

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ АКАДЕМИЯ»**

Принята
решением ученого совета
ФГБОУ ВО «СГЮА»
от 29 августа 2025 года,
протокол № 9

**КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА АДАПТАЦИИ
ИНОСТРАННЫХ ОБУЧАЮЩИХСЯ
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ АКАДЕМИЯ»**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Комплексная программа адаптации иностранных обучающихся федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Саратовская государственная юридическая академия» (далее — Программа) определяет цели, задачи, принципы и регламент осуществления психолого-педагогического сопровождения иностранных обучающихся в процессе их включения в образовательную и социокультурную среду в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Саратовская государственная юридическая академия» (далее – Академия).

Реализация Программы обеспечивается центром психологической поддержки (Антикризисным центром) (далее – Центр) и сектором миграционного сопровождения и учета отдела международных связей (далее – сектор), действующими в пределах своих полномочий и в соответствии с утвержденным графиком мероприятий.

Программа применяется в образовательной и социокультурной среде Академии, обеспечивая их согласованность при формировании условий для психологически комфортного пребывания иностранных обучающихся и снижения уровня социальной тревожности.

Психологическая адаптация иностранных обучающихся представляет собой процесс внутреннего перестраивания привычной картины мира и личных установок в ответ на новые социокультурные требования. Иностранные обучающиеся оказываются в условиях принципиально иного социального взаимодействия: нормы поведения, формы общения, ожидания со стороны образовательного пространства и социума требуют от них высокой степени гибкости, устойчивости и эмоциональной включённости.

На начальном этапе обучения иностранные обучающиеся сталкиваются с усиленной нагрузкой на эмоционально-волевую сферу: растёт уровень тревожности, возможны проявления замкнутости, неуверенности, сниженной самооценки. Эти проявления часто усиливаются ограниченностью социальных контактов и отсутствием привычной системы поддержки. В случае отсутствия направленного сопровождения подобные трудности могут перерасти в устойчивые формы дезадаптации.

Адаптация рассматривается как поэтапный, управляемый процесс, реализуемый посредством специально организованных мероприятий профилактического, диагностического, развивающего и коррекционного характера. В ходе реализации Программы иностранные обучающиеся осваивают ключевые элементы социального взаимодействия в новой культурной среде, учатся определять допустимые формы поведения, выстраивать доверительные отношения в учебной группе и обращаться за помощью при необходимости.

Отсутствие своевременной психологической поддержки может привести к социальной дезадаптации – состоянию, при котором иностранный обучающийся не принимает или не понимает нормы нового социума, что ведет

к отчуждению, нарушению поведения, внутренней дезорганизации и отстранённости от учебного процесса.

С целью организации целенаправленной поддержки и мониторинга состояния иностранных обучающихся, Программа включает систему классификации уровней адаптированности, позволяющую определить степень включённости иностранного обучающегося в психологическую, образовательную и социокультурную среду Академии:

стабильная адаптация – иностранный обучающийся демонстрирует устойчивое эмоциональное состояние, активно участвует в учебной и внеучебной деятельности, адаптирован к нормам и ожиданиям среды;

адаптация с незначительными трудностями – наблюдаются эпизодические проявления тревожности, замкнутости или неуверенности, однако иностранный обучающийся способен самостоятельно справляться с возникающими затруднениями;

нестабильная адаптация – выражены частые эмоциональные колебания, наблюдаются признаки отстранённости, сложности в общении, необходимость в регулярной психологической поддержке и наблюдении;

дезадаптация – состояние хронической психологической перегрузки, выраженная изоляция, нарушение норм взаимодействия, ограниченность вовлечённости в образовательную среду, требуется целенаправленная коррекционная работа;

критическая дезадаптация – системное нарушение адаптационного процесса, утрата социальных связей, возможные проявления девиантного поведения, отказ от взаимодействия с учебной средой, необходим индивидуальный план сопровождения и комплексная психологическая помощь.

Риски дестабилизации психоэмоционального состояния, влияющих на процесс адаптации иностранных обучающихся объединены в следующие группы факторов:

физиологические факторы – хроническое переутомление, сбой режима сна и бодрствования, адаптационные соматические реакции (астения, психосоматические симптомы);

психологические факторы – высокая тревожность, эмоциональное напряжение, неустойчивость самооценки, утрата привычного чувства безопасности;

социально-культурные факторы – трудности в понимании новых норм поведения, ощущение инаковости, ограниченность эмоциональной поддержки, отсутствие устойчивых социальных связей, опыт культурного или коммуникативного отчуждения.

Наиболее уязвимым для иностранных обучающихся периодом является начальный этап обучения – первые месяцы пребывания в Академии. Именно в этот период формируется основа адаптационных механизмов, и при отсутствии организованной поддержки могут возникнуть стойкие негативные модели восприятия социокультурной и образовательной среды Академии.

Субъектами Программы выступают специалисты Центра, работники сектора, научно-педагогические работники, кураторы, обучающиеся-наставники, административно-управленческий персонал, иностранные обучающиеся и их родители (законные представители).

