

ПСИХОЛОГИЯ

Научная статья

УДК 159.953

<https://doi.org/10.23951/2307-6127-2022-5-158-168>

К ВОПРОСУ ОСНОВАНИЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ С ПОЗИЦИИ АНТРОПО-СИСТЕМНОГО ПОДХОДА В ПСИХОЛОГИИ

Бохан Татьяна Геннадьевна¹, Шабаловская Марина Владимировна^{2, 3},
Терехина Ольга Владимировна⁴

^{1, 3, 4} Томский государственный университет, Томск, Россия

² Сибирский государственный медицинский университет, Томск, Россия

¹ btg960@mail.ru

^{2, 3} m_sha79@mail.ru

⁴ doterekhina@mail.ru

Аннотация

С позиции антропо-системного подхода рассмотрены основания психологического сопровождения процесса адаптации иностранных студентов. В рамках данного подхода установлено, что психологический стресс выступает в качестве механизма саморазвития, самореализации и личностного роста человека. В связи с этим работа по адаптации иностранных студентов должна быть ориентирована на развитие конструктивных стратегий, ресурсов и умений у студентов преодолевать возникающие трудности, способов и навыков межкультурной коммуникации, а также на создание условий (внутренних и внешних) для творческой самореализации, что позволит студентам становиться более чувствительными и осознанными как по отношению к собственным изменениям, так и более сензитивными по отношению к возможностям среды. Определено, что именно такая активность, направленная как на поиск условий среды для реализации своих смыслов и ценностей, так и на ее активное преобразование, позволяет улучшать и качество жизни, и субъективное благополучие молодежи. Установлено, что основными показателями успешной адаптации и возможности самореализации иностранных студентов в поликультурном образовательном пространстве университета выступают субъективное качество жизни, позитивная этническая идентичность и толерантность.

Ключевые слова: антропо-системный подход, психологическое сопровождение, иностранные студенты, культурный шок, адаптация, самореализация, субъективное качество жизни, идентичность

Источник финансирования: исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научно-исследовательского проекта «Становление идентичности как психологического фактора субъективной оценки качества жизни у молодежи в поликультурной среде университетов (кросскультурные исследования)» (грант № 19-413-700007).

Для цитирования: Бохан Т. Г., Шабаловская М. В., Терехина О. В. К вопросу оснований психологического сопровождения образования иностранных студентов с позиции антропо-системного подхода в психологии // Научно-педагогическое обозрение (Pedagogical Review). 2022. Вып. 5 (45). С. 158–168. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2022-5-158-168>

PSYCHOLOGY

Original article

TO THE QUESTION OF THE BASES OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF EDUCATION AMONG FOREIGN STUDENTS FROM THE POSITION OF THE ANTHROPO-SYSTEM APPROACH IN PSYCHOLOGY

Tatiana G. Bokhan¹, Marina V. Shabalovskaya^{2,3}, Olga V. Terekhina⁴

^{1,3,4} Tomsk State University, Tomsk, Russian Federation

² Siberian State Medical University, Tomsk, Russian Federation

¹ btg960@mail.ru

^{2,3} m_sha79@mail.ru

⁴ doterekhina@mail.ru

Abstract

The foundations of psychological support for the adaptation process among foreign students are considered from the standpoint of the anthropo-system approach. Within the framework of this approach, it is established that psychological stress acts as a mechanism of self-development, self-realization and personal growth of a person. In this connection, the work with the adaptation among foreign students should be focused on the development of constructive strategies, resources and skills of students to overcome emerging difficulties, methods and skills of intercultural communication, as well as on creating conditions (internal and external) for creative self-realization, which will allow students to become more sensitive and aware of their own changes, and more sensitive in relation to the capabilities of the environment. It is determined that such activity, aimed both at finding the conditions of the environment for the realization of their meanings and values, and at its active transformation, makes it possible to improve both the quality of life and the subjective well-being among young people. It is established that the main indicators of successful adaptation and the possibility of foreign students' self-realization in the multicultural educational space of the university are subjective quality of life, positive ethnic identity and tolerance.

Keywords: *anthropo-system approach, psychological support, foreign students, cultural shock, adaptation, self-realization, subjective quality of life, identity*

Source of funding: The study was carried out with the financial support of the Russian Federal Property Fund in the framework of the research project "The Formation of Identity as a Psychological Factor of the Subjective Assessment of the Quality of Life among Young People in the Multicultural Environment of Universities (Cross-Cultural Studies)" (grant No. 19-413-700007).

For citation: Bokhan T. G., Shabalovskaya M. V., Terekhina O. V. To the question of the bases of psychological support of education among foreign students from the position of the anthropo-system approach in psychology [K voprosu osnovaniy psikhologicheskogo soprovozhdeniya obrazovaniya inostrannykh studentov s pozitsii antropo-sistemnogo podkhoda v psikhologii]. *Nauchno-pedagogicheskoye obozreniye – Pedagogical Review*, 2022, vol. 5 (45), pp. 158–168. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2022-5-158-168>

Результаты ряда исследований показывают различные данные в отношении характера адаптации студентов в условиях международной образовательной миграции. Так, есть мнение, что приехавшие добровольно по экономическим причинам или для получения образования люди адаптируются довольно легко, не все испытывают культурный шок [1–3]. В то же время другие исследователи отмечают у студентов различные проблемы адаптации, которые связывают с определенными эмоциональными переживаниями, напряженностью, возникающими внутриличностными и межличностными конфликтами, культурным шоком, слабой способностью адаптироваться к условиям

обучения, неудовлетворенностью, обусловленной восприятием отсутствия условий для творческой самореализации [4]. А. И. Сурыгин характеризует такие адаптационные процессы как «острые» и «сложные» [5]. В связи с этим исследователи и преподаватели вузов отмечают необходимость продуманного и пролонгированного психологического сопровождения иностранных студентов в вузе [6].

