ОБУЧЕНИЕ ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ

УДК 811.1

<https://doi.org/10.23951/1609-624X-2024-2-101-109>

Культурный шок и проблема лингвокультурной адаптации студентов в иноязычной среде

Татьяна Юрьевна Белоногова

Тюменский государственный университет, Тюмень, t.y.belonogova@utmn.ru

Аннотация

Глобализационные процессы в экономике, усиление политических и культурных связей между государствами, распространение интернета и дистанционных технологий обучения, ознаменовавшие собой XXI в., способствовали стремительному росту международной академической мобильности. В связи с этим особо актуальным становится вопрос преодоления культурного шока и проблема лингвокультурной адаптации иностранных студентов в иноязычной среде. Для выявления сложностей, влияющих на процесс лингвокультурной адаптации в русскоязычной образовательной среде, было проведено заочное онлайн-анкетирование иностранных студентов, обучающихся в Тюменском государственном университете (ТюмГУ). Согласно результатам опроса, большая часть иностранных студентов никогда не слышала о теории культурного шока, однако все опрошенные респонденты в большей или меньшей степени его испытали. Среди основных проблем, возникших на пути лингвокультурной адаптации, респонденты назвали языковой барьер, проблемы социализации, новые климатические условия, непривычную еду и др., при этом преодоление языкового барьера напрямую обусловило эффективность образовательного процесса. Наибольшую сложность при изучении русского языка вызвали особенности грамматического строя русского языка, восприятие русской речи на слух, нормы ударения, быстрый темп речи носителей языка, артикулирование некоторых звуков, семантические различия синонимичной лексики. Таким образом, для достижения успешной лингвокультурной адаптации необходимо владеть вербальными и невербальными средствами общения, умением выбирать их в соответствии с ситуацией общения, быть положительно настроенным на взаимодействие с представителями принимающей страны, стремиться узнавать чужую культуру и преодолевать стереотипы, иметь представление о ценностных ориентирах и нормах общества, обладать толерантностью к культурной идентичности другого этноса. В целом иностранные студенты видят положительные результаты преодоления культурного шока и оценивают кросс-культурную адаптацию как бесценный опыт, который способствовал личностному росту и раскрытию внутреннего потенциала, приобретению новых знаний и компетенций.

Ключевые слова: культурный шок, лингвокультурная адаптация, иностранные студенты, языковой барьер, культурная дистанция

Для цитирования: Белоногова Т. Ю. Культурный шок и проблема лингвокультурной адаптации студентов в иноязычной среде // Вестник Томского государственного педагогического университета (TSPU Bulletin). 2024. Вып. 2 (232). С. 101–109. <https://doi.org/10.23951/1609-624X-2024-2-101-109>

FOREIGN LANGUAGE TEACHING

Culture shock and the problem of linguocultural adaptation of students in a foreign-language environment

Tatyana Yu. Belonogova

Tyumen State University, Tyumen, Russian Federation, t.y.belonogova@utmn.ru

Abstract

Globalization processes in the economy, the strengthening of political and cultural ties between states, the spread of the Internet and distance learning technologies, which marked the 21st century, contributed to the rapid growth of international academic mobility. In this regard, the issue of overcoming cultural shock and the problem of linguocultural adaptation of foreign students in a foreign language environment becomes especially relevant. To identify the

difficulties that affect the process of linguocultural adaptation in the Russian-speaking educational environment, we conducted an online survey of foreign students studying at Tyumen State University (Tyumen). According to the results of the survey, the majority of foreign students has never heard of the theory of culture shock, but all the respondents we interviewed have experienced it to a greater or lesser extent. Among the main problems, the respondents mentioned the language barrier, problems of socialization, new climate conditions, unfamiliar food, etc. In such case overcoming the language barrier directly influences the effectiveness of the educational process. The peculiarities of the grammatical system of the Russian language, the auditory perception of Russian speech, word stress rules, fast speaking rate of native speakers, articulation of some sounds, semantic differences between synonyms present the most difficult issues for foreign students learning the Russian language. The research findings show that in order to adapt successfully to the foreign language environment it is necessary to know verbal and nonverbal means of communication and to use them correctly according to the situation or context, to have a positive attitude towards the interaction with native speakers, to strive to know the host culture better and avoid stereotyping, to be aware of the values and norms of the host society, to be tolerant towards the cultural identity of another ethnic group. In general, foreign students studying in Russia see the positive results of overcoming culture shock and characterise cross-cultural adaptation as invaluable experience which fostered personal growth and unleashed their full potential, gave them an excellent opportunity to acquire new knowledge and competencies.

