

DOI: 10.31862/2500-297X-2025-2-199-210

УДК 37.062.3+316.6

Н.П. Болотова, П.Н. Агбохуто Долу

Московский педагогический государственный университет,
119435 г. Москва, Российская Федерация

Проблемы социально-психологической адаптации иностранных студентов в России

Расширение сотрудничества с соседними и дальними странами ежегодно увеличивает количество иностранных студентов в России. Вместе с этим актуальность приобретает проблема их адаптации, которая является сложным механизмом, включающим социализацию (новые социальные роли), мотивационную сферу, восприятие самих себя, своего окружения, условий жизни и образования. Авторами статьи проведен констатирующий эксперимент, который включал составление и апробацию диагностического комплекса для изучения социо-психологической адаптации иностранных студентов, эмоционального состояния в условиях проживания в ином климате, другой культуре и взаимоотношений в социуме. В исследовании приняли участие 16 иностранных студентов, оно проводилось индивидуально с каждым респондентом в Институте психологии и педагогики Московского педагогического государственного университета. В результате анализа данных были разработаны рекомендации для иностранных студентов и участников, вовлеченных в их адаптацию. Среди необходимых условий названы изучение русского языка, принятие российских ценностей, погружение в русскую культуру, снятие напряженности и снижение высокой личностной тревожности. Это будет способствовать быстрой и успешной

© Болотова Н.П., Агбохуто Долу П.Н., 2025



Контент доступен по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International License
The content is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

адаптации к новой среде, интеграции в систему образования, повышению качества обучения и выполнению задач в профессиональной деятельности в дальнейшем.

Ключевые слова: обучение иностранных студентов в России, факторы успешной адаптации в чужой стране, период адаптации студента в новой среде, толерантность, уровень личной тревожности

ССЫЛКА НА СТАТЬЮ: Болотова Н.П., Агбохуто Долу П.Н. Проблемы социально-психологической адаптации иностранных студентов в России // Педагогика и психология образования. 2025. № 2. С. 199–210. DOI: 10.31862/2500-297X-2025-2-199-210

DOI: 10.31862/2500-297X-2025-2-199-210

N.P. Bolotova, P.N. Agbokhuto Dolu

Moscow Pedagogical State University,
Moscow, 119435, Russian Federation

Problems of socio-psychological adaptation of foreign students in Russia

Expansion of cooperation with neighboring and distant countries annually increases the number of foreign students in Russia. At the same time, the problem of their adaptation, which is a complex mechanism that includes socialization (new social roles), motivational sphere, perception of themselves, their environment, living conditions and education, is becoming relevant. The authors of the article conducted a fact-finding experiment, which included the compilation and testing of a diagnostic complex for studying the socio-psychological adaptation of foreign students, their emotional state in conditions of living in a different climate, another culture, and relationships in society. The study involved 16 foreign students. It was conducted individually with each respondent at the Institute of Psychology and Pedagogy of Moscow Pedagogical State University. As a result of the data analysis, and recommendations were developed for foreign students and participants involved in their adaptation. The necessary conditions include learning the Russian language, adopting Russian values, immersing themselves

in Russian culture, relieving tension and reducing high personal anxiety. This will facilitate rapid and successful adaptation to the new environment, integration into the education system, improving the quality of education and performing tasks in professional detail in the future.

Key words: education of foreign students in Russia, factors of successful adaptation in a foreign country, student adaptation period in a new environment, tolerance, level of personal anxiety

CITATION: Bolotova N.P., Agbokhuto Dolu P.N. Problems of socio-psychological adaptation of foreign students in Russia. *Pedagogy and Psychology of Education*. 2025. No. 2. Pp. 199–210. (In Rus.). DOI: 10.31862/2500-297X-2025-2-199-210

Успешная социализация и социальная адаптация – главные условия для социально-педагогической деятельности иностранных студентов. Социализация – процесс и результат взаимодействия индивида с социальной средой, реализуется посредством усвоения человеком элементов культуры, социальных норм, ценностей. Западногерманский социолог Р. Дарендорф отмечает, что для общества процесс социализации есть процесс обезличивания, в котором индивидуальность и свобода индивида упраздняются контролем и всеобщностью социальных ролей¹. Такой взгляд предполагает активную позицию общества и пассивную позицию индивида, который приспосабливается в условиях общества, в котором живет.