В отечественной и зарубежной литературе представлено достаточно много подходов для оптимизации процесса адаптации мигрантов [2, 7–9], однако, что касается профилактических мероприятий со студентами в условиях образовательной миграции, исследования носят весьма ограниченный характер, что обуславливает актуальность методов профилактической работы [10]. Учитывая тенденции развития в современном обществе и науке, мы полагаем, что для определения направлений, задач и методов психологического сопровождения образования иностранных студентов важно понимание не только процесса адаптации, факторов и условий его оптимизации, но и процесса самореализации как необходимого условия, обеспечивающего устойчивость человека в меняющемся мире при выходе в широкое поликультурное пространство [11]. В этом случае в качестве интегрального показателя, свидетельствующего не только об успешной адаптации, но и возможности самореализации иностранных студентов в поликультурном образовательном пространстве университета, мы рассматривали субъективное качество жизни у студенческой молодежи, верификация которого осуществлялась в ряде исследований [12–14].

Для определения мишеней и целей психологического воздействия обратимся к литературным данным о характеристиках, критериях, факторах процессов адаптации и самореализации. Рассматривая адаптацию к новой культуре как комплексное явление, исследователи выделяют следующие виды адаптации: социокультурную, которая проявляется в умении решать проблемы в быту, в вузе, свободно действовать в чужой культуре, в достаточном количестве и качестве связей с местным населением; психологическую, связанную с наличием психической удовлетворенности в рамках новой культуры, с хорошим самочувствием, психологическим здоровьем, положительной этнической идентичностью; экономическую (удовлетворенность работой, профессиональными достижениями, доходами, благосостоянием) [15]. Основными показателями успешной адаптации (аккультурации) на психологическом уровне принято считать позитивную этническую идентичность и толерантность [16]. Результаты, полученные в нашем исследовании, также подтверждают связь статуса этнической и идеологической идентичности с субъективным качеством жизни иностранных студентов [17]. В качестве других критериев адаптации исследователи называют самосознание и самооценку, состояние здоровья, ощущение признания и одобрения, чувство удовлетворения, характер и интенсивность взаимодействий с местным населением, усвоение культурно-адекватного поведения, перцепционную зрелость, отсутствие признаков аккультурационного стресса, успехи в учебе и в работе [18].

Г. Триандис [19], говоря о динамической характеристике адаптации мигрантов, определяет этапы процесса адаптации, указывая на специфичность их задач: «медовый месяц»; разочарование, начало действия культурного шока; проявления культурного шока достигают наибольшей остроты; медленная смена культурного шока оптимизмом; полная или долгосрочная адаптация [1]. Выделение этапов адаптации и соответствующих им задач требуют дифференцированного подхода к психологической диагностике, позволяющей выявить риски нарушений и ресурсы совладания на каждом этапе, спроектировать и создать условия для психологической профилактики и психологического сопровождения процесса адаптации.

Определение факторов риска и факторов ресурсов адаптации к новым социокультурным условиям вносит важный вклад в определение мишеней, задач и методов психологического сопровождения. Одним из факторов, негативно влияющих на адаптацию к новой культуре, является переживание культурного шока [20]. Культурный шок (шок перехода, культурная утомляемость) А. Фернхэм и С. Бочнер [21, 22] определяют как шок от новизны, состояние, испытываемое человеком при кон-

также с чужой культурой, проявляющееся в психологическом напряжении, чувстве потери или лишения (статуса, друзей, профессии и собственности), чувстве отверженности, тревоге, негодования в результате осознания культурных различий, чувстве неполноценности от неспособности совладать с новой средой [23]. Невозможность преодоления культурного шока, его трансформации может приводить к формированию психосоматических расстройств, тревожности, бессоннице, депрессии, алкоголизации, наркомании и т. п. [24]. Для изучения культурного шока было предложено такое понятие, как «культурный интеллект», включающий в себя метакогнитивные, когнитивные, мотивационные, поведенческие и общие компоненты [22], дефициты и деформации которых могут являться мишенями психологической профилактики негативных проявлений дезадаптации в психологическом сопровождении иностранных студентов.

В то же время исследователи отмечают ресурсный момент в переживании культурного шока [20, 24]. Положительная сторона культурного шока видится в возможности личностного развития, что особенно должно учитываться в психологическом сопровождении. В связи с этим в современной науке все чаще вместо понятия «культурный шок» используют термин «стресс аккультурации». Положительная сторона изменений среды состоит в том, что они дают толчок к саморазвитию, а преодоление трудностей ведет к личностному росту. К. Дэвид и П. Адлер [25] установили, что в определенных дозах культурный шок оказывает положительное влияние на развитие личности (приобретение новых ценностей, личностных установок, способов поведения). В рамках антропосистемного подхода в психологии [26] Т. Г. Бохан научно аргументирована возможность рассмотрения стресса в качестве «сверхадаптивного синдрома» [27], который сопровождает процесс саморазвития человека. В этом случае психологический стресс выступает механизмом саморазвития человека, когда стресс-трансформация в эустресс переживается как самодиагностика системы, в результате которой обнаруживаются новые горизонты собственного развития и проявляется готовность к их реализации в действительности жизненного пространства человека; при этом явления дистресса видятся в начинающейся деструкции системы, которая не может удержать свою целостность в силу факторов, блокирующих возможность самореализации [27]. Такое понимание стресса позволяет овладеть механизмом трансформации стресса в возможности саморазвития, самореализации, что также вносит вклад в практическую работу при организации психологического сопровождения студентов.

