

На правах рукописи

ТАГИЛЬЦЕВА ЕЛЕНА ВЛАДИМИРОВНА

**ДИНАМИКА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ-
МИГРАНТОВ В КОНТЕКСТЕ ТРЕХУРОВНЕВОЙ АДАПТАЦИИ
(СОЦИОКУЛЬТУРНАЯ, ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ И АКАДЕМИЧЕСКАЯ)**

5.3.6. Медицинская психология (медицинские науки)

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание ученой степени

кандидата медицинских наук

Москва – 2024

Работа выполнена в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Новосибирский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации

Научный руководитель:

доктор медицинских наук, доцент

Султанова Аклима Накиповна

Официальные оппоненты:

Корнетов Александр Николаевич – доктор медицинских наук, федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Сибирский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, кафедра фундаментальной психологии и поведенческой медицины, исполняющий обязанности заведующего кафедрой

Николаев Евгений Львович – доктор медицинских наук, профессор, федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Чувашский государственный университет имени И.Н. Ульянова» Министерства науки и высшего образования Российской Федерации, кафедра социальной и клинической психологии факультета управления и социальных технологий, заведующий кафедрой

Ведущая организация:

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Ставропольский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации

Защита диссертации состоится « 05 » июня 2024 г. в 11 часов на заседании диссертационного совета 21.2.016.09 при Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Российский университет медицины» Министерства здравоохранения Российской Федерации, по адресу: 115419, г. Москва, ул. Донская д. 43.

Почтовый адрес: 127006, г. Москва, ул. Долгоруковская, д. 4.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке ФГБОУ ВО «Российский университет медицины» Минздрава России (127206, г. Москва, ул. Вучетича, д.10, стр. 2) и на сайте <https://dissov.msmsu-portal.ru>

Автореферат разослан « _____ » _____ 2024 года

Ученый секретарь

диссертационного совета 21.2.016.09,

кандидат медицинских наук, доцент

Гаджиева Уммурайзат Хизриевна

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования и степень ее разработанности

Тенденция образовательного процесса последних десятилетий связана с расширением контингента иностранных студентов в российских вузах (Николаев Е.Л. и др., 2021; Цыганков Б.Д. и др., 2022; Корнетов А.Н. и др., 2022). Академическая успешность в ситуации миграции сопряжена с уровнем как психологической, так и социокультурной адаптации (Овчинников А.А. и др., 2022; Султанова А.Н. и др., 2022; Малыгин В.Л., Малыгин Я.В., и др., 2022;). Рассматриваемые компоненты адаптации студентов-мигрантов выступают как взаимоподдерживающий механизм – трудности адаптации к новой среде влияют на академические успехи и снижают общее благополучие иностранных студентов, а также сопряжены с расстройствами приспособительных реакций (F43.2) (Ялтонский В.М., Сирота Н.А., 2023). Наличие фоновых стрессовых факторов дестабилизирует соматическое состояние студента-мигранта, а в контексте психолого-психиатрических показателей наблюдается усиление тревожности, импульсивности, снижается уровень мотивации к обучению и социальному взаимодействию (Короленко Ц.П. и др., 2007; Бохан Н.А. и др., 2008; Менделевич В.Д. и др., 2012; Боев И.В. и др. 2018; Джангильдин Ю.Т. и др., 2018; Александровский Ю.А. и др. 2019; Положий Б.С. и др., 2023; Бузина Т.С. и др., 2023).

Важно отметить, что на успешность адаптации студентов-мигрантов влияет его психоэмоциональное состояние (Маклаков А.Г., 2011). Стрессовая ситуация переезда ассоциируется с особенностью эмоционального реагирования, выступая доминирующим в психологическом статусе студентов-мигрантов – фиксация в лично значимой ситуации сопряжена с формированием психоэмоциональной доминанты.

Цель исследования состоит в изучении динамики психоэмоционального состояния студентов-мигрантов в контексте трехуровневой адаптации (социокультурная, психологическая и академическая).

Объектом исследования в данной работе является психоэмоциональное состояние студентов-мигрантов. **Предмет исследования:** изменение психоэмоционального состояния студентов-мигрантов в контексте трехуровневой адаптации (социокультурная, психологическая и академическая).

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ психологических исследований трехуровневой адаптации студентов-мигрантов.

2. Выявить кросскультуральные особенности психоэмоциональной сферы студентов в контексте успешности адаптации (социокультурная, психологическая и академическая).

3. Проанализировать психоэмоциональные факторы-предикторы реагирования в стрессовой ситуации переезда и адаптации к культуре и академическому образованию студентов разных вузов.

4. Выявить особенности тревожно-невротической симптоматики как фоновых показателей низкоадаптивных проявлений.

5. Определить ведущие психокоррекционные мишени в контексте анализа взаимосвязей показателей эмоционально-личностной сферы студентов-мигрантов.

6. Разработать и эмпирически верифицировать программу психологической коррекции нарушений адаптации студентов.

Научная новизна исследования

Впервые выделены и описаны два критерия оценки адаптированности студента-мигранта: внешний и внутренний. Проявление внешнего критерия связано с социальными действиями мигранта, такими как знание языка, внешнее принятие культуры принимающей страны, успешная профессиональная деятельность и другими. Оценка по внешним критериям не позволяет судить о степени адаптации мигранта. Часто внешне благополучный мигрант демонстрирует негативные внутренние (психологические) показатели адаптивности, связанные с динамической частью алекситимического типа реагирования (снижение понимания эмоций, проявления психологических защит дистанцирования и совладающих стратегий избегания) являющегося предиктором

расстройства приспособительных реакций (F43.2). Важно отметить, что принимающая сторона может позитивно влиять на сроки и степень адаптации студентов-мигрантов учитывая три уровня социокультурный, психологический и академический.

Психокоррекционная программа, построенная с учетом вышеуказанных критериев, оптимизирует адаптивные стратегии, что приводит к снижению показателей алекситимической и невротической симптоматики. Комплексная диагностика с помощью выявленной структуры критериев позволит более точно оценивать психоэмоциональный статус и уровень адаптации мигранта.

Теоретическая значимость

Заключается в том, что детально изучена динамика изменения психоэмоционального состояния студентов-мигрантов в процессе обучения в российском вузе. Показано увеличение психоэмоциональной напряженности в ходе социальной адаптации мигрантов, редукция взаимосвязей факторов стресса с показателями психоэмоциональной сферы и факторами защиты, что позволяет расширить знания о ходе адаптационных процессов.