Социальная адаптация – это взаимодействие личности и социума. Процесс социальной адаптации предполагает взаимодействие двух объектов как равноправных сторон, а не просто приспособление личности к среде. Адаптация в экстремальных условиях связана с потребностью личности справиться с трудно сложившейся жизненной ситуацией. Адаптация к изменившейся среде связана с переменами в жизни человека, проживание в другой стране с иными культурой, языком и ценностями, адаптация к профессии. Адаптация к постоянной среде предполагает постепенное усвоение ценностей, норм, правил поведения общества и связана с социализацией личности [6].

Количество иностранных студентов в Российской Федерации с каждым годом увеличивается из-за расширения сотрудничества с соседними и дальними странами. Географическое положение страны в разных климатических зонах позволяет каждому студенту выбрать

¹ Цит. по: Понежа Г.А. Философские, социологические основы понимания современной концепции социализации // Территория науки. 2006. № 1 (1). С. 99–104.

комфортную климатическую зону. В России, как в стране с многонациональным населением и богатой культурой, для иностранных студентов представляются огромные возможности для путешествий, занятий спортом, знакомства с традициями.

Кроме этого, в Российской Федерации можно получить фундаментальные и углубленные знания во всех областях, в подготовки математиков, физиков, химиков, геологов, инженеров, разработчиков программного обеспечения, врачей и специалистов в других научных областях.

Российские университеты предлагают довузовские программы (подготовка к бакалавриату и магистратуре), короткие программы (летние школы, летние семестры в РФ), университетские программы по изучению русского языка как иностранного.

Оптимальное соотношение цены и качества образования привлекает потенциальных обучающихся в РФ. Обучение на контрактной основе в российских вузах гораздо дешевле, чем в западных университетах, а по уровню подготовки ведущие вузы Российской Федерации составляют достойную конкуренцию западным образовательным организациям.

Возможность обучения на бюджетной основе в России – еще один привлекательный фактор. Кроме того, некоторые категории иностранцев могут поступать на бюджетные места вне квот, наравне с россиянами. Другая возможность – участвовать в университетских олимпиадах, победители которых получают льготы для поступления в крупные российские университеты по квоте на бюджетные места.

Для иностранных студентов российские вузы предлагают разные программы на курсах и в летних школах по изучению русского языка офлайн и онлайн. В рамках подготовительного отделения предусмотрен годичный курс обучения. Для студентов, поступивших по квотам (государственным стипендиям), он бесплатен.

В российских вузах кампусы и общежития для студентов по степени оснащенности учебных комплексов не уступают многим западным университетам, удобные и оборудованные, с высоким уровнем технической оснащенности лабораторий, научных центров и учебных корпусов.

По мнению Л.С. Выготского, реальная деятельность происходит только тогда, когда человек понимает смысл и ценность своих действий [2]. Адаптация иностранных студентов является сложным механизмом социализации, включающим новые социальные роли, мотивационную сферу, восприятие самих себя, своего окружения, условий и образования.

Процесс социальной адаптации имеет две важные характеристики: объективную и субъективную. Объективный процесс социальной адаптации состоит в том, что человек со дня своего рождения приобретает

все виды социальных качеств, которые отражают его принадлежность к системе общественных отношений. До конца жизни происходит постоянный процесс ассимиляции и реализации приспособлений, в формировании которых окружающая социальная среда играет ключевую роль. Субъективный процесс социальной адаптации напрямую связан с личными качествами, взглядами и убеждениями человека. Поэтому важным компонентом социальной адаптации является согласование целей, требований, ценностных ориентаций индивида. Характер и степень адаптации или дезадаптации человека во многом зависят от его биологических, физиологических, психологических свойств и социального развития.

И.А. Савченко пишет о том, что адаптация иностранных студентов включает в себя признание новой среды и возможность интеграции в нее. В этот момент может возникнуть конфликт между прежними и новыми ценностями. Функционирование студента как члена другого общества зависит от успеха «урегулирования» внутреннего конфликта [4].