Keywords: culture shock, linguocultural adaptation, foreign students, language barrier, cultural distance

For citation: Belonogova T. Yu. Kul'turnyy shok i problema lingvokul'turnoy adaptatsii studentov v inoyazychnoy srede [Culture shock and the problem of linguocultural adaptation of students in a foreign-language environment]. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta – Tomsk State Pedagogical University Bulletin*, 2024, vol. 2 (232), pp. 101–109 (in Russian). <https://doi.org/10.23951/1609-624X-2024-2-101-109>

Введение

В условиях интенсификации и углубления международных связей значительно возросли миграционные потоки, вызванные различными причинами, важнейшей из которых является получение высшего образования. Модернизация транспортной инфраструктуры, смягчение визовой и миграционной политики, развитие программ студенческого обмена сделали образование за рубежом более доступным для большего числа студентов. В связи с этим особо актуальным становится вопрос преодоления культурного шока и проблема лингвокультурной адаптации иностранных студентов в иноязычной среде. Целью исследования является выявление основных проблем лингвокультурной адаптации, с которыми сталкиваются международные студенты при попадании в русскоязычную образовательную среду.

Российские вузы являются привлекательными и востребованными как для граждан стран СНГ, так и жителей дальнего зарубежья. Российские вузы выбирают студенты из Азии (Китай, Индия, Вьетнам), стран Ближнего Востока и Африки (Ирак, Марокко, Сирия, Египет и др.), Латинской Америки (Эквадор, Колумбия, Бразилия).

Академическая мобильность студентов, обучающихся в инокультурной среде, неизбежно сопровождается новыми условиями и образом жизни, необходимостью общаться на иностранном языке, что ведет к росту психологического и эмоционального напряжения.

Состояние дискомфорта, как эмоционального, так и физического, вызванного конфликтом родной и чужой культур при попадании в иную среду, определяется учеными термином «куль-

турный шок», введенным в научный оборот американским исследователем-антропологом К. Обергом («Cultural Shock: Adjustment to New Cultural Environments», 1960 г.). Проблема культурного шока и аспекты лингвокультурной адаптации широко представлены в работах зарубежных авторов. В трудах ученых описывается явление культурного шока, его этапы, причины и симптомы (Kalervo Oberg, Sverre Lysgaard, Philip K. Bock, Paul Pedersen), исследуются положительные последствия культурного шока, трактуемого как стресс аккультурации (John W. Berry, Adrian Furnham, Stephen Bochner), рассматривается понятие культурной дистанции (Geert Hofstede, I. Babiker, Oded Shenkar), раскрываются проблемы межкультурной адаптации (Colleen Ward, Michael James Winkelman, Young Yun Kim, Eric Mark Kramer). Важное место в изучении вопросов кросс-культурной адаптации занимают исследования специфики адаптации международных студентов в различных странах, таких как США, Великобритания, Германия, Канада, Австралия (France J. Pruitt, Yikang Wang, Philip Warwick, H. S. Shubha & Dr. Padma Rani, Yongxia Gui & Saba Safdar & John Berry, Nish Belford).

Концепции культурного шока, культурной дистанции, стратегии адаптации к новой культурной среде получили свое развитие в работах отечественных ученых по межкультурной коммуникации (С. Г. Тер-Минасова, О. А. Леонтович, А. П. Садохин, Т. Г. Грушевицкая, Д. Б. Гудков, Л. И. Гришаева и др.), культурологии (Ю. П. Тен, А. А. Белик, Б. С. Ерасов, А. С. Кармин), психологии (Н. М. Лебедева, А. Н. Татарко, Т. Л. Смолина), этнопсихологии (Т. Г. Стефаненко, Ю. П. Пла-

тонов, А. А. Налчаджян). При этом исследовалась этническая идентичность, этнические стереотипы и конфликты, коммуникативные помехи и способы их преодоления, проблемы адаптации этнических групп и индивидов к новой культурной среде. Специфика процесса адаптации иностранных студентов к русскоязычной образовательной среде также неоднократно становилась объектом исследования, при этом отмечалась необходимость учитывать культурные различия иностранных студентов при разработке «сопровождающих программ адаптации» [1, с. 116]. В работах исследователей широко представлены психологические, социокультурные аспекты адаптации иностранных студентов (В. Н. Аргунова, Т. Лондаджим, А. Б. Бедный, Л. В. Ерушкина, О. А. Береговая, С. С. Лопатина, Н. В. Отургашева, А. Д. Гладуш, Г. Н. Трофимова, В. М. Филиппов и др.), однако вопросы лингвокультурной адаптации изучены в меньшей степени и требуют подробного рассмотрения.