Практическая значимость

Результаты настоящего исследования могут быть использованы при подготовке рекомендаций иностранным студентам, планирующим обучение в российских вузах, и при разработке методов социально-психологической адаптации студентов-мигрантов, что способствует как повышению их благополучия, так и предупреждению конфликта студентов-мигрантов и коренного населения.

Положения, выносимые на защиту:

1. Необходимость социокультурной адаптации (повышение эмоционального интеллекта) в стране пребывания вызвана тем, что студенты-мигранты, обучающиеся в российских вузах, более подвержены влиянию стрессов, чем студенты-россияне; имеют большую психоэмоциональную напряженность (психологическая адаптация): высокие показатели алекситимии, выраженность

незрелых психологических защит и малоадаптивных копингов, что увеличивает культурную дистанцию и нарушает качество академической адаптации.

2. Для студентов-мигрантов характерна склонность к формированию невротических состояний, по сравнению со студентами-россиянами – студенты-мигранты испытывают сложности в решении проблемных ситуаций в стране переезда и кумулятивный эффект неразрешенных стрессов, что способствует формированию невротических симптомов.

3. Профиль психологических нарушений имеет специфические особенности в зависимости от уровня адаптированности студентов-мигрантов: для пассивно адаптирующихся студентов-мигрантов характерны дезадаптивные психоэмоциональные связи, которые поддерживаются ситуационной тревожностью; для активно адаптирующихся студентов-мигрантов характерно доминирование проактивных вариантов адаптации, что влияет на эффективность как социокультурной адаптации, так и психологической и академической адаптации.

4. Адаптация студентов мигрантов представляет собой полимодальный процесс и психологическое сопровождение требует коррекции с учетом трех основных компонентов: социокультурная, психологическая и академическая.

Степень достоверности результатов обеспечивается подходом, опирающимся на обоснованности исходных теоретических и методических позиций, обоснованными целями и задачами исследования, репрезентативностью выборки участников, использованием валидных методик, статистической значимостью данных, полученных в данном исследовании, сопоставимых с данными других исследователей. Полученные в ходе исследования данные подвергнуты обработке с применением статистического анализа.

Личный вклад автора

Автором разработан дизайн исследования, проведен анализ отечественных и зарубежных научных источников по теме исследования. Автором самостоятельно проведено формирование выборки исследования, разработана анкета на определение уровня осведомленности о российской культуре, проведено

клиническое интервью, анализ результатов тестирования и анкет, статистическая обработка данных. Разработана и апробирована психокоррекционная программа для адаптации студентов-мигрантов к российской культуре.

Внедрение результатов исследования в практику

Результаты диссертационной работы внедрены и используются в практике лечебной работы Государственного автономного учреждения здравоохранения Новосибирской области «Городская клиническая поликлиника № 1» и ООО «Научно-практический центр психического здоровья им. Ц.П. Короленко» г. Новосибирска, а также в педагогической практике Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Новосибирский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации и Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Новосибирский государственный аграрный университет» Министерства сельского хозяйства Российской Федерации.

Публикации. По теме диссертации опубликовано 16 научных работ, шесть из которых опубликованы в рецензируемых научных журналах, рекомендованных ВАК Минобрнауки РФ, 10 – в сборниках материалов конференций, конгрессов.

Структура и объем диссертации. Работа изложена на 182 машинописных страницах, проиллюстрирована 25 таблицами и 9 рисунками. Диссертация состоит из введения, обзора литературы, трех глав, заключения, выводов, практических рекомендаций, списка сокращений и условных обозначений, списка литературы. В списке литературы приведены 290 наименований (в том числе 102 отечественных и 188 иностранных).

СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Характеристика выборки. В исследовании участвовали студенты ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный аграрный университет» Минсельхоза России и ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный медицинский университет» Минздрава России. Критерием включения для участия на начальном этапе исследования служило заполнение добровольного информированного

согласия к участию на всех исследовательских этапах. Методология исследования предполагала разделение основной выборки студентов-мигрантов по уровню психологической адаптации. В качестве критериев формирования групп применена четырехуровневая модель социокультурной адаптации Г.И. Ивановой с соавторами, включающая в себя адаптированных, активно адаптирующихся, пассивно адаптирующихся и дезадаптивных.¹ Дифференциация уровня психологической адаптации студентов-мигрантов проводилась с помощью шкалы оценки психологической дезадаптации мигрантов (ПДМ).² Группу активно адаптирующихся составили 48,8% студентов-мигрантов (n=61) с показателями адаптированности $12 \pm 2,02$ (до 15 баллов); в группу пассивно адаптирующихся включены 51,2% студентов-мигрантов (n=64) со средними показателями адаптированности $23 \pm 4,65$ (выше 16 баллов), демонстрирующих сниженный адаптационный потенциал; важно отметить, что студентов с показателями, которые соответствовали критериям адаптированности и дезадаптированности в изучаемой выборке не выявлены. По заключению врача-психиатра, клинко-синдромальная структура в группе пассивно адаптирующихся студентов-мигрантов не складывалась в завершённую клиническую картину, оставаясь на донологическом уровне (Рисунок 1).

Академическая адаптация в контексте успешности обучения оценивалась по средним баллам экзаменационных сессий за последние два семестра обучения: $3,14 \pm 0,80$ у пассивно адаптирующихся студентов-мигрантов и $3,27 \pm 0,32$ у активно адаптирующихся студентов-мигрантов.

Социокультурная адаптация рассматривалась в контексте внутриличностного компонента в эмоциональной сфере, как способность контролировать свои эмоции, умение корректно предъявлять окружающим свои чувства, наличие конструктивных навыков общения. Общий уровень эмоционального интеллекта пассивно адаптирующихся студентов-мигрантов

¹ Иностраный студент в российском вузе: монография / Г.П. Иванова, Н.Н. Ширкова, О.К. Логвинова. – Москва: РУСАЙНС, 2022. – 138 с.

² Мельничук, М.Г. Психологическая дезадаптация мигрантов: экспресс-скрининг / М.Г. Мельничук // Пензенский психологический вестник. – 2019. – № 1. – С. 16-43.