Ю.Н. Дрожжин ссылается на ряд авторов, которые исследовали адаптационные факторы. Таким образом, Т.Р. Рахимов выделяет традиционные (характеристики принимающего общества); климатические; персональные; психосоциальные; психо педагогические и образовательные (в частности, организация системы образования); социальные; коммуникативные; культурные (жизнь в международном сообществе, толерантность и др. И.О. Кривцова дает набор факторов адаптации: психофизиологический (связан с перестройкой личности); учебно-познавательный (связанный с языковой подготовкой); социокультурный (принадлежность к референтной или культурной группе). А.П. Кормилицы выделяет четыре фактора: физиологический, психологический, социальный, культурный [3].

Показателями успешности адаптации выступает высокий статус студента в коллективе, а также психологическая удовлетворенность этим коллективом в целом, удовлетворенность учебной деятельностью, ее содержанием, а также условиями и организацией.

Показателями низкой адаптации может быть неудовлетворенность коллективом, складывающимися формами взаимодействия, неформальными связями, организацией учебного труда и быта, др. [5].

Настоящее исследование направлено на разработку метода определения успешности адаптации студента, который поможет проанализировать уровень адаптивности иностранных студентов к новым условиям. Авторы отмечают, что важно получить представление об адаптации в процессе, а не конкретные результаты в данный момент времени [1].

Нами проведено исследование среди иностранных студентов Института педагогики и психологии Московского педагогического государственного университета (далее МПГУ).

В исследовании принимали участие 16 иностранных обучающихся очной формы из следующих стран: Бенин, Сенегал, Мали, Буркина-Фасо, Того, Кот-д'Ивуар, Мадагаскар, Либерия, Танзания, Конго, Камерун, Чад, Замбия, Ливия. Среди респондентов студенты бакалавриата: 1 курса (2 чел.), 2 курса (3 чел.), 3 курса (2 чел.), 4 курса (4 чел.); магистранты (4 чел.); аспирант.

Экспериментальное исследование было проведено констатирующим этапом с разработкой рекомендаций для иностранных студентов и участников, вовлеченных в адаптацию иностранных студентов.

Констатирующий этап включал составление и апробацию диагностического комплекса для изучения социо-психологической адаптации иностранных студентов, эмоционального состояния в условиях проживания в ином климате, другой культуре и взаимоотношений в социуме.

Исследование проводилось индивидуально с каждым обучающимся иностранным студентом в корпусе Института или в комнате общежития МПГУ.

Для исследования социо-психологического статуса иностранных студентов был составлен диагностический комплекс:

- Болотова Н.П., Агбохуто Долу П.Н. «Социально-психологическая анкета»;
- Даймонд Р. – Роджерс К. «Опросник по социально-психологической адаптации»;
- Спилбергер Ч.Д. «Методика на выявление личностной и ситуативной тревожности, адаптированная Ю.Л. Ханиным».

«Социально-психологическая анкета» Н.П. Болотовой, П.Н. Агбохуто Долу показала, что все иностранные студенты прибыли для обучения в Российскую Федерацию с большим желанием и интересом. Из них 65% иностранных студентов находятся в России для получения высшего образования первой ступени – бакалавриата; 13% – для получения высшего образования второй ступени магистратуры; три студента, т.е. 20% – для получения сначала высшего образования первой ступени бакалавриата, а затем второй ступени магистратуры; 2% – для получения ученой степени, обучаясь в аспирантуре.

78% студентов желают получить качественное образование в Российской Федерации, которое позволит стать высококвалифицированным специалистом. 17% студентов приехали учиться в Россию по рекомендации родителей, которые также учились в российском вузе; 3% студентов приехали по распределению; 2% студентов уклонились от ответа.

После окончания обучения в России 6% студентов планируют уехать жить и работать в другую страну, 76% иностранных студентов планируют вернуться в свою страну, 18% планируют остаться жить в России, т.к. на своей родине невысокий уровень жизни и отсутствие работы.

80% ценят качество жизни в России, 7% предполагают карьерные перспективы, 2% планируют создать семью, 11% считают, что в России из-за иностранного происхождения неминуемо будет отсутствие работы.

До поступления в Московский педагогический государственный университет 90% студентов ни разу не были в России, 5% единожды были в России, 3% несколько раз были в России, 2% часто были в России.

Полученные данные показали, что студенты имели слабое представления о стране, в которой они планировали учиться, однако, большинство респондентов, более 90% (14) студентов прибывали ранее в Российскую Федерацию в качестве туристов, а именно в города Москва и Санкт-Петербург.