Исследователями выделяются индивидуальные и групповые факторы, оказывающие влияние на процесс адаптации к новой культуре. Среди универсальных характеристик, указывающих на личностную готовность к жизни в чужой стране: общительность, экстраверсия, открытость, социальный интерес, стратегия сотрудничества, адекватная самооценка, толерантность к неопределенности, эмпатия, внутренний локус контроля, смелость и настойчивость [23]. Выявление данных личностных качеств у иностранных студентов позволит определить личностные ресурсы и дефициты успешной адаптации с последующей постановкой задач индивидуальной и групповой психологической помощи в процессе адаптации.

Для оптимизации процесса адаптации мигрантов предложено достаточно много подходов. Так, например, в рамках подхода, рассматривающего культурную адаптацию прежде всего как процесс усвоения необходимых социокультурных навыков, разработана модель культурного обучения [28], которая включает: просвещение (приобретение знаний о культуре и этнической общности); ориентирование (четкий набор правил поведения), тренинг (знакомство с межкультурными различиями в межличностных отношениях и перенос полученных навыков в реальные условия). Р. Брислин описывает несколько основных видов тренингов, которые можно использовать в работе с мигрантами: «тренинг самосознания (личность познает свои культурные основы); когнитивный (информация о другой культуре, работа с конструктами); тренинг атрибуции (объяснение ситуации с точки зрения другой культуры); поведенческий тренинг и обучение практическим навыкам» [29, с. 208]. Под ру-

ководством Г. Триандиса разработана техника культурных ассимиляторов, направленная на повышение межкультурной сензитивности. С. Б. Дагбаева отмечает, что культурные ассимиляторы дают возможность освоить способы интерпретации поведения людей представителями чужих культур; осознать свои эмоциональные реакции в процессе межэтнического взаимодействия и их скорректировать; сформировать установки на толерантное поведение в инокультурной среде [30]. С. Б. Дагбаевой [30] представлены этапы конструирования ассимилятора. Критерием достигнутого уровня социально-психологической адаптации является возможность мигрантов давать объяснения поведению людей, соответствующие культуре страны пребывания. Важно, чтобы работа с адаптацией студентов была ориентирована не на создание благоприятных/мягких условий, не на выдачу готовых решений на все случаи жизни, а на развитие конструктивных стратегий, ресурсов и умений преодолевать возникающие трудности [31]. Таким образом, психологическое сопровождение процесса адаптации призвано помочь повысить уровень межкультурной компетентности, культурного самосознания, сформировать личностные качества, необходимые студенту в процессе его интеграции в новую образовательную среду, помочь справиться с негативными эмоциональными переживаниями, сопровождающими процесс адаптации [32].

Понимая, что мотивацией для успешной международной образовательной миграции молодежи является не только качество получаемых знаний, комфортное самоощущение, но и качество жизни в период обучения, важно, чтобы сам университет стал не только уникальным механизмом адаптации, но и пространством для личностного роста и самореализации для иностранных учащихся. Подтверждением этому выступает обнаруженный исследователями факт, что у студентов на фоне позитивной психической адаптации проявляется неудовлетворенность своим пребыванием в вузе, связанная с невозможностью творческой самореализации [33, 34]. По мнению Л. И. Иванкиной, данное обстоятельство указывает на целесообразность выделения в отдельную программу психологического сопровождения процесс саморазвития зарубежных студентов, основной задачей которого является создание условий (внутренних и внешних) для творческой самореализации [33].

Исследовательский интерес к процессам саморазвития и самореализации обусловлен современными тенденциями развития общества и науки, связанными с ростом ответственности, субъектной позиции, активности сознания современного человека в осуществлении эволюционного процесса [35]. Процесс саморазвития с позиции антропо-системного подхода обеспечивает устойчивость человека во времени и в пространстве многомерного мира. Самореализация как проявление саморазвития обеспечивает человеку смысл и ценность собственно человеческого существования [36]. Отвечая на вопрос, что детерминирует процесс самореализации человека, авторы указывают на причинную и не причинную детерминацию. К причинной они относят открытость как условие существования системы, к не причинной – смыслы и ценности, которые направляют на выбор жизненных сред для полной реализации себя. При этом именно ценности будут определять самореализацию сверхадаптивного типа. Мы полагаем, что в процессе специально организованной психологической работы с иностранными студентами, включающей задачи адаптации и саморазвития, можно повышать их уровень самореализации, тем самым позволяя студентам становиться более открытыми к внешним и внутренним изменениям. Именно такая активность, направленная как на поиск условий среды для реализации своих смыслов и ценностей, так и на ее преобразование, создание, позволяет, по мнению Д. А. Леонтьева, улучшать и качество жизни, и субъективное благополучие [12].