составляет $72,80 \pm 13,53$ балла, активно адаптирующихся студентов-мигрантов – $80,43 \pm 11,55$.

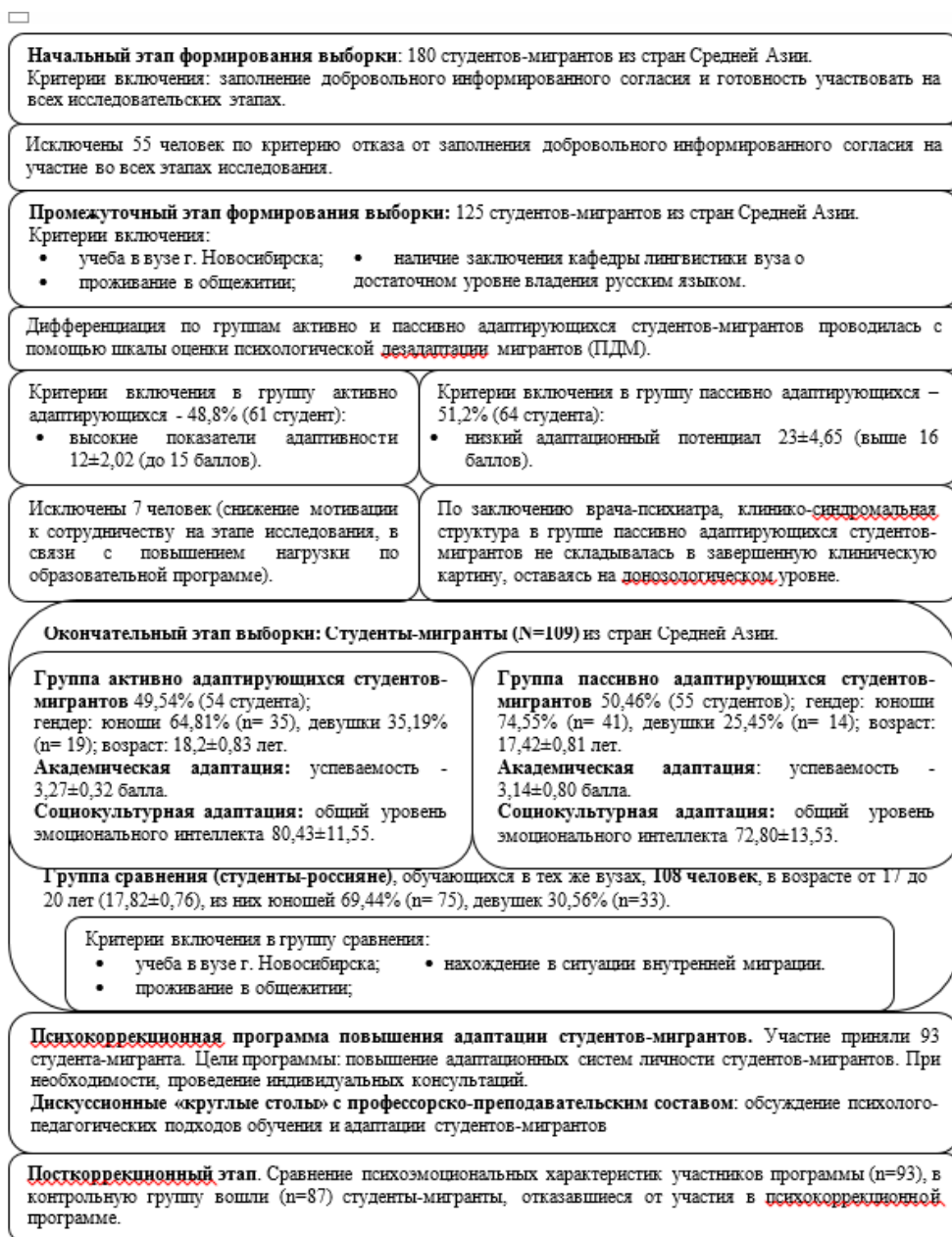


Рисунок 1 – Дизайн исследования

Критерии исключения из группы активно адаптирующихся студентов-мигрантов (n=7): снижение мотивации к сотрудничеству на этапе исследования, в связи с повышением нагрузки по образовательной программе.

Программа психологической коррекции проводилась для всех студентов-мигрантов, участвовавших на диагностическом этапе, в количестве 109 человек; полностью смогли пройти всю психокоррекционную программу 93 студента-мигранта; 16 студентов-мигрантов выбывали на разных этапах программы в связи

с пропусками, связанными с острыми респираторными заболеваниями. Контрольная группа сформирована из 87 студентов-мигрантов, участвовавших на диагностическом этапе формирования выборки, но отказавшихся от дальнейшего участия в психокоррекционной программе.

Использованы следующие апробированные психодиагностические методики: шкала оценки психологической дезадаптации мигрантов (ПДМ);³ Торонтская алекситимическая шкала – 26;⁴ опросник эмоционального интеллекта «ЭМИН» Д.В. Люсина;⁵ шкала воспринимаемого стресса – 10;⁶ опросник повседневных стрессоров;⁷ методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Холмса и Раге;⁸ методика «Индекс жизненного стиля»;⁹ опросник «Копинг-стратегии» Р. Лазаруса;¹⁰ шкала тревоги Спилбергера-Ханина⁸ и скрининг-методика экспресс-диагностики невроза Хека-Хесса.⁸

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Для студентов-мигрантов характерны низкие значения эмоционального интеллекта (по данным авторов методики) в контексте межличностного взаимодействия ($36,98 \pm 7,30$) и по шкале «Общий уровень эмоционального интеллекта» ($76,58 \pm 13,10$). «Внутриличностный эмоциональный интеллект» у студентов россиян ($44,05 \pm 8,68$) выше, чем у студентов мигрантов ($40,23 \pm 7,82$) (при $p \leq 0,01$). Данный механизм выступает как высокоадаптивный, он помогает студенту-мигранту ситуативно контролировать свои предъявления внешних

³ Мельничук, М.Г. Психологическая дезадаптация мигрантов: экспресс-скрининг / М.Г. Мельничук // Пензенский психологический вестник. 2019. – № 1. – С.16-43.