Иностранным студентам известно, что в России существует большое количество туристических маршрутов. Они узнали о них, когда приехали на обучение: «Золотое кольцо», «Камчатская долина гейзеров», «Города-герои», «Сочинские олимпийские объекты», водные экскурсии по реке Волге, заповедники и другие маршруты.

Трудности в общении на русском языке признали все 100% иностранных студентов. Считают, что овладеть будущей профессией в процессе обучения возможно только в случае уверенного знания русского языка.

До приезда в Россию русский язык не знали 11 иностранных студентов (67%), знали лишь несколько простых слов или несколько предложений. Русский язык не является языком обучения во многих зарубежных университетах, поэтому многие не придают значения его изучению.

Плохое владение языком создает определенные трудности: сложно осваивать педагогическую литературу (более 50%), отвечать устно (23%), отвечать письменно (35%).

В целом, более 90% иностранных студентов сталкиваются с языковыми барьерами во время обучения и более 40% из них в сфере общения и повседневного досуга. Осмысливая свои языковые возможности, студенты иностранцы осознают, что такая степень владения языком недостаточна для получения академических заданий.

Студенты-иностранцы отмечают также, что не имеют возможности изучать материал на своем родном языке, т.к. в библиотеках предусмотрены учебные пособия и книги только на русском языке.

Основными факторами успешной адаптации, по мнению студентов-иностранцев, являются: знание русского языка (32%), наличие хороших друзей и знакомых (более 50%), материальный достаток (более 70%).

Для успешной адаптации в условиях обучения в России иностранные студенты знакомятся с традиционными ценностями, русскими традициями и обычаями, вовлекаются в русскую культуру: 2 студента (15%) ответили: «Я хорошо знаю русские традиции», 6 студентов (40%) ответили: «Я хорошо знаю некоторые русские традиции», 5 студентов (28%) утверждают, что «Я не знаю традиции России», 3 студента (17%) воздержались от ответа.

Иностранные студенты посещают музеи, читают книги по исторической и этнографической литературе, ищут информацию в интернете и общаются с русскими студентами на темы культурного наследия. Большинство респондентов отвечали, что у них есть свое представление о России, но оно не совпадает с реальностью. Раньше их знания ограничивались лишь информацией о фестивалях и отдельных традициях.

Все респонденты единодушно отметили то, что Российская Федерация имеет множество разнообразных обычаев, богатую культуру, они хотели бы узнать больше о культурных традициях разных народов/национальностей нашей страны.

По мнению иностранных студентов, многие россияне, с которыми они общаются, не уделяют своей культуре того внимания, которого она заслуживает.

Для адаптации иностранных студентов в России была предложена викторина «Угадай традицию». По ряду картинок нужно было определить народный праздник или событие. Чем больше получено от студента информации в описании изображения, тем выше количество им набранных баллов (от 0 до 5). Например, репродукция картины Б.М. Кустодиева «Масленица» в основном студентами описывалась как семейный праздник, привычка сжигания костра, кроме того, их описание было детальным (50%). Лишь один ответ был развернутым.

Карточка с изображением картины П. Федотова «Сватовство майора» была описана студентами как гостевая встреча. В беседе у иностранных студентов проявился интерес к тому, что в России существовал и до сих пор существует обычай, когда перед свадьбой встречаются родители будущего мужа (жениха) и будущей жены (невесты). Сваты, это организаторы песен, танцев, викторин и конкурсов перед свадьбой. После сватовства родители дают согласие на супружеский брак и произносят родительское благословение. Студенты охарактеризовали эту традицию важной и интересной, выразили желание ей следовать.

Студенты познакомились с карточкой картины К.В. Лебедева «Ночь на Ивана-Купалу». Иностранцам студентам почти ничего не было известно о празднике Ивана Купалы, фольклорном празднике восточных славян, посвященном летнему солнцестоянию.

Карточка с картиной «Встреча гостей с хлебом-солью» была описана всеми студентами-иностранцами правильно. Они пояснили, что «хлеб-соль» является знаком уважения и русского гостеприимства.

