

2. Лазарев, В.С. О деятельностном подходе к проектированию целей общего образования/ В.С. Лазарев// Известия Российской Академии Образования. – 2011. - № 2. – С. 15-24.
3. Федеральный государственный стандарт высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (уровень бакалавриата) от 4 декабря 2015 г. № 1426.
4. Основы саморазвития личности: учеб-метод. пособие. Для всех направлений подготовки. Уровень – бакалавриат / Бюджет. Учреждение высш. Образования ХМАО-Югры «Сургут. Гос. Пед. Ун-т»; авт-сост.: Л.Г. Бортникова и др. – Сургут: РИО СурГПУ, 2016. – 163 с.

**ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ
СОЦИОКУЛЬТУРНОЙ ДЕЗАДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ-
ВЫНУЖДЕННЫХ ПЕРЕСЕЛЕНЦЕВ ИЗ УКРАИНЫ В ПРОЦЕССЕ
ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ**

Ольга Евгеньевна Панич

*Белгородский государственный национальный
исследовательский университет,
доцент кафедры возрастной
и социальной психологии
г. Белгород, Россия*

Аннотация. В статье представлены результаты исследования уровня социокультурной адаптации, ее психологических и психосоматических проявлений у студентов– вынужденных переселенцев из Украины, проходящих обучение в НИУ"БелГу".

Ключевые слова: социокультурная адаптация, тест Л.В. Янковского, вынужденные переселенцы.

**A PSYCHOSOMATIC MANIFESTATION OF SOCIOCULTURAL
DISADAPTATION OF STUDENTS FORCED MIGRANTS FROM
UKRAINE IN THE PROCESS OF LEARNING IN THE UNIVERSITY**

Olga E. Panich

*Belgorod state national research University,
Associate Professor of the Department*

Annotation. The article presents the results of research of level of adaptation, psychological and psychosomatic symptoms in students of forced migrants from Ukraine, studying at BelGU".

Key words: sociocultural adaptation, test L.V. Yankovsky, forced migrants.

Перемены в современном устройстве мира за последние десятилетия сопровождаются процессами, оказывающими существенное воздействие на изменение социальной действительности. Эти процессы привели к значительному росту беженцев и вынужденных переселенцев из Восточной Украины на территорию Российской Федерации. Переселение в столь значительных масштабах порождает множество проблем, связанных не только с трудоустройством, жильем, акклиматизацией, но и с социально-психологической адаптацией переселенцев к новой социокультурной среде.

Стоит отметить, что культура в основных своих чертах для украинских переселенцев не изменилась. В большинстве случаев им не надо осваивать русские традиции, русский язык, но изменилось социокультурное окружение. И это требует от переселенцев установления социальных связей, нахождения своего места в новых для них условиях. Встраивание себя в систему уже сложившихся социокультурных отношений - это сложный и длительный процесс, требующий огромных внутренних затрат и изменения личности.

С точки зрения социальной психологии, адаптация понимается как процесс вхождения личности в малую группу, усвоение ею сложившихся норм, отношений, приобретение определенного места в структуре отношений между ее членами. Личность, входя в новое социальное окружение, меняет систему отношений. В свою очередь, группа реагирует на появление нового участника корректировкой своих норм, традиций, правил.

Прикладные аспекты проблемы социально-психологической адаптации разрабатываются многими учеными по целому ряду направлений: адаптация личности в различных группах и коллективах (И.А. Георгиева, Н.А. Свиридов, Е.В. Таранов, А.И. Ходаков, Н.

А.Хохлова и др.); в различных сферах учебной, трудовой, производственной деятельности (С.А. Гапонова А.Н. Жмыриков, А.А. Прохвятилов, А.Ю. Шалыто и др.), при различных психосоматических и невротических заболеваниях (Л.Ф. Бурлачук, Е.Ю. Коржакова, Т.В. Барлас).