Аргументом за включение этапа психолого-педагогического сопровождения процесса самореализации иностранных студентов в вузе выступают и возрастные психологические особенности, связанные с задачей становления собственного мировоззрения, собственной самоидентичности, на основе которой осуществляется выход в «самостояние человека», «самореализацию». Понимание психологического феномена «самоидентичность» с учетом современных тенденций развития науки

позволяет научно обоснованно и корректно осуществлять поиск методов и мишенной коррекционно-развивающей работы с молодежью. Так, в антропо-системном подходе самоидентичность выступает в качестве характеристики человека как открытой самоорганизующейся психологической системы. Открытость психологической системы обеспечивает способность человека удерживать непрерывность самоидентичности в динамике жизни, характеризующейся пространственно-временными трансформациями. Особенно значимой данная характеристика человека является в преодолении критических ситуаций [27], прохождения кризисов идентичности [37]. Целенаправленная работа по идентификации ценностно-смысловых измерений жизненного пространства влечет за собой позитивные трансформации параметров жизненного мира, позволяет человеку включиться в действительность переходов в новое жизненное пространство через самоидентификацию и поиск соответствующих новым измерениям жизненного мира условий среды. При этом важным является то, что работа по самоидентификации осуществляется через интенсивное переживание в практике рефлексивной интерпретации реальных собственных социальных изменений, при этом акцентируются не задачи, направленные на решение проблем, а задачи по актуализации жизнетворческой активности человека. В этом случае такая рефлексивная и развивающая работа выступает, с одной стороны, требованием усложнения саморазвития, с другой – позволяет повысить уровень самореализации [37]. О. В. Лукьяновым сформированы современные психологические практики управления рисками становления идентичности в процессе образования, которые могут эффективно использоваться в психологическом сопровождении процесса самореализации студентов.

Результаты, полученные в реализованном нами эмпирическом исследовании структуры и содержания идентичности студентов, обучающихся в поликультурном пространстве университета, согласуются с выше представленными теоретическими положениями, например: выявлено, что студенты с более наполненной ценностно-смысловым содержанием личностной идентичностью имеют позитивную этноидентичность, студенты, у которых менее выражена самоидентификация, имеют риски усиления деструктивных тенденций в структуре этнической идентичности; регрессионным анализом установлено, что этнический и идеологический компоненты этноидентичности выступают предикторами различных характеристик субъективного качества жизни студентов; деструктивная этноидентичность определилась как негативный предиктор, влияющий на качество эмоциональных состояний, понижая положительный и повышая отрицательный аффект у студентов; выявленные кластерные группы свидетельствуют, что студенты, жизнь которых более наполнена различными значимыми смыслами, чаще переживают положительные эмоции и имеют более позитивное настроение [38].

Таким образом, психологическое сопровождение иностранных студентов, направленное на создание условий для их адаптации и самореализации, соответствует как гомеостатическим, так и гетеростатическим устремлениям. Эти два важных аспекта жизни человека включены в современное понимание субъективного качества жизни [12]. На основании приведенных теоретических аргументов, данных эмпирических и практических работ мы полагаем, что психологическое сопровождение процесса образования иностранных студентов в поликультурном пространстве университета, направленное на реализацию задач процессов адаптации и самореализации, позволит создать условия для повышения качества жизни иностранных студентов в условиях образовательной миграции.

Список литературы

1. Браун О. А., Билан М. А., Яницкий М. С. Этнопсихология: учеб. пособие. Кемерово, 2022.
2. Лебедева Н. М. Этнопсихология: учебник и практикум для вузов. М.: Юрайт, 2022. 491 с. URL: <https://urait.ru/bcode/489211> (дата обращения: 21.05.2022).
3. Васильева С. Л., Абрамова А. А., Волкова М. Г., Дмитриенко Н. А., Коваленко Н. С. Социокультурная адаптация иностранных студентов в Сибирском регионе // Профессиональное образование в современном мире. 2020. № 10 (4). С. 4212–4222. DOI: 10.20 913/2618-7515-2020-4-05