Материал и методы

Для выявления сложностей, влияющих на процесс лингвокультурной адаптации, было проведено заочное онлайн-анкетирование иностранных студентов, обучающихся в Тюменском государственном университете (ТюмГУ). В опросе приняли участие студенты из Вьетнама, Колумбии, Марокко, Сирии, Франции (20 человек). Участникам необходимо было заполнить сведения о себе: имя, пол, возраст, страна происхождения, срок пребывания на территории России. Анкета включала вопросы открытого типа, в ответах на которые респонденты сами формулировали свое мнение. Студентам было предложено ответить на следующие вопросы: слышали ли вы когда-либо о теории культурного шока? какие этапы культурного шока вы прошли? посещали ли вы за время пребывания в России свою родную страну, если да, то испытывали ли вы шок возвращения? с какими проблемами или сложностями вы столкнулись после приезда в Россию? какие трудности возникли при изучении русского языка? кто или что помогло вам адаптироваться? какие положительные и отрицательные стороны обучения за рубежом вы можете отметить? смогли ли вы адаптироваться к проживанию и обучению в России?

Результаты и обсуждение

Согласно результатам опроса, большая часть иностранных студентов никогда не слышала о теории культурного шока, однако все опрошенные респонденты в большей или меньшей степени его испытали. Степень культурного шока определяется различными внутренними и внешними факторами. К внутренним или индивиду-

альным факторам относятся возраст, уровень владения иностранным языком и образование индивида, наличие фоновых знаний о культурных особенностях принимающей страны, степень положительного настроения и мотивация индивида, опыт общения с представителями разных культур и пребывание в других странах, владение коммуникативными навыками и готовность принять другую точку зрения.

Среди внешних факторов особое место занимает такой фактор, как культурная дистанция, то есть степень различий между культурой страны происхождения и страны пребывания. Для измерения степени сходства и различий между культурами И. Бабикиер совместно с коллегами ввел в научный оборот термин «индекс культурной дистанции» (cultural distance index), для измерения которого учитываются такие культурные универсалии, как религиозные представления, язык, пища, одежда, климат, структура семьи, социальная стратификация и т. д. [2, с. 109]. На основе проведенных исследований учеными была выявлена взаимосвязь между величиной индекса культурной дистанции и силой культурного шока: чем больше сходств между принимающей и родной культурой, тем менее выражен культурный шок и легче проходит процесс адаптации.

В процессе общения в иноязычной среде возникают различные языковые и культурологические помехи. К языковым помехам относятся: неправильное произношение слов, нарушение интонационного оформления речи, ошибки в выборе лексических единиц и их сочетаемости, неверное использование грамматических конструкций, сложности в восприятии речи на слух, стилистические и логические ошибки, трудности понимания языковых лакун (языковых единиц, присутствующих в одном языке, но не имеющих эквивалента в другом языке). Языковые помехи создают языковой барьер, который трактуется не только как «незнание или недостаточное знание языка коллектива, препятствующее индивидууму вступать в контакт с его членами, реализовывать свои интенции», но и как возникающая вследствие этого «психологическая установка индивидуума, базирующаяся на низкой самооценке своих знаний иностранного языка, мешающая ему участвовать в коммуникативных актах на этом языке» [3, с. 273]. В результате проведенных исследований многие ученые приходят к выводу, что языковой барьер является основным для иностранных студентов на пути к успешной адаптации, «...от которого зависит преодоление двух других барьеров – межкультурного и академического» [4, с. 116]. Недостаточное владение языком значительно затрудняет освоение учебного

материала, особенно по профилирующим дисциплинам.

Культурологическими помехами считаются различия менталитетов, ценностных ориентиров и норм, влияние сложившихся этнических стереотипов, лингвокультурная специфика юмора, несовпадение средств невербального общения. Невербальные компоненты коммуникации являются во многих случаях культурно обусловленными и находятся в тесной взаимосвязи с вербальными средствами общения. В связи с этим для достижения успешной адаптации в инокультурной среде необходимо знать и понимать национальные особенности невербального общения, принятые в данной культуре (кинесика, проксемика, просодика и др.) [5, с. 124].

Вслед за К. Обергом исследователи выделяют несколько этапов культурного шока. Первый этап называется «медовый месяц» (the honeymoon stage). Он может длиться на протяжении нескольких недель и до полугода. Это период приподнятого настроения, эйфории, когда в новой стране практически все нравится и вызывает положительные эмоции (люди, архитектура, природа, достопримечательности).

По мере того как заканчивается первый этап, человек начинает сталкиваться с трудностями и попадать в неловкие ситуации, в которых чувствует себя некомфортно. «Розовые очки» спадают, выявляется все больше минусов проживания в другой стране, и даже незначительные проблемы могут вывести из себя. Наступает вторая фаза, собственно «культурный шок» (culture shock) [6, с. 177]. В эмоциональной сфере появляется разочарование, чувство одиночества, тоска по дому, раздражительность, усталость, подозрительность, может развиваться депрессия. В этот период человек стремится общаться преимущественно со своими соотечественниками, ностальгируя по родине и пытаясь найти среди них поддержку.