В качестве разновидности социально-психологической адаптации выделяется также социокультурная адаптация или адаптация к новой социокультурной среде. Т.Г. Стефаненко под социокультурной адаптацией понимает процесс, благодаря которому человек достигает соответствия с новой культурной средой, а также результат этого процесса. Выделяет внутреннюю сторону адаптации, выражающуюся в чувстве удовлетворенности и полноты жизни, и внешнюю сторону, которая проявляется в участии индивида в социальной и культурной жизни группы.

Анализ теоретических подходов к адаптации личности к новой социокультурной среде показывает, что вхождение индивидов в иную культуру, как правило, сопровождается глубоким психическим потрясением, так называемым «культурным шоком». Культурный шок – это шок от встречи с новой и незнакомой культурой. Симптомами культурного шока являются: физические: беспокойство о качестве пищи, воды, чистоты посуды, постели, бессмысленно далекий «тропический» взгляд; соматические: бессонница, изнеможение, психосоматические расстройства; психические: тревожность, раздражительность, неуверенность, страх быть обманутым или оскорбленным, депрессия. Это реакция защиты от новой информации, наплыв которой так огромен, что человек чувствует себя бессильным справиться с ней.

Респондентами нашего исследования, выступили студенты первых курсов НИУ БелГУ, гуманитарных и технических специальностей, в возрасте от 17 до 21 года, всего 76 человек. По гендерному составу в выборке преобладают юноши. В связи с военной ситуацией в стране, для большинства из них переезд носил вынужденный характер. В соответствии с задачами исследования анализ и интерпретацию результатов начнем с рассмотрения

уровней и типов адаптации вынужденных переселенцев, с помощью опросника Л.В. Янковского «Адаптация личности к новой социокультурной среде». Опросник позволяет выявить уровень (высокий, средний, низкий) и тип адаптации (адаптивный, конформный, интерактивный, депрессивный, ностальгический, отчужденный).

В результате было установлено, что около половины (49%) испытуемых успешно адаптированы к новой социокультурной среде, в свою очередь 16% характеризует низкий уровень адаптации. Для переселенцев с низким уровнем адаптации характерна личная неудовлетворенность занимаемого ими положения. Они не доверяют окружающим, чувствуют себя социально и физически незащищенными, не строят планы на будущее. Проявляют пассивность во всех сферах жизнедеятельности.

Большинство испытуемых характеризует средний уровень конформного (76%) типа адаптации. Данный показатель выражает склонность индивида изменять свои нормы, привычки и ценности под влиянием мнений других, усваивать установки и поведение, соответствующие ожиданиям и нормам социальной группы. Для респондентов характерно стремление поддерживать положительные отношения с людьми; ориентация на социальное одобрение значимых людей; зависимость от значимой группы. Такие испытуемые, достигнув определенного уровня напряжения под влиянием внешних факторов, "ломаются" и начинают идти на поводу группы, эмоциональное напряжение при этом начинает уменьшаться.

Интерактивный тип адаптации выражен на среднем уровне у 71% студентов. Средний уровень интерактивного типа характеризует испытуемых, которые частично готовы к принятию данной среды и расширению социальных контактов. Такие студенты проявляют недостаточно полное принятие среды; среднюю активность вхождения в эту среду; настроенность на относительное расширение социальных связей; средне выраженное чувство уверенности в своих возможностях;

фрагментарную критичность к собственному поведению; умеренное желание реализовать себя путем достижения материальной независимости; средний уровень направленности на сотрудничество с другими; несколько пониженный контроль над собственным поведением с учетом социальных норм, ролей и социальных установок данного общества.

Низкий уровень депрессивного типа адаптации характеризует половину испытуемых (51%). Ностальгирующий тип адаптации выражен на среднем уровне у 73% испытуемых. Для студентов со средним уровнем ностальгирующего типа характерна частичная потеря связи с культурой, в определенных ситуациях внутреннее расстройство и смятение, проистекающее из-за чувства разьединенности с традиционными ценностями и нормативами, невозможности обрести новые. Эмоциональное состояние таких эмигрантов в определенных ситуациях характеризуется мечтательностью, тоской, меланхолией.