4. Иванова Г. П., Широкова Н. Н., Логвинова О. К. Социокультурная адаптация иностранных студентов в условиях интернационализации высшего образования // Мир науки, культуры, образования. 2019. № 6 (79). С. 334–335. DOI: 10.24411/1991-5497-2019-10145
5. Сурыгин А. И. Педагогическое проектирование системы предвузовской подготовки иностранных студентов. СПб.: Златоуст, 2000. 128 с.
6. Бухалко А. Д. Основы психолого-педагогического сопровождения адаптации иностранных студентов к обучению в российском вузе // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. 2019. № 2. С. 56–69. DOI: 10.25588/CSPU.2019.45.67.004
7. Bochner S. Culture Shock Due to Contact with Unfamiliar Cultures // Online readings in Psychology and Culture. 2003. V. 8 (1). DOI: 10.9707/2307-0919.1073
8. Bhawuk D., Brislin R. Cross-Cultural Training: A Review // Applied Psychology. 2000. № 49 (1). P. 162–191. DOI: 10.1111/1464-0597.00009
9. Почебут Л. Г. Кросс-культурная и этническая психология: учебное пособие для бакалавриата и магистратуры. М.: Юрайт, 2019. 279 с. URL: <https://urait.ru/bcode/432032> (дата обращения: 19.05.2022).
10. Авакова О. В. К вопросу об адаптации иностранных студентов // Педагогика и просвещение. 2021. № 4. С. 54–61. DOI:10.7256/2454-0676.2021.4.34876
11. Галажинский Э. В. Системная детерминация самореализации личности: автореф. дис. ... д-ра психол. наук. Барнаул, 2002. 43 с.
12. Леонтьев Д. А. Качество жизни и благополучие: объективные, субъективные и субъектные аспекты // Психологический журнал. 2020. Т. 41, № 6. С. 86–95. DOI: 10.31857/S020595920012592-7
13. Галажинский Э. В., Бохан Т. Г., Ульянич А. Л., Терехина О. В., Шабаловская М. В. Связь субъективного качества жизни с представлениями о счастье (ценностной обусловленностью счастья, интенсивностью мотивации счастья и ответственностью за собственное счастье) у студенческой молодежи // Science for Education Today. 2019. № 6. С. 19–38. DOI: 10.15293/2658-6762.1906.02
14. Бохан Т. Г., Шабаловская М. В., Терехина О. В., Ульянич А. Л. Субъективное качество жизни как индикатор психологической безопасности студентов в условиях международной образовательной миграции // Вестник Томского государственного университета. 2021. № 473. С. 137–145. DOI: 10.17223/15617793/473/17
15. Овчинников А. А., Султанова А. Н., Лазурина А. С., Сычева Т. Ю. Особенности социально-психологической адаптации мигрантов (литературный обзор) // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. 2018. № 1. С. 89–96. DOI: 10.26617/1810-3111-2018-1(98)-89-96
16. Лебедева Н. М. Социально-психологические закономерности аккультурации этнических групп // Этническая психология: история и методы. Социализация и идентичность. Общение и конфликты: хрестоматия. СПб.: Речь, 2003. С. 229–236.
17. Бохан Т. Г., Шабаловская М. В., Терехина О. В., Ульянич А. Л., Бородич Ю. В., Танабасова У. В. Идентичность как предиктор субъективной оценки качества жизни студентов: кросскультурный аспект // Вестник Кемеровского государственного университета. 2021. Т. 23, № 1. С. 143–155. DOI: 10.21603/2078-8975-2021-23-1-143-155
18. Мацумото Д. Человек, культура, психология. Удивительные загадки, исследования и открытия. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2008. 668 с.
19. Триандис Г. К. Культура и социальное поведение: учеб. пособие / пер. с англ. В. А. Соснина. М.: Форум, 2007. 382 с.
20. Шагалова О. Г., Ваганова О. И., Смирнова Ж. Р. Культурный шок в процессе освоения чужой культуры // Балтийский гуманитарный журнал. 2019. Т. 8, № 3 (28). С. 186–190. DOI: 10.26140/bgz3-2019-0803-0048
21. Фернхэм А., Бочнер С. Психология длительного пребывания за рубежом: студенты / авторизированный пер. с англ. И. А. Шолохова // Развитие личности. 2001. № 2. С. 136–168.
22. Furnham A. Culture Shock: A Review of the Literature for Practitioners // Psychology. 2019. Vol. 10, № 13. P. 1832–1855. DOI: 10.4236/psych.2019.1013119
23. Грушевицкая Т. Г., Попков В. Д., Садохин А. П. Основы межкультурной коммуникации: учеб. для вузов / под ред. А. П. Садохина. М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2003. 352 с.
24. Смолина Т. Л. Симптомы культурного шока: обзор и классификация // Психологическая наука и образование. 2012. № 3. С. 150–160. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=17986658> (дата обращения: 28.05.2022).
25. Adler P. The Transitional Experience: An Alternative View of Culture Shock // Journal of Humanistic Psychology. 1975. № 15. P. 13–23. DOI: 10.1177/002216787501500403

26. Ключко В. Е., Галажинский Э. В., Краснорядцева О. М., Лукьянов О. В. Системная антропологическая психология: понятийный аппарат // Сибирский психологический журнал. 2015. № 56. С. 9–20.
27. Бохан Т. Г. Культурно-исторический подход к стрессу и стрессоустойчивости: дис. ... д-ра психол. наук. Томск, 2008. 394 с.
28. Bochner S. The social psychology of cross-cultural relations // *Cultures in contact: Studies in cross-cultural interaction*. Oxford, 1982. 123 p. DOI: 10.1016/B978-0-08-025805-8.50008-1
29. Brislin R.W., Bhawuk D. P. Cross-cultural training: Research and innovation // *Social psychology and context*. Thousand Oaks (Cal.), 1999. P. 205–216. DOI: 10.4135/9781452220550.N15
30. Дагбаева С. Б., Шемякина Е.С. Способы укрепления этнической толерантности: учебно-методическое пособие. Чита: ЗаБГГПУ, 2010. 65 с.
31. Портрет образовательного мигранта. Основные аспекты академической, языковой и социокультурной адаптации / науч. ред. Е. Ю. Кошелева. Томск: РАУШ МБХ, 2011. 204 с.
32. Максимчук Е. Д. Роль поликультурной образовательной среды в процессе межкультурной адаптации иностранных студентов России // *Инновационные ресурсы социальной психологии: теории, методы, практики: сборник научных работ / отв. ред. О. В. Соловьева, Т. Г. Стефаненко. М., 2017. С. 501–506.*
33. Иванкина Л. И. Психологическая адаптация и личностный рост иностранных студентов в условиях инокультурной среды обучения // *Методология обучения и повышения эффективности академической, социокультурной и психологической адаптации иностранных студентов в российском вузе: теоретические и прикладные аспекты: материалы Всероссийского семинара*. Томск: Изд-во ТПУ, 2008. Т. 2. С. 62–66.
34. Богомаз С. А., Ключко В. Е., Краснорядцева О. М., Подойнищина М. А. Стратегии самоосуществления у студенческой молодежи // *Вопросы психологии*. 2018. № 1. С. 49–58.
35. Ключко В. Е. Самоорганизация в психологических системах: проблемы становления ментального пространства личности (введение в транспективный анализ). Томск: Томский государственный университет, 2005. 174 с.
36. Галажинский Э. В. Психологические основания изучения полноты и качества процессов самореализации личности // *Сибирский психологический журнал*. 2006. № 24. С. 70–76.
37. Лукьянов О. В. Самоидентичность как условие устойчивости человека в меняющемся мире: автореф. дис. ... д-ра психол. наук. Томск, 2009. 43 с.
38. Бохан Т. Г., Шабаловская М. В., Бородич Ю. В., Терехина О. В., Ульянич А. Л. Особенности личностной и этнической идентичности студентов в аспекте кросскультурного сравнения // *Вестник Кемеровского государственного университета*. 2019. Т. 21, № 4. С. 962–973. DOI: <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2019-21-4-962-973>

