



УДК 37.015.3

Герлах Ольга

Аспирант,

Высшая школа образования и психологии;

Балтийский федеральный университет имени Иммануила Канта

olga.gerlach21@gmail.com

Olga Gerlach

PhD Student, Higher School of Education and Psychology,

Immanuel Kant Baltic Federal University

РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ

DEVELOPMENT OF EMOTIONAL STABILITY OF FOREIGN STUDENTS IN THE PROCESS OF PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT

***Аннотация.** В статье анализируются основные аспекты психолого-педагогического сопровождения иностранных студентов, направленного на развитие эмоциональной устойчивости, эмоционального интеллекта, социальной и этнической толерантности, гармоничную межкультурную адаптацию. Автором раскрываются этапы и содержание работы по диагностическому, просветительскому, технологическому направлениям. Подчеркивается важность реализации программы сопровождения иностранных студентов в процессе адаптации к новой социокультурной среде и образовательной системе, а также необходимость учитывать специфику эмоциональной устойчивости личности обучающихся из других стран, ее основные характеристики, взаимодействие с другими личностными составляющими.*

***Ключевые слова:** психолого-педагогическое сопровождение, эмоциональная устойчивость, образовательная среда, подготовка иностранных студентов.*

***Abstract.** The article analyzes the main aspects of psychological and pedagogical support of foreign students aimed at developing emotional stability, emotional intelligence, social and ethnic tolerance, harmonious intercultural adaptation. The author reveals the stages and content of work in the diagnostic, educational, technological areas. The importance of implementing the program of support for foreign students in the process of adaptation to a new socio-cultural environment and educational system is emphasized, as well as the need to take into account the specifics of the emotional stability of the personality of students from other countries, its main characteristics, interaction with other personal components.*

***Key words:** psychological and pedagogical support, emotional stability, educational environment, preparation of foreign students*

Умение иностранных студентов регулировать и контролировать собственные эмоциональные переживания при одновременной способности распознавать эмоциональный настрой других людей можно назвать личностным конструктом, обуславливающим результативность их межкультурной адаптации в образовательном пространстве учебного заведения, благоприятный настрой на учебную работу и рациональное использование своего интеллектуального потенциала в ходе взаимодействия с участниками образовательного процесса [1; 5; 6; 8]. Развитие данного личностного свойства у обучающихся-иностранцев может быть реализовано в образовательном процессе принимающего вуза в различных направлениях его работы, и становится для студента необходимым и социально одобряемым процессом. Иностранные обучающиеся адекватно воспринимают необходимость развития эмоциональной устойчивости как предиктора эффективности учебной работы и межкультурной адаптации в образовательном пространстве, поскольку большинство из них уже на первых этапах обучения столкнулись с негативным воздействием различного вида эмоциональных проявлений.

Психолого-педагогическое сопровождение как категория педагогической психологии появилась и развивалась в рамках личностно-ориентированной методологии российского образования, согласно

которой провозглашается важность личностного развития, самостоятельность и активность в деятельности и профессионально-личностном развитии обучающегося. Л.В. Мардахаев [4, с. 69] рассматривает понятие психолого-педагогического сопровождения в разных смысловых аспектах:

- в широком понимании в качестве создания благоприятных условий для социального развития, социальной адаптации и самовоспитания обучающегося, его социальной активности;
- в узком понимании в качестве сопровождения обучающегося в конкретной ситуации личностного становления, проводимое специалистами образовательного учреждения.