Отчужденный тип адаптации выражен на среднем уровне у половины выборки (51%). Для таких студентов характерна заниженная самооценка; озабоченность своей идентичностью и статусом, беспокойство по поводу неспособности удовлетворить потребности, чувство беспомощности.

Таким образом, полученные данные свидетельствуют о наличии группы респондентов с выраженной социокультурной дезадаптацией, для которых характерны следующие проявления: конформизм, депрессия, ностальгия, отчуждение от нового социального окружения.

Перейдём к рассмотрению результатов изучения психосоматических симптомов у адаптированных и дезадаптированных студентов.

Полученные результаты показывают, что у дезадаптированных студентов повышаются показатели всех психосоматических симптомов кроме утомляемости. Высоко количество респондентов, которых беспокоят подавленное состояние, чувства неуверенности, страха, тревоги. Повышенная возбудимость чередуется с подавленным состоянием, частыми

перепадами настроения. Как правило, для неадаптированных переселенцев характерно наличие нескольких симптомов.

Таблица 1.

Выраженность психосоматических симптомов у студентов с разным уровнем социокультурной адаптации

Психосоматические симптомы	Адаптированные студенты, %	Деадаптированные студенты, %
1. Головные боли	28	50
2. Головокружения	19	33
3. Боли в области сердца	25	54
4. Дискомфорт в области желудка, кишечника	28	50
5. Нарушения сна	69	71
6. Подавленное состояние	33	83
7. Частая смена, перепады настроения	25	67
8. Повышенная возбудимость	19	50
9. Быстрая утомляемость	58	50
10. Чувство тревоги, страха, неуверенности	36	100

Возбуждение чередуется с резкой усталостью, эмоциональный всплеск с безразличием, депрессией. Наибольшее количество студентов после переезда жалуются на нарушение сна и бессонницу, однако у студентов имеющих трудности в адаптации психосоматические симптомы отмечаются гораздо чаще. Можно сделать вывод, что увеличение числа жалоб на состояние здоровья после переезда, является последствиями переживания культурного шока, который возникает в процессе социокультурной адаптации.

Список литературы:

1. Гриценко, В.В. Роль индивидуальных различий в процессе адаптации вынужденных мигрантов // Психология беженцев и вынужденных переселенцев: опыт исследований и практической работы / Под ред. Г. У. Солдатовой. – М.: Смысл, 2001.
2. Колышко, А. М. Психология самоотношения: Учеб.пособие/А. М Колышко.–Гродно: ГрГУ,2004.
3. Пантилеев, С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система/С.Р. Пантилеев. –Москва: Изд-во Моск. ун-та, 1991.
4. Солдатова, Г.У. Психологическая адаптация вынужденных мигрантов // Г.У. Солдатова, Л.А. Шайгерова /Психологический журнал. –Т.23 – 2002, №4.
5. Якиманская, И.С. Роль семьи, культуры и личности как ресурсов адаптации в современных условиях/ И.С. Якиманская// Адаптация личности в современном мире. Межвузовский сборник научных трудов.– Саратов: Изд-во «Научная книга», 2008. Вып.1.

ПУТИ АКТИВИЗАЦИИ УЧЕБНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

Виктор Николаевич Ткачев

Белгородский государственный национальный

исследовательский университет

Декан факультета психологии,

профессор

Белгород, Россия

Аннотация. В статье приводятся результаты исследования мотивации учебно-профессиональной деятельности студентов. Используя метод «мозгового штурма», автор провел серию совещаний по решению проблемы: «Как повысить заинтересованность студентов в получении знаний?» Полученные данные и обобщенный опыт работы позволяют выделить ряд направлений активации деятельности студентов. А именно, замена частных приемов