References

1. Braun O. A., Bilan M. A., Yanitskiy M. S. *Etnopsikhologiya: uchebnoye posobiye* [Ethnopsychology: tutorial]. Kemerovo, 2022 (in Russian).
2. Lebedeva N. M. *Etnopsikhologiya: uchebnik i praktikum dlya vuzov* [Ethnopsychology: textbook and workshop for universities]. Moscow, Yurayt Publ., 2022. 491 p. (in Russian). URL: <https://urait.ru/bcode/489211> (accessed 21 May 2022).
3. Vasil'eva S. L., Abramova A. A., Volkova M. G., Dmitrienko N. A., Kovalenko N. S. Sotsiokul'turnaya adaptatsiya inostrannykh studentov v Sibirskom regione [Socio-cultural adaptation of foreign students in the Siberian region]. *Professional'noye obrazovaniye v sovremennom mire – Professional Education in the Modern World*, 2020, no. 10 (4), pp. 4212–4222 (in Russian). DOI: 10.20913/2618-7515-2020-4-05
4. Ivanova G. P., Shirokova N. N., Logvinova O. K. Sotsiokul'turnaya adaptatsiya inostrannykh studentov v usloviyakh internatsionalizatsii vysshego obrazovaniya [Sociocultural adaptation of foreign students in the context of internationalization of higher education]. *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya – The world of science, culture and education*, 2019, no. 6 (79), pp. 334–335 (in Russian). DOI: 10.24411/1991-5497-2019-10145
5. Surygin A. I. *Pedagogicheskoye proyektirovaniye sistemy predvuzovskoy podgotovki inostrannykh studentov* [Pedagogical design of the system of pre-university training of foreign students]. Saint Petersburg, Zlatoust Publ., 2000. 128 p. (in Russian).
6. Bukhalko A. D. *Osnovy psikhologo-pedagogicheskogo soprovozhdeniya adaptatsii inostrannykh studentov k obucheniyu v rossiyskom vuze* [Fundamentals of psychological and pedagogical support for the adaptation of foreign

- students to study at a Russian university]. *Vestnik Yuzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo gumanitarno-pedagogicheskogo universiteta – The Herald of South-Ural state Humanities-Pedagogical University*, 2019, no. 2, pp. 56–69 (in Russian). DOI: 10.25588/CSPU.2019.45.67.004
7. Bochner S. Culture Shock Due to Contact with Unfamiliar Cultures. *Online readings in Psychology and Culture*, 2003, vol. 8 (1). DOI: 10.9707/2307-0919.1073
 8. Bhawuk D., Brislin R. Cross-Cultural Training: A Review. *Applied Psychology*, 2000, no. 49 (1), pp. 162–191. DOI: 10.1111/1464-0597.00009
 9. Pochebut L. G. *Kross-kul'turnaya i etnicheskaya psikhologiya: uchebnoye posobiye dlya bakalavriata i magistratury* [Cross-cultural and ethnic psychology: textbook for undergraduate and graduate studies]. Moscow, Yurayt Publ., 2019. 279 p. (in Russian). URL: <https://urait.ru/bcode/432032> (accessed 19 May 2022).
 10. Avakova O. V. K voprosu ob adaptatsii inostrannykh studentov [On the issue of adaptation of foreign students]. *Pedagogika i prosveshcheniye – Pedagogy and Education*, 2021, no. 46, pp. 54–61 (in Russian). DOI: 10.7256/2454-0676.2021.4.34876
 11. Galazhinskiy Ye. V. *Sistemnaya determinatsiya samorealizatsii lichnosti. Avtoref. dis. dokt. psikhol. nauk* [Systemic determination of personality self-realization. Abstract of thesis doc. of psychol. sci.]. Barnaul, 2002. 43 p. (in Russian).
 12. Leont'ev D. A. Kachestvo zhizni i blagopoluchiye: ob"yektivnyye, sub"yektivnyye i sub"yektnye aspekty [Quality of life and well-being: objective, subjective and subjective aspects]. *Psikhologicheskij zhurnal – Psychological Journal*, 2020, vol. 41, no. 6, pp. 86–95 (in Russian). DOI: 10.31857/S020595920012592-7
 13. Galazhinskiy E. V., Bokhan T. G., Ul'yanich A. L., Terkhina O. V., Shabalovskaya M. V. Svyaz' sub"yektivnogo kachestva zhizni s predstavleniyami o schast'ye (tsennostnoy obuslovlennost'yu schast'ya, intensivnost'yu motivatsii schast'ya i otvetstvennost'yu za sobstvennoye schast'ye) u studencheskoy molodezhi [Relationship between the subjective quality of life and ideas about happiness (the value conditioning of happiness, the intensity of happiness motivation, and responsibility for their own happiness) in student youth]. *Science for Education Today*, 2019, no. 6. pp. 19–38. DOI: 10.15293/2658-6762.1906.02 (in Russian).
 14. Bokhan T. G., Shabalovskaya M. V., Terkhina O. V., Ul'yanich A. L. Sub"yektivnoye kachestvo zhizni kak indikator psikhologicheskoy bezopasnosti studentov v usloviyakh mezhdunarodnoy obrazovatel'noy migratsii [Subjective quality of life as an indicator of psychological safety of students in the context of international educational migration]. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta – Tomsk State University Journal*, 2021, no. 473, pp. 137–145 (in Russian). DOI: 10.17223/15617793/473/17
 15. Ovchinnikov A. A., Sultanova A. N., Lazurina A. S., Sycheva T. Yu. Osobennosti sotsial'no-psikhologicheskoy adaptatsii migrantov (literaturnyy obzor) [Peculiarities of social-psychological adaptation of migrants (literature review)]. *Sibirskiy vestnik psikhologii i narkologii – Siberian Herald of Psychiatry and Addiction Psychiatry*, 2018, no. 1, pp. 89–96 (in Russian). DOI: 10.26617/1810-3111-2018-1(98)-89-96
 16. Lebedeva N. M. Sotsial'no-psikhologicheskiye zakonomernosti akkul'turatsii etnicheskikh grupp [Socio-psychological patterns of acculturation of ethnic groups]. *Etnicheskaya psikhologiya: istoriya i metody. Sotsializatsiya i identichnost'. Obshcheniye i konflikty: khrestomatiya* [Ethnic psychology: history and methods. Socialization and identity. Communication and conflicts: anthology]. Saint Petersburg, Rech' Publ., 2003. Pp. 229–236 (in Russian).
 17. Bokhan T. G., Shabalovskaya M. V., Terkhina O. V., Ul'yanich A. L., Borodich Yu. V., Tanabasova U. V. Identichnost' kak prediktor sub"yektivnoy otsenki kachestva zhizni studentov: krosskul'turnyy aspekt [Identity as a predictor of the subjective assessment of the quality of life of students: a cross-cultural aspect]. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta – Bulletin of Kemerovo State Univeristy*, 2021, vol. 23, no. 1, pp. 143–155 (in Russian). DOI: <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2021-23-1-143-155>
 18. Matsumoto D. *Chelovek, kul'tura, psikhologiya. Udivitel'nyye zagadki, issledovaniya i otkrytiya* [Man, culture, psychology. Amazing mysteries, explorations and discoveries]. Saint Petersburg, Praym-EVROZNAK Publ., 2008. 668 p. (in Russian).
 19. Triandis G. K. *Kul'tura i sotsial'noye povedeniye: uchebnoye posobiye*. Pervod s angliyskogo V. A. Sosnina [Culture and social behavior: teaching aid. Translation from English V. A. Sosnin]. Moscow, Forum Publ., 2007. 382 p. (in Russian).
 20. Shagalova O. G., Vaganova O. I., Smirnova Zh. R. Kul'turnyy shok v protsesse osvoyeniya chuzhoy kul'tury [Culture shock in the process of mastering a foreign culture]. *Baltiyskiy gumanitarnyy zhurnal*, 2019, vol. 8, no. 3 (28), pp. 186–190 (in Russian). DOI: 10.26140/bg3-2019-0803-0048