⁴ Торонтская шкала алекситимии (20 пунктов): валидизация русскоязычной версии на выборке терапевтических больных / Е.Г. Старостина, Г.Д. Тэйлор, Л.К. Квилти [и др.] // Социальная и клиническая психиатрия. – 2010. – № 4. – С. 31-38.

⁵ Люсин, Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИН / Д.В. Люсин // Психологическая диагностика. – 2006. – № 4. – С. 3-22.

⁶ Валидизация русскоязычной версии опросника «Шкала воспринимаемого стресса-10» / В.А. Абабков, К. Барышникова, О.В. Воронцова-Венгер [и др.] // Вестник Санкт-Петербургского университета. – 2016. – № 2. – С. 16-26.

⁷ Опросник повседневных стрессоров / М.Д. Петраш, О.Ю. Стрижицкая, Л.А. Головей [и др.] // Психологические исследования. – 2018. – Т. 11, № 57. – 5 с

⁸ Райгородский, Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты / Д. Я. Райгородский – М.: Изд-во Бахрах-М, 2006. – 480 с. – Текст : непосредственный.

⁹ Психологические защиты личности: учебное пособие / О.В. Кружкова, О.Н. Шахматова // Екатеринбург: Издательство Росгоспрофпедуниверситет, 2006 – 153 с. – Текст : непосредственный

¹⁰ Совладающее поведение. Современное состояние и перспективы / ответственные редакторы: А.Л. Журавлев, Т.Л. Крюкова, Е.А. Сергиенко – М. : Институт психологии РАН, 2008. – 474 с. – Текст : непосредственный.

эмоций, что подтверждают значения по шкале «Управление эмоциями» ($40,63 \pm 7,59$).

Показатели внутриличностного интеллекта у активно адаптирующихся студентов-мигрантов выше аналогичных показателей пассивно адаптирующихся студентов-мигрантов, по мере адаптации и достигают среднего уровня ($41,50 \pm 6,63$) за счет усиления навыка управления своими эмоциями ($41,56 \pm 6,23$). Наблюдается рост средних показателей по шкалам «Управление эмоциями» в 59,3% случаев ($n=32$), «Внутриличностный эмоциональный интеллект» в 51,9% случаев ($n=28$), «Общий уровень эмоционального интеллекта» в 48,2% случаев ($n=26$), «Межличностный эмоциональный интеллект» в 38,9% случаев ($n=21$), что формирует показатель «Общий уровень эмоционального интеллекта» в 56% случаев ($n=61$).

Установлено, что студенты-мигранты находятся в большей зоне риска формирования алекситимического типа реагирования (по данным авторов методики) ($69,87 \pm 9,05$), чем россияне ($60,31 \pm 11,38$) (при $p \leq 0,01$). Пассивно адаптирующимся студентам-мигрантам характерны более высокие показатели алекситимического типа реагирования, близкие к пороговым ($72,16 \pm 8,05$) (при $p \leq 0,01$), в то же время группа активно адаптирующихся мигрантов находится в зоне риска формирования алекситимии (по данным авторов методики) ($67,54 \pm 9,49$).

Находясь в ситуации с высоким количеством фрустрирующих факторов, студенты-мигранты предъявляют более выраженную напряженность защит, чем студенты-россияне, в том числе по шкалам «Отрицание», «Компенсация», «Гиперкомпенсация» и «Рационализация» (при $p \leq 0,01$). Психологическая защита «Рационализация» ($55,73 \pm 17,70$) явилась одним из вариантов ухода от ответственности, с помощью которой студенты-мигранты могут оправдывать спорные поступки и реакции, находя им логичное оправдание. Другим вариантом избегания ответственности является активация психологической защиты «Проекция» ($48,78 \pm 20,15$). С целью ситуативного облегчения тревожной симптоматики и страхов студенты-мигранты используют игнорирование очевидных фактов – психологическую защиту «Отрицание» ($52,29 \pm 18,65$), которая

находит выражение, в том числе и в проявлении алекситимического типа реагирования – вытеснении в бессознательное фрустрирующих чувств и эмоций.

Активно адаптирующиеся студенты-мигранты, в отличие от пассивно адаптирующихся, предъявляют более высокое напряжение психологических защит ($p \leq 0,02$). Отсутствие достаточных психоэмоциональных ресурсов для переработки фрустрирующих факторов вынуждают студента-мигранта переходить к более ранним реакциям, не разрешающим проблему, а, следовательно, усиливающим стресс: «Вытеснение» ($42,48 \pm 20,59$), «Регрессия» ($42,48 \pm 20,59$) и «Общая напряженность всех защит» ($47,10 \pm 13,76$).

Стоит отметить, что студенты-мигранты более склонны к осторожному или отсроченному реагированию, обесценивая свои переживания, в том числе, по алекситимическому типу («Дистанцирование», $55,96 \pm 15,83$), в большей степени, чем студенты-россияне ($48,10 \pm 17,63$) (при $p \leq 0,01$). Существенное отличие активно адаптирующихся мигрантов в том, что они начинают заменять «Бегство-избегание» (при $p = 0,02$) на более зрелые стратегии совладания с трудными ситуациями: «Планирование» ($62,55 \pm 16,76$) и «Принятие ответственности» ($59,88 \pm 21,36$), «Положительная переоценка» ($58,73 \pm 17,53$), что увеличивает психоэмоциональное напряжение, выражающееся повышенным уровнем стресса.

Пассивно адаптирующиеся мигранты предпринимают усилия по поддержанию своей самооценки, используя копинг «Положительная переоценка» ($60,17 \pm 17,13$), для анализа своих действий в возникающих ситуациях. Физическая недоступность семьи – ресурса, дающего социальную и психологическую опору, стимулирует студентов-мигрантов к поиску социальной поддержки ($59,90 \pm 19,03$) из любых доступных источников, что в полной мере проявилось в ситуации клинической беседы. Копинг «Самоконтроль» ($59,39 \pm 18,05$), опирающийся на управление своими эмоциями при усиливающемся напряжении, дает сбой, формируя конфликтные ситуации; усиливается тенденция к игнорированию учебных задач и преподавателей по мере роста объема непонятого учебного материала («Бегство-избегание», $52,35 \pm 18,34$).