Отдельный блок анкеты оценивал условия жизни иностранных студентов в общежитии. Несмотря на то, что большинство студентов живут в относительно комфортных условиях, все же они дали разные ответы: 18% – очень довольны жильем, 15% – довольны жильем, 40% – удовлетворены, но есть недостатки, 27% – не довольны проживанием в общежитии. Не устраивают студентов:

- переполненность, шум, скудная обстановка в номере, требуют ремонта помещения общего пользования (кухни, ваннные комнаты);
- распорядок, связанный с организацией жизни в студенческом общежитии, не соответствует молодежной жизни – корпуса ночью закрываются, существуют административные формальности перед посещением друзей и т.д.;
- напряженные отношения с соседями по комнате или другими людьми, живущими в общежитиях.

Студенты-иностранцы считают, что не все российские граждане толерантны к другим народам, к другим традициям, наблюдают категоричные аргументы и жесткое поведением со стороны россиян. Кроме того, конфликтные ситуации, связанные с различиями в происхождении, возникают как со студентами, только приехавшими в Россию, так и с теми, кто живет здесь в течение длительного времени, поэтому иностранные студенты придерживаются своей этнографической группы, своего этнического сообщества, что может повлиять на трудности социо-психологической адаптации и препятствует межкультурному обмену.

Общение с русскоязычным населением и повседневная учебная деятельность оказывают существенное влияние на формирование личности студента-иностранца. Понимание и оценка внутригрупповой ситуации служит ориентиром и создает внутренний компонент адаптации – усвоение стандартов, целей и ценностей, и внешний компонент – поведение, соответствующее требованиям и ожиданиям студенческого коллектива, учебной группы.

Опросник К. Роджерса и Р. Даймонда «Степень социальной и психической адаптации» показал, что степень тревожности среди иностранных студентов-девушек и иностранных студентов-юношей имеет отличия (табл. 1).

Исследование выявило, что девушки адаптируются быстрее, чем юноши. Кроме того, девушки более общительны и способны быстрее вступать в контакт, что способствует активному и быстрому процессу адаптации к обучению.

Принятие себя также характерно для девушек, они достаточно уверены и удовлетворены собой, в то время как у юношей выявилась низкая самооценка, неуверенность в себе.

Испытуемые обоих полов склонны к критичности, они дают как положительные, так и отрицательные оценки поведению других людей; имеют низкий уровень психологического комфорта. Следовательно, иностранные студенты пессимистично оценивают реальность вокруг них. Показатель более высокой интервальности девушек по сравнению с юношами дает предположение о том, что девушки более гибкие, легче приспосабливаются и более требовательны к себе. Обучающиеся иностранные студенты имеют умеренное стремление к самоутверждению.

Таблица 1

**Характеристика социально-психологической адаптации
иностраннх студентов**

Спецификации	Уровень, %			
	Девушки		Юноши	
Адаптация (А)	Высокий	54	Высокий	39
	Средний	20	Средний	33
	Низкий	26	Низкий	28
Само принятие (S)	Высокий	68	Высокий	54
	Средний	15	Средний	27
	Низкий	17	Низкий	19
Принятие других (R)	Высокий	52	Высокий	49
	Средний	27	Средний	28
	Низкий	21	Низкий	23
Эмоциональная комфортность (Е)	Высокий	16	Высокий	25
	Средний	31	Средний	38
	Низкий	53	Низкий	37
Интервальность (I)	Высокий	68	Высокий	54
	Средний	15	Средний	27
	Низкий	17	Низкий	19
Доминирование (D)	Высокий	51	Высокий	54
	Средний	27	Средний	24
	Низкий	22	Низкий	22

Все опрошенные обучающиеся имеют умеренное стремление к самоутверждению, чтобы влиять на других. У них есть навыки убеждать, отстаивать свое мнение, иметь собственное мировоззрение, не игнорируя при этом внешнюю реальность. Со временем студенты приобретают способность защищать свое мнение.

Методика Ч.Д. Спилбергера «*Определение степени тревожности*» выявила, что у 70% иностранных студентов присутствует высокий уровень личностной тревожности, у 30% – умеренный уровень, 0% – низкий уровень. Ситуативная тревожность высокого уровня выявилась у 34% студентов-иностранцев, средний уровень показали 52%, низкий – 14%.