21. Fernkhem A., Bochner S. Psikhologiya dlitel'nogo prebyvaniya za rubezhom: studenty. Avtorizovannyi perevod s angliyskogo I. A. Sholokhova [Psychology of a long stay abroad. Authorized translation from English by I. A. Sholokhov]. *Razvitiye lichnosti – Development of Personality*, 2001, no. 2, pp. 136–168 (in Russian).
22. Furnham A. Culture Shock: A Review of the Literature for Practitioners. *Psychology*, 2019, vol. 10, no. 13, pp. 1832–1855. DOI: 10.4236/psych.2019.1013119
23. Grushevitskaya T. G., Popkov V. D., Sadokhin A. P. *Osnovy mezhkul'turnoy kommunikatsii: uchebnik dlya vuzov* [Basics of intercultural communication: textbook for universities]. Moscow, JuNITI-DANA Publ., 2003. 352 p. (in Russian).
24. Smolina T. L. Simptomy kul'turnogo shoka: obzor i klassifikatsiya [Culture shock symptoms: overview and classification]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovaniye – Psychological Science and Education*, 2012, no. 3, pp. 150–160 (in Russian). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=17986658> (accessed 28 May 2022).
25. Adler P. The Transitional Experience: An Alternative View of Culture Shock. *Journal of Humanistic Psychology*, 1975, no. 15, pp. 13–23. DOI: 10.1177/002216787501500403
26. Klochko V. E., Galazhinskiy E. V., Krasnoryadtseva O. M., Luk'yanov O. V. Sistemnaya antropologicheskaya psikhologiya: ponyatiynnyy apparat [Systemic Anthropological Psychology: Conceptual Apparatus]. *Sibirskiy psikhologicheskii zhurnal*, 2015, no. 56, pp. 9–20 (in Russian).
27. Bokhan T. G. *Kul'turno-istoricheskii podkhod k stressu i stressoustoychivosti. Dis. dokt. psikhol. nauk* [A cultural-historical approach to stress and resilience. Diss. doc. of psychol. sci.]. Tomsk, 2008. 394 p. (in Russian).
28. Bochner S. *The social psychology of cross-cultural relations. Cultures in contact: Studies in cross-cultural interaction*, Oxford, 1982. 123 p. DOI: 10.1016/B978-0-08-025805-8.50008-1
29. Brislin R. W., Bhawuk D. P. Cross-cultural training: Research and innovation. *Social psychology and context. Thousand Oaks (Cal.)*, 1999. pp. 205–216. DOI: 10.4135/9781452220550.N15
30. Dagbayeva S. B., Shemyakina E. S. *Sposoby ukrepleniya etnicheskoy tolerantnosti: uchebno-metodicheskoye posobiye* [Ways to strengthen ethnic tolerance: teaching aid]. Chita, ZabGGPU Publ., 2010. 65 p. (in Russian).
31. *Portret obrazovatel'nogo migranta. Osnovnyye aspekty akademicheskoy, yazykovoy i sotsiokul'turnoy adaptatsii* [Portrait of an educational migrant. Main Aspects of Academic, Linguistic and Socio-Cultural Adaptation]. Tomsk, RAUSh MBH Publ., 2011. 204 p. (in Russian).
32. Maksimchuk E. D. Rol' polikul'turnoy obrazovatel'noy sredy v protsesse mezhkul'turnoy adaptatsii inostrannykh studentov Rossii. [The role of a multicultural educational environment in the process of intercultural adaptation of foreign students in Russia]. *Innovatsionnye resursy sotsial'noy psikhologii: teorii, metody, praktiki: Sbornik nauchnykh rabot. Otvetstvennyye redaktory O. V. Soloviyeva, T. G. Stefanenko* [Innovative resources of social psychology: theories, methods, practices: collection of scientific papers. Eds. O. V. Soloviyeva, T. G. Stefanenko]. Moscow, 2017. Pp. 501–506 (in Russian).
33. Ivankina L. I. Psikhologicheskaya adaptatsiya i lichnostnyy rost inostrannykh studentov v usloviyakh inokul'turnoy sredy obucheniya [Psychological adaptation and personal growth of foreign students in a foreign cultural learning environment]. *Metodologiya obucheniya i povysheniya effektivnosti akademicheskoy, sotsiokul'turnoy i psikhologicheskoy adaptatsii inostrannykh studentov v rossiyskom vuze: teoreticheskiye i prikladnyye aspekty: materialy Vserossiyskogo seminar* [Methodology of teaching and improving the efficiency of academic, socio-cultural and psychological adaptation of foreign students in a Russian university: theoretical and applied aspects: materials of the All-Russian seminar]. Tomsk, TPU Publ., 2008, vol. 2, pp. 62–66 (in Russian).
34. Bogomaz S. A., Klochko V. E., Krasnoryadtseva O. M., Podoynitsina M. A. Strategii samoosushchestvleniya u studencheskoy molodezhi [Self-fulfillment strategies among student youth]. *Voprosy psikhologii – Voprosy psikhologii*, 2018, no. 1, pp. 49–58 (in Russian).
35. Klochko V. E. *Samoorganizatsiya v psikhologicheskikh sistemakh: problemy stanovleniya mental'nogo prostranstva lichnosti (vvedeniye v transpektivnyy analiz)* [Self-organization in psychological systems: problems of the formation of the mental space of a person (introduction to transjective analysis)]. Tomsk, TSU Publ., 2005, 174 p. (in Russian).
36. Galazhinskiy E. V. Psikhologicheskoye osnovaniya izucheniya polnoty i kachestva protsessov samorealizatsii lichnosti [Psychological grounds for studying the completeness and quality of the processes of self-realization of the individual]. *Sibirskiy psikhologicheskii zhurnal – Siberian Journal of Psychology*, 2006, no. 24, pp. 70–76 (in Russian).
37. Luk'yanov O. V. *Samoidentichnost' kak usloviye ustoychivosti cheloveka v menyayushchemsya mire. Avto-ref. dis. dokt. psikhol. nauk* [Self-identity as a condition for human stability in a changing world. Abstract of thesis doc. psychol. sci.]. Tomsk, 2009. 43 p. (in Russian).