Анализ показателей воспринимаемого стресса выявил, что как студенты-мигранты ($27,82 \pm 6,35$), так и студенты принимающей стороны ($27,03 \pm 5,35$), отмечают высокую нагрузку стрессовых ситуаций в анамнезе за последний месяц. Студенты-мигранты разной степени адаптации испытывают одинаково высокий уровень перенапряжения (Таблица 1). Однако, активно адаптирующиеся студенты-мигранты увеличивают свою компетентность в российской культуре, развивают новые паттерны межличностного взаимодействия, что формирует перенапряжение психологических защит и копинг-стратегий, отражающихся в показателе противодействия стрессу ($12,41 \pm 3,31$), более высоком, чем у пассивно адаптирующихся студентов-мигрантов ($10,36 \pm 3,57$) (при $p \leq 0,01$).

Таблица 1 – Распределение показателей воспринимаемого стресса студентов разной степени адаптации в условиях миграции^{11,12}

Уровень проявления стресса	Статус студента-мигранта	Средние значения, M±SD	Низкий уровень		Высокий уровень		p-уровень
			N	%	N	%	
Перенапряжение	активно адаптирующиеся	17,04±4,84	16	29,6	38	70,4	0,266
	пассивно адаптирующиеся	15,85±4,63	19	34,5	36	65,5	
Противодействие стрессу	активно адаптирующиеся	12,41±3,31	13	24,1	41	75,9	0,01
	пассивно адаптирующиеся	10,36±3,57	30	54,5	25	45,5	
Воспринимаемый стресс	активно адаптирующиеся	29,44±6,69	14	25,9	40	74,1	0,01
	пассивно адаптирующиеся	26,22±5,61	21	38,2	34	61,8	

Примечание – M – среднее значение, SD – стандартное отклонение, p – уровень статистической значимости, критерий Манна-Уитни.

Адаптация к новой культуре предполагает постепенное снижение давления одних факторов и увеличение значимости других. Общее напряжение стресс-факторов «Работа-дела» и «Взаимоотношения с окружающими» показало динамическое снижение в группе пассивно адаптирующихся студентов-мигрантов

¹¹ Султанова, А.Н. Психологические детерминанты успешной адаптации студентов-мигрантов / А.Н. Султанова, Е.В. Тагильцева, А.С. Станкевич // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2021. – №3. – С 129-147.

¹² Психологические детерминанты "парадокса мигранта" одиноких молодых людей из Средней Азии в России / А.Н. Султанова, Е.Е. Вакнин, Е.В. Тагильцева [и др.] // Психическое здоровье. – 2022. – Т. 17, № 3. – С. 53-62.

(64,45±21,65 43,48±11,59 соответственно) и активно адаптирующихся студентов-мигрантов (57,84±18,49 до и 34,56±14,91, соответственно) (при $p \leq 0,01$). В группе исследуемых нами студентов-мигрантов по мере адаптации происходит привыкание к окружению, снижение раздражения и, как следствие, уменьшение напряжения у пассивно адаптирующихся (36,16±10,02) и у активно адаптирующихся студентов-мигрантов (23,93±9,51) (при $p \leq 0,01$). В процессе адаптации количество студентов-мигрантов, находящихся в стадии истощения адаптивных ресурсов, снижается; высокую ранимость проявляют 61,11% (n=24) пассивно адаптирующихся мигрантов, группа активно адаптирующихся студентов-мигрантов, находящихся в стадии истощения составляет 24% (n=33) (при $p \leq 0,02$).

Анализ тревожности студентов показал, что уровень личностной тревожности, как устойчивого фактора, находится на границе умеренных пределов (31-45) как у мигрантов (44,32±9,72), так и россиян (43,31±10,13). Активно адаптирующиеся к российской культуре студенты-мигранты с лучшими показателями эмоционального интеллекта в динамике, со снижением реагирования по алекситимическому типу, повышением компетентности в российской культуре и прогностичности своего поведения, демонстрируют более низкие показатели ситуационной тревожности (39,35±7,58), чем пассивно адаптирующиеся студенты-мигранты (45,69±8,49) (при $p \leq 0,01$). Снижение реактивных проявлений тревожности положительно влияет на личностную тревожность, формируя показатели активно адаптирующихся мигрантов (40,78±8,24) в сравнении с пассивно адаптирующимися (47,80±9,87) (при $p \leq 0,01$).

Студенты-мигранты в большей степени подвержены риску формирования невротической симптоматики (19,44±7,74), в сравнении со студентами-россиянами (15,18±7,91) (при $p \leq 0,01$). По мере адаптации количество студентов-мигрантов, предъявляющих невротическую симптоматику, снижается: 43,6% (n=24) пассивно адаптирующихся и 25,93% (n=14) активно адаптирующихся.

Ситуационная тревожность у активно адаптирующихся студентов-мигрантов связана с низкой способностью прогнозировать текущие события («Нарушение планов», $r=0,46$, $p \leq 0,01$), что говорит о недостаточно сформированной адаптации к

российской культуре, возникающем чувстве дискомфорта и фрустрации («Окружающая действительность», $r=0,28$, $p\leq 0,05$). Ошибки, возникающие при планировании жизни («Нарушение планов», $r=0,31$, $p\leq 0,05$), совместно со страхом утратить платежеспособность (стресс-фактор «Финансы», $r=0,32$, $p\leq 0,05$), усиливают проявления личностной тревожности. Психологические защиты раннего уровня развития, используемые активно адаптирующимися студентами-мигрантами, связанные в большей степени с вытеснением травмирующих факторов в бессознательное без анализа, а, следовательно, без изменения паттернов, способствуют увеличению как ситуационной тревожности («Вытеснение», $r=0,32$, $p\leq 0,05$; «Регрессия», $r=0,32$, $p\leq 0,05$; «Замещение» $r=0,32$, $p\leq 0,05$; «Отрицание» $r=0,27$, $p\leq 0,05$), так и личностной («Вытеснение», $r=0,34$, $p\leq 0,05$; «Регрессия», $r=0,34$, $p\leq 0,05$; «Замещение» $r=0,27$, $p\leq 0,05$). Использование адаптивных совладающих стратегий снижает как ситуационную тревожность («Планирование» ($r=-0,29$, $p\leq 0,05$) и «Положительная переоценка» ($r=-0,30$, $p\leq 0,05$)), так и личностную («Планирование» ($r=-0,34$, $p\leq 0,05$) и «Положительная переоценка» ($r=-0,33$, $p\leq 0,05$)). Снижение эмоциональных реакций по алекситимическому типу формирует порочный круг «алекситимический тип реагирования – тревожность – невротическая симптоматика – тревожность – алекситимический тип реагирования», как защитный механизм. Вытеснение аффективной сферы в бессознательное в большей степени влияет на ситуационную тревожность ($r=0,45$, $p\leq 0,05$), чем на личностную ($r=0,36$, $p\leq 0,05$). Важно отметить, что невротические симптомы в одинаковой степени влияют как на ситуационную, так и на личностную тревожность ($r=0,55$, $p\leq 0,01$).