Вместе с тем необходимо отметить и позитивные аспекты культурного шока. В большинстве случаев человек не осознает свою культурную идентичность, пока не встретится с другой культурой. Таким образом, общение с представителями принимающего общества помогает не только познакомиться с новой культурой, но и осознать специфику родной культуры, обогащая тем самым внутренний мир человека и стимулируя его личностный рост. По мнению многих исследователей, культурный шок представляет собой вполне естественную реакцию и даже неотъемлемый этап вхождения в иноэтническую среду. Исходя из этого, ученые все чаще применяют термин «стресс аккультурации»

(acculturative stress), введенный в научный оборот канадским психологом Дж. Берри [7, с. 43], при этом аккультурация понимается как «процесс усвоения личностью, сформированной в культуре А, элементов культуры Б» [8, с. 16].

Если человек находит в себе силы успешно преодолеть культурные различия, улучшить языковые навыки, привыкнуть к новым условиям жизни, начинается этап «выздоровления» или «восстановления» (the recovery stage / the adjustment stage). Человек приспосабливается к особенностям иноязычной культурной среды и постепенно интегрируется в жизнь нового общества.

Завершающим этапом является адаптация (the adaptation stage). На данном этапе индивид полностью адаптирован к окружающей среде, комфортно себя чувствует, понимает местные обычаи и традиции, легко взаимодействует с носителями языка и даже перенимает определенные модели поведения.

Некоторыми исследователями выделяется еще одна стадия, влияющая на процесс адаптации в новой культурной и языковой среде, – преадаптация. Преадаптация подразумевает изучение языка, культуры и истории принимающей страны до момента въезда на ее территорию. Особенно важной предвыездная подготовка (pre-departure preparation) является для иностранных студентов, поскольку обеспечивает начальное вхождение в иноэтническую среду, подготавливает к столкновению двух культур, смягчая таким образом культурный шок, что определяет успех дальнейшего образовательного процесса [9, 10].

Стоит отметить еще одну стадию культурного шока – шок возвращения (re-entry culture shock / reverse culture shock), когда индивид, адаптировавшийся к чужой культуре, возвращается на родину и сталкивается с необходимостью реадаптироваться к собственной культуре. Психологи утверждают, что справиться с шоком возвращения может быть даже сложнее, так как необходимость привыкать к родной культуре кажется не столь очевидной и может стать неожиданностью.

Теорию культурного шока неоднократно критиковали за излишне универсальный характер. Описанные этапы культурного шока являются актуальными для многих людей, но не всегда в таком виде: можно перескочить через определенный этап или так и не завершить процесс адаптации. В результате аккультурации, иными словами «вхождения» в чужую культуру, люди в различной степени достигают «совместимости с новой культурной средой» [11, с. 130]. Это может выражаться как в приспособлении к культуре принимающего общества, так и в сопротивлении вли-

янию новой среды. Интеграция считается наиболее успешной стратегией адаптации, при которой индивид включается в чужую культуру, сохраняя при этом свою культурную идентичность. Результатом данного процесса становится возникновение «бикультурной» или «мультикультурной» личности [12, с. 10], когда человек психологически и социально адаптировался к иноязычной среде: комфортно себя чувствует, свободно общается и ориентируется в новой культуре. Ученые пришли к выводу, что открытость всему новому и позитивный настрой позволяют легче справляться с вызовами кросс-культурной адаптации: «Strangers who are open, strong, and positive are less likely to give up easily and more likely to take risks willingly under challenging situations in the host environment» [13, с. 85].

В соответствии с различными аспектами жизни человека выделяются несколько видов адаптации: физиологическая, социальная, психологическая, культурная и др. [14, с. 5]. С нашей точки зрения особый интерес представляют вопросы лингвокультурной адаптации, понимаемой как освоение культурных паттернов и языковых норм, выход за пределы собственного языкового круга и языковой картины мира, вхождение в чужой/иной язык. Это комплексный, многоаспектный процесс, при котором иностранному студенту, помимо овладения иностранным языком, приходится также приводить свои собственные нормативно-ценностные установки и сложившуюся модель поведения в соответствие с новой социокультурной реальностью.

Как показал опрос, основной проблемой на пути успешной адаптации к новой среде является языковой барьер, который препятствует осуществлению коммуникации и усвоению учебного материала. «I have a hard time communicating with foreigners, I can't understand the lesson when the teacher teaches and my friends talk to me when I'm in the school cafeteria. It is so difficult!»¹, – пишет Тхьонг Н., студент из Вьетнама. Студенты признаются, что из-за трудностей в освоении русского языка, особенно на начальном этапе, наступала апатия и отсутствовало желание общаться: «I remember some times when I just lost the energy to talk with the other people because I really didn't understand anything», – делится своим опытом Николас М., студент из Колумбии.