38. Bokhan T. G., Shabalovskaya M. V., Borodich Yu. V., Terekhina O. V., Ul'yanich A. L. Osobennosti lichnostnoy i etnicheskoy identichnosti studentov v aspekte krosskul'turnogo sravneniya [Personal and Ethnic Identity in Students: a Cross-Cultural Comparison]. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta – The Bulletin of Kemerovo State University*, 2019, vol. 21, no. 4, pp. 962–973 (in Russian). DOI: 10.21603/2078-8975-2019-21-4-962-973

Информация об авторах

Бокхан Т. Г., доктор психологических наук, профессор, Томский государственный университет (пр. Ленина, 36, Томск, Россия, 634050).

E-mail: btg960@mail.ru

Шабаловская М. В., кандидат психологических наук, доцент, Сибирский государственный медицинский университет (Московский тракт, 2, Томск, Россия, 634050);

Томский государственный университет (пр. Ленина, 36, Томск, Россия, 634050).

E-mail: m_sha79@mail.ru

Терехина О. В., кандидат психологических наук, доцент, Томский государственный университет (пр. Ленина, 36, Томск, Россия, 634050).

E-mail: doterekhina@mail.ru

Information about the authors

Bokhan T. G., Doctor of Psychological Sciences, Professor, Tomsk State University (pr. Lenina, 36, Tomsk, Russian Federation, 634050).

E-mail: btg960@mail.ru

Shabalovskaya M. V., Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Siberian State Medical University (Moskovskiy trakt, 2, Tomsk, Russian Federation, 634050); Tomsk State

University (pr. Lenina, 36, Tomsk, Russian Federation, 634050).

E-mail: m_sha79@mail.ru

Terekhina O. V., Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Tomsk State University (pr. Lenina, 36, Tomsk, Russian Federation, 634050).

E-mail: doterekhina@mail.ru

Статья поступила в редакцию 16.06.2022; принята к публикации 01.09.2022

The article was submitted 16.06.2022; accepted for publication 01.09.2022