Пассивно адаптирующиеся студенты-мигранты не могут быть ситуативно спокойны за свою успешность в обучении (стресс-фактор «Работа – Дела», $r=0,48$, $p\leq 0,01$), испытывая сложности с общением как внутри вуза, так и вовне («Взаимоотношения с окружающими», $r=0,49$, $p\leq 0,01$). В целом, общая «серость» и безрадостность обстановки сибирского города по сравнению с солнечной родиной («Окружающая действительность», $r=0,52$, $p\leq 0,01$) приводит к деструктивному чувству общего физического недомогания («Самочувствие –

одиночество», $r=0,41$, $p\leq 0,01$), проблем со сном, раздражения от погодных условий, короткого светового дня и других («Общее самочувствие», $r=0,47$, $p\leq 0,01$). Сложность с пониманием эмоциональной составляющей общения в большей степени связана с ситуационной тревожностью, которая по мере увеличения понятийного функционала и контроля экспрессии, начинает снижаться («Межличностный эмоциональный интеллект» $r=-0,41$, $p\leq 0,01$; «Внутриличностный эмоциональный интеллект», $r=-0,28$, $p\leq 0,05$; «Понимание эмоций» $r=-0,35$, $p\leq 0,01$; «Управление эмоциями», $r=-0,38$, $p\leq 0,01$; «Общий уровень эмоционального интеллекта», $r=-0,34$, $p\leq 0,01$). В то же время вытеснение неприятных эмоций по алекситимическому типу усиливает проявление ситуационной тревожности. На формирование тревожности, как черты личности, самое сильное влияние оказывает реагирование по алекситимическому типу ($r=0,61$, $p\leq 0,01$) и, связанное с ней, снижение показателя «Общее самочувствие» ($r=0,56$, $p\leq 0,01$).

В настоящую работу включена психокоррекционная программа, состоящая из трех частей. Цель программы – повышение уровня адаптации студентов-мигрантов. В качестве мишеней коррекции, использовавшихся при разработке коррекционной программы, выбраны снижение срока адаптации и тревожной симптоматики. В дополнение к психокоррекционной работе со студентами-мигрантами проводились дискуссионные «круглые столы» с профессорско-преподавательским составом для актуализации педагогических стратегий и подходов работы со студентами-мигрантами.

Методология психокоррекционной работы со студентами-мигрантами предполагала эмпирическую сопоставимость – экспериментальная и контрольная группа на начальном диагностическом этапе (этапе организации программы тренингов) не показали достоверных различий по основным эмоционально-личностным параметрам (при $p\leq 0,05$) (Таблица 2).

Таблица 2 – Распределение показателей в психокоррекционной группе студентов-мигрантов и группе сравнения^{13, 14, 15}

Шкалы	Проверка однородности групп, р-уровень U	Студенты-мигранты, участвовавшие в программе психокоррекции (n=93)			Студенты-мигранты, не участвовавшие в программе психокоррекции (n=87)		
		На начальном этапе	Через 7 месяцев	р-уровень W	На начальном этапе	Через 7 месяцев	р-уровень W
МЭИ	0,506	36,77	42,24	0,01	37,77	37,76	0,32
ВЭИ	0,674	40,17	45,98	0,01	40,37	40,33	0,08
ПЭ	0,436	36,47	45,02	0,01	37,10	37,09	0,32
УЭ	0,649	40,47	43,84	0,01	41,03	41,00	0,08
ОУЭИ	0,388	76,20	88,86	0,01	77,84	77,79	0,05
Ситуационная тревожность	0,664	42,92	38,05	0,01	43,02	42,98	0,10
Личностная тревожность	0,672	45,11	40,29	0,01	44,56	44,49	0,03
АС	0,013	70,34	53,23	0,01	66,23	66,18	0,10
НС	0,560	19,15	16,46	0,01	18,76	18,74	0,16
Академическая успеваемость, средний балл	0,831	3,14	3,27	0,01	3,22	3,23	0,09

Примечание – МЭИ – межличностный эмоциональный интеллект, ВЭИ – внутриличностный эмоциональный интеллект, ПЭ – понимание эмоций, УЭ – управление эмоциями, ОУЭИ – общий уровень эмоционального интеллекта; АС – алекситимический тип реагирования; НС – невротическая симптоматика; р-уровень U критерия Манна-Уитни; р-уровень W критерия Уилкоксона.

По завершении психокоррекционной программы проведена повторная диагностика показателей эмоционального интеллекта, тревожности, алекситимии и невротической симптоматики. Получено улучшение показателей «Межличностный эмоциональный интеллект», «Понимание эмоций», «Общий уровень эмоционального интеллекта» и ситуационной тревожности. Выявлено снижение реакций по алекситимическому типу, подтверждающее, что данный тип реагирования выступал в качестве защитного механизма – при снижении фрустрационной нагрузки снижалась необходимость его применения. Важно отметить, что повышение уровня понимания российской культуры, роста

¹³ Вакнин, Е.Е. Психологические предикаты развития невротической симптоматики у студентов-мигрантов / Е.Е. Вакнин, А.Н. Султанова, Е.В. Тагильцева // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. – 2021. – Т. 11, № 3. – С. 238-249.

¹⁴ Психологические детерминанты "парадокса мигранта" одиноких молодых людей из Средней Азии в России / А.Н. Султанова, Е.Е. Вакнин, Е.В. Тагильцева [и др.] // Психическое здоровье. – 2022. – Т. 17, № 3. – С. 53-62.

¹⁵ Влияние уровня культурной осведомленности студентов-мигрантов на уровень эмоционального интеллекта / А.Н. Султанова, Е.В. Тагильцева, А.С. Станкевич, [и др.] // Международный научно-исследовательский журнал. – 2021. – №7-2 (109). – С. 143-147.