На вопрос о том, что именно представляет наибольшую сложность при изучении русского языка, студенты указывают особенности грамматического строя русского языка, восприятие русской речи на слух, нормы ударения, быстрый

темп речи носителей языка: «Of course, in the process of learning Russian, I encountered many difficulties, for example, understanding the grammar structure of Russian. Next is the listening part, it is very difficult to understand what I am hearing because the Russian speaking speed is very fast, so I can only hear the main keywords to understand what they are talking about. Finally, the speaking part, like English, Russian also has stress, so whenever I pronounce it wrong, the listener will not understand what I'm saying. I speak much slower than Russians», – описывает основные языковые помехи Тхьонг Н. (Вьетнам). Артикулирование некоторых звуков русского языка также вызывает сложности: «Pronouncing the letter “ы” is hard for me and generally I am unable to differentiate these two letters (и, ы) by sound», – пишет Дима И., студентка из Сирии. На грамматическом уровне возникают трудности при различении совершенного и несовершенного вида глагола: «One part of Russian grammar that is particularly difficult to understand is how to use perfective and imperfective verbs», – отмечает Дима И. (Сирия). Затруднения появляются также при освоении глагольной лексики, например глаголов движения. Это объясняется разнообразием их лексических значений, необходимостью разграничивать движение с помощью транспорта и без, наличием глаголов, обозначающих направленное и ненаправленное движение: «Verbs of motion, there are so many of them in Russian, for example, verb ходить (to go somewhere and back by foot), идти (to go by foot but one way), ехать (to go one way in some sort of vehicle). All foreigners have the same problem with these verbs so I hope one day to use correctly these verbs in the correct place and the correct tense», – пишет Дима И. (Сирия). Недостаточное знание русского языка влечет трудности в усвоении дисциплин, преподаваемых на русском языке: «Study in a foreign language is difficult and you cannot always answer the questions as if you were studying in your native language», – описывает возникшие сложности Пьер К., студент из Франции.

Следующий барьер, возникающий на пути успешной адаптации, – социокультурный. Иностранные студенты, приехав учиться в другую страну, теряют привычное социокультурное окружение. В силу объективных причин (нехватка времени и средств, разные часовые пояса) сокращается общение с членами семьи, родственниками и друзьями. Утрата прежних коммуникативных связей и отсутствие новых приводят к тоске по дому и унынию. В этот период студенты испытывают чувство одиночества, отчаяние: «The people make me feel frustrated and very few

¹ Орфография и пунктуация респондентов сохранены.

people make me feel better» (Александро И., Колумбия). В процессе адаптации наиболее существенную помощь и поддержку студенты-иностранцы получают от своих соотечественников. Далее следует группа других иностранных граждан, не соотечественников. В. Н. Аргунова и Т. Лондаджим отмечают в своей работе: «Между иностранными студентами возникает чувство солидарности, так как они находятся в схожей ситуации, испытывают в основном одни и те же трудности и проблемы» [15, с. 10]. «I had the chance to have two great roommates from China and Taiwan, they helped me a lot in the beginning and thanks to them I didn't feel lonely or frustrated. After that I started to feel more comfortable in my everyday life», – рассказывает Алае Б., студент из Марокко. Многие студенты смогли найти друзей среди местных жителей и не сталкивались с проявлением недоброжелательного отношения. Обучаясь в Тюмени, иностранные студенты чувствуют себя в безопасности и называют россиян дружелюбными и заботливыми: «Russia is a safe country to live in, and Russian people are friendly and loving and I was able to acclimate in the country quickly and make beautiful friends» (Дима И., Сирия).

Среди основных трудностей были также упомянуты новые климатические условия: «Адаптация к экстремальным погодным условиям также может стать трудной, так как температура, достигаемая летом и зимой, невероятна» (Александро И., Колумбия). Большая часть иностранных студентов, обучающихся в России, прибывает из теплых стран, в связи с этим встреча с зимой становится серьезным испытанием: «When I arrived in Russia, the first thing I felt was the cold weather» (Тхьонг Н., Вьетнам). После первоначального шока студенты привыкают и начинают видеть красоту снежной зимы: «Difficulties I experienced: cold weather here, due to the great difference between the winter of my city and the Siberian weather in which I live now but now this weather has become beautiful and favorite for me» (Дима И., Сирия).

Еще одной проблемой в течение адаптационного периода становится непривычная еда: «Самая важная трудность – адаптация к вашей новой жизни, адаптироваться к еде, так как это совершенно другое» (Александро И., Колумбия). Колумбийские студенты отмечают отсутствие большого разнообразия овощей и фруктов («In Colombia there is a lot of variety of food such as fruit and vegetables, also delicious, but here I think they don't have much variety of food», Паула Ф.). Студенты из Вьетнама подчеркивают большое отличие азиатской и русской кухни в целом («There are many dishes that do not suit the taste of Asians like me, once I even had a stomach ache»,

Тхьонг Н.). Студенты-французы скучают по французскому хлебу и сыру («I was a bit frustrated that I could not find good bread and cheese in grocery stores», Пьер К.).