Психологические аспекты психолого-педагогического сопровождения Ю.В. Слюсаревым [7, с. 136] обозначаются в качестве помощи, ориентированной на личностное становление и формирование самосознания личности обучающегося, приводящей в действие мотивы саморазвития и актуализирующей внутренний его потенциал. Основные ориентиры работы образовательного учреждения по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся О.С. Литовченко [3, с. 695] определяет как: диагностическое, ориентированное на анализ трудностей, проблем, потенциальных возможностей психолого-педагогического сопровождения; просветительское, позволяющее значительно повысить компетентность и результативность работы в аспектах «Я-другие», «Я-сам», «Я-профессиональная деятельность», «Я-мир»; консультационное, предусматривающее, что специалисты оказывают содействие обучающимся в самопознании, адекватной самооценке и адаптации к реальным жизненным условиям, формирование ценностно-мотивационной сферы, преодолении кризисных ситуаций и достижение эмоциональной устойчивости, способствующей непрерывному личностному росту и саморазвитию; развивающее, создающее условия для приобретения умений и навыков социального взаимодействия, становления личностных свойств, развития способностей социальной адаптации; психологическая коррекция как активное психолого-педагогическое воздействие, направленное на устранение отклонений в личностном развитии, на гармонизацию личности и межличностных отношений.

С точки зрения В.Е. Медведевой, Крыжевская Н.Н., Кусакина Е.А. в ходе психолого-педагогического сопровождения иностранных студентов в вузе необходимо ориентироваться на особенности протекания данного процесса у иностранных обучающихся, его особенности, взаимодействие с различными составляющими личности [2, с. 329]. С учетом важности и необходимости включения иностранных студентов в новое для них социокультурное пространство и образовательную систему нами реализована в образовательном процессе вуза программа психолого-педагогического сопровождения по развитию эмоциональной устойчивости иностранных студентов. Процесс межкультурной адаптации для данной категории обучающихся часто вызывает выраженный дистресс и эмоциональные трудности. Проведенная диагностика сформированности эмоциональной устойчивости иностранных студентов показала, что более трети иностранных студентов демонстрируют низкий уровень межкультурной адаптации, соответственно, необходимо создать условия для её развития.

Психолого-педагогическое сопровождение иностранных студентов в аспекте развития эмоциональной устойчивости может помочь в профилактике психологических проблем обучающихся, в снижении выраженности тревожных и депрессивных тенденций, профилактике конфликтных ситуаций в новой среде и общему повышению уровня межкультурной адаптации. Таким образом, реализация программы способствует не только личностному развитию иностранных студентов, но и улучшению общего климата в многонациональных коллективах вузов.

Программа психолого-педагогического сопровождения иностранных студентов по развитию эмоциональной устойчивости была реализована с целью повышения уровня межкультурной адаптации, развития культурного и эмоционального интеллекта, социальной и этнической толерантности. Работа осуществлялась поэтапно по направлениям: диагностическому, просветительскому, технологическому.

Включение этапа психодиагностики в программу развития эмоциональной устойчивости и межкультурной адаптации иностранных студентов основывается на соблюдении принципов научности, системности, поэтапности и объективности. Выявленные в процессе диагностического этапа индивидуальные возможности и особенности иностранных студентов помогут, при необходимости, разработать персонализированные стратегии поддержки и обучения, а также мониторить прогресс студентов. То есть, психодиагностика способствует более глубокому пониманию потребностей студентов и созданию комфортной образовательной среды.

Наличие этапа психолого-педагогического просвещения в комплексной программе развивает осведомленность иностранных студентов, а также реализует связь теории и практики. Онлайн-информационное пространство способствует обмену опытом и поддержке среди студентов, что помогает укрепить чувство принадлежности. В целом, психолого-педагогическое просвещение ориентировано

на профилактику стресса, связанного с межкультурной адаптацией, и способствует оптимальной интеграции обучающихся в социокультурную среду.

Развивающий этап предлагает иностранным обучающимся конкретные возможности для осуществления контроля за своими эмоциями и адаптации к новому культурному пространству.

Закрепляющий этап с ситуационными ролевыми играми и групповыми упражнениями важен, потому что он дает возможность обучающимся активно использовать полученные теоретические знания в практической деятельности, что способствует эффективности учебной деятельности. Эти активности помогают развивать навыки взаимодействия, способствуют формированию доверия в группе и улучшают межкультурное понимание. Кроме того, ролевые игры создают безопасную среду для экспериментов и ошибок, что важно для развития эмоциональной устойчивости. Таким образом, закрепляющий этап способствует интеграции полученных знаний в реальную жизнь, что делает программу более эффективной и значимой.