Таким образом, иностранные студенты с высоким уровнем тревоги испытывают большие трудности в адаптации в новой среде, в новом коллективе. Студенты с высоким уровнем тревоги, испытывая постоянно стрессовое состояние, возможно не достигнут намеченных целей.

Изучение русского языка, принятие российских ценностей, погружение в русскую культуру, снятие напряженности и снижение высокой личностной тревожности способствует быстрой и успешной адаптации иностранных студентов к новой среде, интеграции в систему образования, повышению качества обучения и выполнению задач в профессиональной деятельности в дальнейшем.

Библиографический список / References

1. Вадутова Ф.А., Кабанова Л.И., Шкатова Г.И. Оценка и прогнозирование адаптации иностранных студентов к условиям обучения в российских вузах // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2010. № 12 (102). С. 123–126. [Vadutova F.A., Kabanova L.I., Shkatova G.I. Assessment and forecasting of adaptation of foreign students to the conditions of study in Russian universities. *Tomsk State Pedagogical University Bulletin*. 2010. No. 12 (102). Pp. 123–126. (In Rus.)]
2. Выготский Л.С. Психология развития ребенка. М., 2005. [Vygotsky L.S. *Psikhologiya razvitiya rebenka* [Psychology of child development]. Moscow, 2005.]
3. Дорожкин Ю.Н., Мазитова Л.Т. Проблемы социальной адаптации иностранных студентов // Социологические исследования. 2007. № 3 (275). С. 73–77. [Dorozhkin Yu.N., Mazitova L.T. Problems of social adaptation of foreign students. *Sotsiologicheskie issledovaniya*. 2007. No. 3 (275). Pp. 73–77. (In Rus.)]
4. Савченко И.А. Иностранный студент в России: условия и барьеры интеграции // Вестник Оренбургского государственного университета. 2010. № 4. С. 25–31. [Savchenko I.A. Foreign student in Russia: Conditions and barriers to integration. *Vestnik of the Orenburg State University*. 2010. No. 4. Pp. 25–31. (In Rus.)]
5. Современный аспект адаптации студентов к учебе в вузе: монография / О.О. Заварзина, С.В. Шмелева, М.Н. Цыганкова, А.Ф. Насырова. М., 2023. [Zavarzina O.O., Shmeleva S.V., Tsygankova M.N., Nasyrova A.F. *Sovremennyy aspekt adaptatsii studentov k uchebe v vuze* [Modern aspect of students' adaptation to studying at the university]. Monograph. Moscow, 2023.]

6. Социальная педагогика: учебник и практикум для вузов / под общей ред. Н.А. Соколовой. 2-е изд., испр. и доп. М., 2025. [Sotsialnaya pedagogika [Social pedagogy]. Textbook and practical training for universities. N.A. Sokolova (ed.). 2nd ed. Moscow, 2025.]

Статья поступила в редакцию 02.02.2025, принята к публикации 20.03.2025

The article was received 02.02.2025, accepted for publication 20.03.2025

Сведения об авторах / About the authors

Болотова Наталья Петровна – кандидат психологических наук; доцент кафедры социальной педагогики и психологии Института педагогики и психологии, Московский педагогический государственный университет

Natalya P. Bolotova – PhD in Psychology; associate professor at the Department of Social Pedagogy and Psychology of the Institute of Pedagogy and Psychology, Moscow Pedagogical State University

E-mail: bolotova-n-h@mail.ru

Агбохуто Долу Пруденсия Натача – магистрант кафедры социальной педагогики и психологии Института педагогики и психологии, Московский педагогический государственный университет

Prudencia Natacha Agbohuto Dolu – master's student at the Department of Social Pedagogy and Psychology of the Institute of Pedagogy and Psychology, Moscow Pedagogical State University

E-mail: natagbohouto@gmail.com

Заявленный вклад авторов

Болотова Н.П. – общее руководство направлением исследования, проведение исследования, анализ результатов, подготовка текста статьи

Агбохуто Долу П.Н. – проведение исследования, анализ результатов, подготовка текста статьи

Contribution of the authors

N.P. Bolotova – general direction of the research, conduct of research, analysis of the results, preparation of the text of the article

P.N. Agbohuto Dolu – conduct of research, analysis of the results, preparation of the text of the article

Все авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи

All authors have read and approved the final manuscript