Towards the definition of the concepts “adaptation”, “adaptability”, “adaptation”]. *Adaptatsiya lichnosti v sovremennom mire: Mezhvuzovskiy sbornik nauchnykh trudov. Vyp. 4* [Personal adaptation in the modern world: Interuniversity collection of scientific works. Vol. 4]. Saratov: Nauchnaya kniga Publ., pp. 8-10.