Финансовые сложности, которые были упомянуты иностранными студентами, являются универсальными для студентов по всему миру. К ним относится не только нехватка средств, но также отсутствие умения правильно их распределять: «The first difficulty for me was to know how to organise my money because the first five months when I come I want to buy everything that I saw. Then I realised how much money I spent on the things that I buy» (Николас М., Колумбия).

Что касается теории культурного шока, студенты считают ее интересной и полностью с ней согласны: «I think this theory is very logical and realistic. Describes almost the entire scene for international students. It works almost as efficiently» (Тхьонг Н., Вьетнам). Однако многое зависит от личности человека: «I think the theory is interesting ... but I also think that it depends on the person and the context» (Алае Б., Марокко). Студенты также подчеркивают необходимость преадаптации, которая позволяет быстрее и легче интегрироваться в новую культурную и языковую среду: «If we need to travel or live abroad, indeed, it is better to be prepared before that because everybody can have difficulties to adapt to a new culture» (Дима И., Сирия).

Период «медового месяца» запомнился как один из самых ярких этапов: «The best stage for me which I have gone through it's stage one «The Honeymoon stage». When I came to Russia, it was winter time, and I was fascinated by nature, people, friendship, culture» (Пьер К., Франция). По мере того как проходило чувство эйфории, усиливалось стрессогенное воздействие инокультурной среды, которое проявилось прежде всего в эмоциональной сфере. В этот период особенно остро ощущалась тоска по дому, родным и друзьям: «There were several days when I missed my family, my friends and the things that I left in Colombia» (Николас М., Колумбия). К счастью, студентам удалось преодолеть возникшие сложности и адаптироваться к новой среде. Они смогли улучшить свои языковые навыки и преодолеть языковой барьер, найти новых друзей, привыкнуть к холодному климату и русской кухне: «Thankfully I made a lot of friends here in Tyumen and loneliness is not a problem for now» (Николас М., Колумбия), «But after a while, I got used to the weather, eating is no longer an obstacle for me and the language barrier is not as high as before. Now I have many friends from many parts of the world, I am proud of that» (Тхьонг Н., Вьетнам).

В целом студенты видят положительные результаты преодоления культурного шока и оценивают кросс-культурную адаптацию как бесценный опыт («a great experience», «a strong learning process», «a big challenge»), который способствовал личностному росту и раскрытию внутреннего потенциала, приобретению новых знаний и компетенций: «Moving abroad to study forces you to be independent and not rely on family members for support. You will have to work out for yourself how everything works in your host country. This gives you the opportunity to cope with any social anxieties you may have and become a more confident person as a result. You will realise that you can do much more for yourself than you previously thought» (Дима И., Сирия).

Большая часть опрошенных респондентов (85 %) проживала в России более двух лет, начиная с 2019 по 2021 г. За это время из-за сложной эпидемиологической ситуации, вызванной пандемией COVID-19, иностранным студентам не удалось съездить на родину, в связи с чем данные о так называемом «обратном культурном шоке», или «шоке возвращения», отсутствуют.

К положительным моментам обучения за рубежом студенты отнесли погружение в иную культуру, новые знакомства, улучшение навыков владения иностранными языками, возможность путешествовать, независимость от родителей и самостоятельность в принятии решений: «In my opinion, studying abroad life is very interesting. It gives us the feeling of being lost in a completely different world from home and everything becomes strange, I love to explore new lands, new cities. Besides, studying abroad is also an opportunity for us to learn, exchange cultures, improve knowledge with friends from 5 continents, it is also a golden opportunity for us to develop ourselves» (Тхьонг Н., Вьетнам). Причина, по которой иностранные студенты выбирают получение высшего образования в России, – это оптимальное соотношение стоимости и качества обучения: «Russia has an optimal ratio of price and quality of education» (Дима И., Сирия).

Минусами обучения в другой стране студенты назвали чувство одиночества, тоску по дому и родным, жизнь в общегитии, подразумевающую совместное проживание учащихся, необходимость адаптации к новым условиям, преодоление культурного шока: «Studying abroad is not always rosy. It will be very difficult in the early stages when we explore another land, if we don't try, it is very easy to go in the opposite direction that we want» (Тхьонг Н., Вьетнам). Иностранные студенты отмечают, что учиться за рубежом намного сложнее, чем в родной стране, так как приходит-

ся осваивать не только новые академические дисциплины, преподаваемые на иностранном языке, но и незнакомую культурную среду: «When you find yourself in a different environment, in a different culture, you study not only academic disciplines, but also everything around you» (Пьер К., Франция).