прогностичности ситуаций приводит к снижению тревожности и алекситимического типа реагирования.

По данным администрации вуза, через семь месяцев после начала участия в психокоррекционной программе, у группы студентов-мигрантов улучшались показатели **академической адаптации**, в контексте успеваемости с 3,14 до 3,27 балла (при $p \leq 0,01$). Выросла активность студентов-мигрантов в различных мероприятиях, проводимых вузом («Свеча памяти на День Победы», «день студента», научно-практические конференции), в тьюторском и волонтерском движениях. Таким образом, полученные результаты позволяют говорить, что при должном уважении особенностей культуры студентов-мигрантов, возможно улучшение показателей их адаптированности к культуре российских вузов, что позволит снизить риск формирования невротических и дезадаптационных симптомов.

ВЫВОДЫ

1. Процесс адаптации студентов-мигрантов имеет особенности в зависимости от этапа адаптации.

1.1. На начальных этапах адаптации в контексте социокультурного уровня выявлено снижение межличностного эмоционального интеллекта в аспекте понимания эмоций у студентов-мигрантов, что оказывает влияние на уровень психологической адаптации, вытесняя фрустрирующие чувства и мысли, переходя на алекситимический тип реагирования, являющийся фактором риска при формировании расстройства приспособительных реакций (F43.2).

1.2. По мере адаптации повышается компетентность студентов-мигрантов в контексте защитно-совладающих стратегий, что проявляется комфортностью и конгруэнтностью реагирования, уменьшая культурную дистанцию и повышая активность студента-мигранта в контексте академической адаптации.

2. В стрессовой ситуации переезда и принятия адаптации к культуре и академическому образованию студентов разных вузов ведущими факторами, влияющими на успешность адаптации, выступают как индивидуально-психологические особенности студентов-мигрантов, так и факторы, связанные со стрессом адаптации.

2.1. Снижение реакций по алекситимическому типу, увеличение показателей эмоционального интеллекта в контексте понимания эмоций делает доступным студенту-мигранту большее количество продуктивных контактов. Однако отсутствие целенаправленной работы по переработке негативных установок и стереотипов снижает возможности студента-мигранта в переработке фрустрирующих факторов, повышает ранимость, увеличивает напряженность психологических защит.

2.2. Столкновение с непонятными для студента-мигранта и часто неприемлемыми нормами социокультурного взаимодействия на начальных этапах адаптации вынуждает их к осторожному реагированию, используя дистанцирование с культурой, включая в репертуар реагирования самоконтроль. Важно отметить, что по мере адаптации студенты-мигранты перестают использовать стратегии ухода (бегство-избегание), осваивая более зрелые

варианты реагирования (принятие ответственности и планирование решения проблем).

3. На начальных этапах адаптации студентов-мигрантов модели реагирования на стрессовые факторы становятся высоко ситуативными, происходит дестабилизация системы внутриличностных черт, что проявляется нарушением связи эмоционального интеллекта с другими сенситивными (актуальными в адаптационном плане) характеристиками, поскольку новая культурная среда предлагает противоречивые модели эмоциональных сигналов. В динамике исследования установлено формирование системы адаптивных связей личностных predispositions и стресс-реагирования в новых культурных условиях. Установлено, что в ситуации адаптации появляется ориентация на решение проблем, что с одной стороны, усиливает внешние аспекты социокультурной адаптации, с другой стороны, формирует яркую внутреннюю дезадаптацию (высокий уровень невротизации на основе личностных предрасположенностей).

4. По результатам исследования процесса адаптации студентов-мигрантов выявлено, что реагирование по алекситимическому типу в большей части остаётся как устойчивая черта личности, однако присутствует динамическая часть, действующая как механизм, позволяющий дистанцироваться от фрустрирующих обстоятельств, близкий к отрицанию и регрессии, что приводит к снижению понимания эмоций и увеличению тревожности, а также формирует предпосылки для невротической симптоматики. Работу с динамической частью реагирования по алекситимическому типу можно использовать в качестве психокоррекционной мишени.

5. Психокоррекционная программа, направленная на оптимизацию адаптационных стратегий студентов-мигрантов, выявила положительную динамику психоэмоционального состояния, что проявилось в снижении тревожности и невротической симптоматики, а также в улучшении показателей эмоционального интеллекта. Использование этнокультуральных особенностей студентов-мигрантов, как ресурсного механизма при формировании программы адаптации, позволяет оптимизировать процесс инкультурации и, как следствие, снизить риск формирования симптомов.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Результаты настоящего исследования могут быть использованы при подготовке рекомендаций иностранным студентам, планирующим обучение в российских вузах и при разработке методов социально-психологической адаптации студентов-мигрантов, что будет способствовать как повышению их благополучия, так и предупреждению возможных конфликтов между студентами-мигрантами и коренным населением.

2. Во время формирования академических групп рекомендуется обеспечивать преобладание студентов-россиян, уменьшая культурную дистанцию и повышая коммуникативную активность студентов-мигрантов, что позволит сократить сроки социокультурной адаптации.

3. С целью улучшения академической адаптации студентов-мигрантов администрации вузов рекомендуется проводить дискуссионные «круглые столы» с профессорско-преподавательским составом; фасилитировать обсуждения особенностей восприятия изучаемой информации студентами-мигрантами; формировать эффективную совокупность средств, приемов и способов педагогической коммуникации с учетом личностных особенностей студентов-мигрантов.

4. С целью улучшения психологической адаптации студентов-мигрантов рекомендуется использовать психокоррекционную программу, направленную на оптимизацию адаптационных стратегий студентов-мигрантов, включающую занятия с культурными интеграторами и социально-психологические тренинги.

СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ**В изданиях, рекомендованных ВАК Минобрнауки России:**

1. Клинико-динамическая характеристика тревожных расстройств, сочетанных с депрессивными состояниями, в условиях смены места жительства / Б. Д. Цыганков, А. А. Овчинников, А. Н. Султанова [и др.] // Вестник неврологии, психиатрии и нейрохирургии. – 2019. – № 11. – С. 19-23. – DOI 10.33920/med-01-1910-03
2. Влияние уровня культурной осведомленности студентов-мигрантов на уровень эмоционального интеллекта / А. Н. Султанова, Е. В. Тагильцева, А. С. Станкевич [и др.] // Международный научно-исследовательский журнал. – 2021. – № 7-2(109). – С. 143-147. – DOI 10.23670/IRJ.2021.109.7.062
3. Вакнин, Е. Е. Психологические предикаты развития невротической симптоматики у студентов-мигрантов / Е. Е. Вакнин, А. Н. Султанова, Е. В. Тагильцева // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. – 2021. – Т. 11, № 3. – С. 238-249.
4. Султанова, А. Н. Психологические детерминанты успешной адаптации студентов-мигрантов / А. Н. Султанова, Е. В. Тагильцева, А. С. Станкевич // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. – 2021. – № 3. – С. 129-147. – DOI 10.11621/vsp.2021.03.07
5. Психологические детерминанты "парадокса мигранта" одиноких молодых людей из Средней Азии в России / А. Н. Султанова, Е. Е. Вакнин, Е. В. Тагильцева [и др.] // Психическое здоровье. – 2022. – Т. 17, № 3. – С. 53-62. – DOI 10.25557/2074-014X.2022.03.53-62
6. Особенности реагирования студентов при пандемии в кросскультуральном контексте / Б. Д. Цыганков, А. А. Овчинников, А. Н. Султанова [и др.] // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. – 2022. – Т. 122, № 6. – С. 134-138. – DOI 10.17116/jnevro2022122061134

В других изданиях:

1. Тагильцева, Е.В. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и академической успеваемости студентов / Е. В. Тагильцева // Актуальные вопросы психиатрии, неврологии и клинической психологии. Межрегиональная научно-практическая конференция, Тамбов, 30 мая 2019 года. – Тамбов, 2019. – С. 151-153.
2. Тагильцева, Е. В. Особенности стрессоустойчивости студентов-мигрантов / Е. В. Тагильцева // Культура и образование этнических общностей Сибири: традиционные ценности народов России. К 75-летию Победы : Материалы XX межрегиональной научно-практической конференции с международным участием, Новосибирск, 10–12 декабря 2020 года / Составитель М.Н. Бусик-

- Трофимук. – Новосибирск: Новосибирский государственный педагогический университет, 2020. – С. 286-290.
3. Тагильцева, Е. В. Особенности стрессоустойчивости студентов в условиях зарубежной миграции в зависимости от уровня культурной осведомленности / Е. В. Тагильцева // Наука России: Цели и задачи. Международная научно-практическая конференция, Екатеринбург, 10 декабря 2020. Екатеринбург, 2020. – С. 38-42.
 4. Тагильцева, Е. В. Особенности эмоционального интеллекта, алекситимии и невротизации студентов-мигрантов / Е. В. Тагильцева, А. Н. Султанова // Здоровье человека, семьи, общества. Социодинамическая парадигма в психиатрии, наркологии, психотерапии и психологии : сборник материалов Всероссийской конференции с международным участием памяти профессора Цезаря Петровича Короленко, Новосибирск, 11–16 ноября 2020 года / Общероссийская общественная организация «Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига». – Новосибирск: Манускрипт-СИАМ, 2021. – С. 140-142.
 5. Тагильцева, Е. В. Исследование уровня тревожности и невротизации у студентов-мигрантов в Сибири / Е. В. Тагильцева, Д. Е. Баранова // Современные аспекты формирования здорового образа жизни : материалы X региональной научно-практической конференции, Новосибирск, 22 апреля 2022 года. – Новосибирск: Новосибирский государственный медицинский университет, 2022. – С. 155-159.
 6. Тагильцева, Е. В. Взаимосвязь восприятия времени и компонентов здорового образа жизни у студентов-клинических психологов / Е. В. Тагильцева, Е. С. Шестакова, Э. О. Ситникова // Современные аспекты формирования здорового образа жизни : материалы X региональной научно-практической конференции, Новосибирск, 22 апреля 2022 года. – Новосибирск: Новосибирский государственный медицинский университет, 2022. – С. 160-164.
 7. Тагильцева, Е. В. Анализ взаимосвязи параметров ситуативной тревожности студентов-психологов с разным уровнем нервно-психического напряжения в условиях практики / Е. В. Тагильцева, Э. О. Ситникова, Е. С. Шестакова // Россия в XXI веке: образование как важный цивилизационный институт развития и формирования российской культурно-исторической идентичности : Сборник докладов и материалов XXX Моисеевских чтений - научно-практической конференции, Москва, 24–25 марта 2022 года. – Москва: Академия МНЭПУ, 2022. – С. 375-381.
 8. Тагильцева, Е.В. Изменение психологического состояния под влиянием ситуации неопределенности в системе образования / Е. В. Тагильцева, М. А. Чупрунова, Д. С. Сафарова // Россия в XXI веке: образование как важный

цивилизационный институт развития и формирования российской культурно-исторической идентичности : Сборник докладов и материалов XXX Моисеевских чтений - научно-практической конференции, Москва, 24–25 марта 2022 года. – Москва: Академия МНЭПУ, 2022. – С. 191-197.

9. Тагильцева, Е.В. Неподконтрольность действительности как фактор, изменяющий личностные установки у студентов клинической психологии в период пандемии Covid-19 / Е. В. Тагильцева // Научно-практическая конференция «Психиатрия и аддиктология в XXI веке: новые задачи и пути решения», Москва, 22-23 сентября 2022. – Москва.
10. Артамонова, Д. С. Анализ адаптивных стратегий мигрантов в контексте рисков самоповреждающего поведения / Д. С. Артамонова, С. А. Гердюк, Е. В. Тагильцева // Психология и медицина: пути поиска оптимального взаимодействия : Сборник материалов IX международной конференции студентов и молодых ученых, Рязань, 23–24 ноября 2022 года / Редколлегия: Н.В. Яковлева, Н.Н. Уланова, А.В. Баранова, А.А.Бекетова, Н.В. Наместникова, Д.В. Чуканов. – Рязань: Рязанский государственный медицинский университет имени академика И.П. Павлова, 2022. – С. 226-231.

Подписано в печать: 03.04.2024
Объем: 1 усл.п.л.
Тираж: 100 экз. Заказ № 1831
Отпечатано в типографии «Реглет»
119571, г. Москва, ул. Вернадского, 86А
(495) 973-28-32 www.reglet.ru