Поддерживающий этап с формированием групп поддержки и кураторства необходим для создания безопасного пространства для обмена опытом и эмоциональной поддержки среди местных и иностранных студентов. Такие группы способствуют укреплению связей, помогают справляться с трудностями адаптации и развивают чувство принадлежности. К тому же, кураторы могут направлять и мотивировать студентов, а также предоставлять необходимую информацию и ресурсы.

Завершающий этап и этап корректировки также основывается на соблюдении принципов научности, системности, поэтапности и объективности.

Все этапы программы вместе создают комплексный подход к психолого-педагогическому сопровождению иностранных студентов, способствуя их интеграции и успешному обучению, а также созданию более гармоничной и поддерживающей образовательной среды.

Литература.

1. Долгова В.И. *Эмоциональная устойчивость личности* / В.И. Долгова, Г.Ю. Гольева. М.: Изд-во «Перо», 2014. 173 с.
2. Крыжжевская Н.Н., Кусакина Е.А. *Возможности позитивной психологии в развитии эмоциональной устойчивости студентов* // Проблемы современного педагогического образования. 2023. №78-1. С. 329-331.
3. Литовченко О.С. *Содержание психолого-педагогического сопровождения профессионального здоровья педагога*. // Молодой ученый. 2014. №4. С. 695-697.
4. Мардахаев Л.В. *Социальная педагогика: Учебник*. М.: Гардарики, 2005. 269 с.
5. Ручкова Н.А., Чорбоджиоглы М.Б. *Эмоционально-личностные факторы адаптивности иностранных студентов* // Science Time. 2016. №1 (25). С. 434-436.
6. Серых А.Б., Морозов Ю.Е., Будиловский Г.Н., Лифинцева А.А. *Эмоциональная дезадаптация и психосоматическое здоровье юношей и девушек* // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. 2011. № 4. С. 60-68.
7. Слюсарев Ю.В. *Психологическое сопровождение как фактор активизации саморазвития личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук*. СПб., 1992. С. 136.
8. Цечоева Р.Х. *Факторы и условия формирования эмоциональной устойчивости студентов в условиях образовательной среды вуза* // Мир науки, культуры, образования. 2016. №3 (58). С. 209-210.

Literature.

1. Dolgova V.I. *Emotional stability of personality* / V.I. Dolgova, G.Yu. Golyeva. Moscow: Pero Publishing House, 2014. 173 p.
2. Kryzhevskaya N.N., Kusakina E.A. *Possibilities of positive psychology in developing students' emotional stability* // Problems of modern pedagogical education. 2023. No. 78-1. Pp. 329-331.
3. Litovchenko O.S. *Contents of psychological and pedagogical support for a teacher's professional health*. // Young scientist. 2014. No. 4. Pp. 695-697. 4. Mardakhaev L.V. *Social pedagogy: Textbook*. Moscow: Gardariki, 2005. 269 p.
5. Ruchkova N.A., Chorbodzhioglu M.B. *Emotional and personal factors of adaptation of foreign students* // Science Time. 2016. No. 1 (25). P. 434-436. 6. Serykh A.B., Morozov Yu.E., Budilovsky G.N., Lifintseva A.A. *Emotional maladaptation and psychosomatic health of young men and women* // Bulletin of the Immanuel Kant Baltic Federal University. 2011. No. 4. P. 60-68.
7. Slyusarev Yu.V. *Psychological support as a factor in activating personal self-development: author's abstract. diss. ... candidate of psychological sciences*. St. Petersburg, 1992. P. 136.
8. Tsetchoeva R.Kh. *Factors and conditions for the formation of students' emotional stability in the educational environment of the university* // World of science, culture, education. 2016. No. 3 (58). P. 209-210.