Заключение

В рамках данной статьи была рассмотрена концепция культурного шока (стресса аккультурации), представленного в виде стадий, которые проходит человек на пути адаптации к новой культурной среде. Несмотря на отдельные недостатки теории, нельзя отрицать существование самого явления культурного шока, который представляет собой естественную реакцию индивида при встрече с иной культурной и языковой реальностью. Следовательно, иностранный студент, будучи заранее проинформированным об этом явлении, сможет соответствующе подготовиться и настроиться, что в итоге минимизирует последствия культурного шока и позволит легче интегрироваться в инокультурную образовательную среду.

Лингвокультурная адаптация выражается в свободном ориентировании в рамках нового общества и способности общаться на языке принимающего общества в бытовой и институциональных сферах. Проведенный опрос иностранных студентов позволил выявить основные проблемы лингвокультурной адаптации, с которыми им пришлось столкнуться при попадании в русскоязычную образовательную среду. Среди основных проблем респонденты назвали языковой барьер, проблемы социализации, новые климатические условия, непривычную еду и др., при этом преодоление языкового барьера напрямую обуславливает эффективность образовательного процесса. Успешная лингвокультурная адаптация чрезвычайно важна, так как во многом определяет эффективность учебной деятельности и обеспечивает необходимое взаимодействие в академической среде.

Для достижения успешной лингвокультурной адаптации необходимо владеть вербальными и невербальными средствами общения, умением выбирать их в соответствии с ситуацией общения, быть положительно настроенным на взаимодействие с представителями принимающей страны, стремиться узнавать чужую культуру и преодолевать стереотипы, иметь представление о ценностных ориентирах и нормах общества, обладать толерантностью к культурной идентичности другого этноса.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Федотова В. А. Опыт экспериментального исследования адаптационных компетенций арабских и индийских студентов // Вестник НГУ. Серия: Лингвистика и межкультурная коммуникация. 2019. № 17 (3). С. 109–119.
2. Babiker I. E., Cox J. L., Miller P. M. The measurement of cultural distance and its relationship to medical consultations, symptomatology and examination performance of overseas students at Edinburgh University // *Soc Psychiatry*. 1980. № 15. P. 109–116. <https://doi.org/10.1007/BF00578141>
3. Словарь социолингвистических терминов / В. А. Кожемякина, Н. Г. Колесник, Т. Б. Крючкова и др.; отв. ред. В. Ю. Михальченко. М.: Институт языкознания РАН, 2006. 312 с.
4. Береговая О. А., Лопатина С. С., Отургашева Н. В. Барьеры социокультурной адаптации иностранных студентов в российских вузах // *Перспективы науки и образования*. 2019. № 2 (38). С. 108–118. doi: 10.32744/pse.2019.2.9
5. Winkelman M. Cultural shock and adaptation // *Journal of Counseling & Development*. 1994. № 73 (2). P. 121–126. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1994.tb01723.x>
6. Oberg K. Cultural Shock: Adjustment to New Cultural Environments // *Practical Anthropology*. 1960. V. os-7 (4). P. 177–182.
7. Berry J. Stress perspectives on acculturation // *The Cambridge Handbook of Acculturation Psychology*. 2006. P. 43–57.
8. Верещагин Е. М., Костомаров В. Г. Язык и культура. Три лингвострановедческие концепции: лексического фона, речеповедческих тактик и сапиентемы / под ред. и с послесл. Ю. С. Степанова. М.: Индрик, 2005. 1040 с.
9. Shaheen S. The effect of pre-departure preparation on student intercultural development during study abroad programs: doctoral dissertation. Ohio State University, 2004. URL: http://rave.ohiolink.edu/etdc/view?acc_num=osu1091481152 (дата обращения: 16.01.2023).
10. Duke S. T. Preparing to study abroad: Learning to cross cultures. Sterling, VA: Stylus Publishing, 2014. 162 p.
11. Садохин А. П. Введение в теорию межкультурной коммуникации. М.: Высш. шк., 2005. 310 с.
12. Pedersen P. The five stages of culture shock: Critical incidents around the world. Westport, CT: Greenwood Press, 1995. 296 p.
13. Kim Y. Y. Becoming intercultural: An integrative theory of communication and cross-cultural adaptation. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc., 2000. 336 p.
14. Гладуш А. Д., Трофимова Г. Н., Филиппов В. М. Социально-культурная адаптация иностранных граждан к условиям обучения и проживания в России. М.: РУДН, 2008. 146 с.
15. Аргунова В. Н., Лондаджим Т. Барьеры социокультурной адаптации иностранных студентов, обучающихся в российских вузах // Вестник Нижегородского ун-та им. Н. И. Лобачевского. Серия: Социальные науки. 2008. № 4 (12). С. 7–12.

References

1. Fedotova V. A. Opyt eksperimental'nogo issledovaniya adaptatsionnykh kompetentsiy arabskikh i indijskikh studentov [The Experimental Research of Adaptation Competences of Arab and Indian Students]. *Vestnik NGU. Seriya: Lingvistika i mezhkul'turnaya kommunikatsiya – Vestnik NSU. Series: Linguistics and Intercultural Communication*, 2019, no. 17 (3), pp. 109–119 (in Russian).
2. Babiker I. E., Cox J. L., Miller P. M. The measurement of cultural distance and its relationship to medical consultations, symptomatology and examination performance of overseas students at Edinburgh University. *Soc Psychiatry*, 1980, no. 15, pp. 109–116. <https://doi.org/10.1007/BF00578141> (accessed 23 August 2022).
3. Kozhemyakina V. A., Kolesnik N. G., Kryuchkova T. B. et al. *Slovar' sotsiolingvisticheskikh terminov* [A Dictionary of Sociolinguistic terms]. Ed. V. Yu. Mikhal'chenko. Moscow, Institute of Linguistics, Russian Academy of Sciences, Publ., 2006. 312 p. (in Russian).
4. Beregovaya O. A., Lopatina S. S., Oturgasheva N. V. Bar'ery sotsiokul'turnoy adaptatsii inostrannykh studentov v rossiyskikh vuzakh [Barriers of social and cultural adaptation of foreign students in Russian universities]. *Perspektivy nauki i obrazovaniya – Perspectives of Science and Education*, 2019, no. 2(38), pp. 108–118 (in Russian). doi: 10.32744/pse.2019.2.9 (accessed 10 August 2022).
5. Winkelman M. Cultural shock and adaptation. *Journal of Counseling & Development*, 1994, no. 73 (2), pp. 121–126. URL: <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1994.tb01723.x> (accessed 27 May 2022).
6. Oberg K. Cultural Shock: Adjustment to New Cultural Environments. *Practical Anthropology*, 1960, vol. os-7(4), pp. 177–182.
7. Berry J. Stress perspectives on acculturation. *The Cambridge Handbook of Acculturation Psychology*, 2006. P. 43–57.
8. Vereshchagin E. M., Kostomarov V. G. *Yazyk i kul'tura. Tri lingvostranovedcheskiye kontseptsii: leksicheskogo fona, reche-povedencheskikh taktik i sapientemy* [Language and culture. Three Linguistic-Cultural Conceptions of Lexical Background,

- Speech Behavioural Tactics and Sapientema]. Ed. by member of RAS Yu. S. Stepanov. Moscow, Indrik Publ., 2005. 1040 p. (in Russian).
9. Shaheen S. *The effect of pre-departure preparation on student intercultural development during study abroad programs: doctoral dissertation. Ohio State University, 2004.* URL: http://rave.ohiolink.edu/etdc/view?acc_num=osu1091481152 (accessed 16 January 2023).
 10. Duke S. T. *Preparing to study abroad: Learning to cross cultures.* Sterling, VA: Stylus Publishing, 2014. 162 p.
 11. Sadokhin A. P. *Vvedeniye v teoriyu mezhkul'turnoy kommunikatsii* [Introduction to the theory of cross-cultural communication]. Moscow, Vysshaya shkola Publ., 2005. 310 p. (in Russian).
 12. Pedersen P. *The five stages of culture shock: Critical incidents around the world.* Westport, CT: Greenwood Press, 1995. 296 p.
 13. Kim Y. Y. *Becoming intercultural: An integrative theory of communication and cross-cultural adaptation.* Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc., 2000. 336 p.
 14. Gladush A. D., Trofimova G. N., Filippov V. M. *Sotsial'no-kul'turnaya adaptatsiya inostrannykh grazhdan k usloviyam obucheniya i prozhivaniya v Rossii* [Socio-cultural adaptation of international students to conditions of education and living conditions in Russia]. Moscow, RUDN Publ., 2008. 146 p. (in Russian).
 15. Argunova V. N., Londadzhim T. Bar'ery sotsiokul'turnoy adaptatsii inostrannykh studentov, obuchayushchikhsya v rossiyskikh vuzakh [The barriers of social and cultural adaptation of foreign students studying in Russian universities]. *Vestnik Nizhegorodskogo universiteta im. N. I. Lobachevskogo. Series: Social sciences – Vestnik of Lobachevsky State University of Nizhni Novgorod. Series: Social Sciences*, 2008, no. 4 (12), pp. 7–12 (in Russian).

Информация об авторе

Белоногова Т. Ю., кандидат филологических наук, старший преподаватель, Тюменский государственный университет (ул. Володарского, 6, Тюмень, Россия, 625003).

E-mail: t.y.belonogova@utmn.ru

Information about the author

Belonogova T. Yu., Candidate of Philology, Senior Lecturer, Tyumen State University (ul. Volodarskogo, 6, Tyumen, Russian Federation, 625003).

E-mail: t.y.belonogova@utmn.ru

Статья поступила в редакцию 18.01.2023; принята к публикации 01.02.2024

The article was submitted 18.01.2023; accepted for publication 01.02.2024