Нормативно-правовое обеспечение Программы

Нормативно-правовой базой для разработки Программы являются следующие документы:

Конституция Российской Федерации;

Указ Президента Российской Федерации от 06 марта 1997 года № 188 «Об утверждении перечня сведений конфиденциального характера»;

Семейный кодекс Российской Федерации;

Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 30 декабря 2020 года № 489-ФЗ «О молодежной политике в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 25 июля 2002 года № 115-ФЗ «О правовом положении иностранных граждан в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 18 июля 2006 года № 109-ФЗ «О миграционном учете иностранных граждан и лиц без гражданства в Российской Федерации»;

Конвенция о правах ребенка», одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20 ноября 1989 года;

Приказ Минтруда России от 24 июля 2015 года № 514н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)»;

устав Академии;

Правила внутреннего распорядка обучающихся федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Саратовская государственная юридическая академия»;

Положение о культуре поведения и этике взаимоотношений работников и обучающихся федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Саратовская государственная юридическая академия»;

Рабочая программа воспитания федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Саратовская государственная юридическая академия»;

иные локальные нормативные акты Академии.

1. Общие положения

1.1. Концептуальные и методологические основы и принципы организации адаптационного процесса

Разработка и реализация Программы обусловлена спецификой психоэмоционального состояния иностранных обучающихся, прибывающих на обучение из других культурных, языковых и социальных контекстов. В отличие от обучающихся, ориентированных на продолжение образования в привычной национальной системе, иностранные обучающиеся одновременно сталкиваются с множеством изменений: новой системой взаимодействия, иными формами учебной коммуникации, социальной дистанцией, вызванной культурными различиями, а также отсутствием привычного круга поддержки.

Такая ситуация может провоцировать внутреннюю напряжённость, тревожные состояния, дезориентацию и нарушения в регуляции поведения. В условиях отсутствия адекватной и своевременной психологической помощи эти проявления могут трансформироваться в устойчивые формы социальной дезадаптации, что в свою очередь влияет на академическую успеваемость, поведенческую стабильность и общую удовлетворённость обучением. При этом успешная адаптация требует не столько усвоения новых знаний, сколько перестройки поведенческих моделей, эмоционального восприятия и способности к рефлексии на происходящее в окружающей среде.

Психологическая поддержка иностранных обучающихся направлена на обеспечение устойчивой включённости личности иностранного обучающегося в новую образовательную и социокультурную среду Академии, снижение внутреннего напряжения, восстановление субъективного контроля и развитие навыков гибкого взаимодействия в межкультурной среде. Программа ориентирована на создание структурированных условий, в которых обучающийся сможет безопасно и постепенно освоить новую среду без потери личностной целостности и внутреннего равновесия.

Реализация Программы основывается на следующих принципах:

адресность – мероприятия адаптационного характера планируются и реализуются с учетом индивидуальных особенностей, уровня дезадаптации и эмоционального состояния иностранного обучающегося;

гуманистическая направленность – в центре внимания находится личность иностранного обучающегося, его психологическая безопасность и достоинство;

своевременность – сопровождение осуществляется на ранних этапах выявления признаков дезадаптации, с учётом критических периодов адаптации;

научность – при разработке и реализации Программы учтены достижения науки и практики в области педагогической и социальной психологии и психологии развития;

динамичность – сопровождение учитывает изменения состояния и уровня интеграции иностранного обучающегося в академическую среду;

вовлечённость среды – организация поддержки осуществляется не только на индивидуальном, но и на групповом уровне, в учебной и внеучебной среде.

Методологической основой реализации Программы выступает экопсихологический подход, согласно которому психологическое состояние личности рассматривается как результат взаимодействия человека и окружающей среды. Применительно к контексту межкультурной адаптации иностранных обучающихся данный подход позволяет учитывать не только внутренние психические процессы, но и особенности образовательной и социокультурной среды Академии, потенциально влияющие на поведение, эмоции и отношения. С позиции экопсихологии адаптация рассматривается не как простая реакция на изменение среды, а как активный процесс переосмысления, перестройки и включения в неё на основе формирования устойчивых эмоциональных связей с новой культурой и социальным окружением.

Дополнительно в рамках реализации Программы используется деятельностный подход, адаптированный под формат психологической практики. В Программе он реализуется через активные формы групповой и индивидуальной работы – психообразовательные лекции, тренинги, направленные на развитие навыков саморегуляции, уверенного поведения, а также умения анализировать и осмысливать собственные реакции в новых ситуациях. Применение деятельностного подхода позволяет не только транслировать ценности и нормы образовательной и социокультурной среды Академии, но и формировать через практический опыт эффективные способы поведения, способствующие эмоциональной устойчивости и социальной интеграции. Такой подход обеспечивает иностранному обучающемуся возможность гармонично «прожить» адаптационные ситуации в безопасной среде, получить поддержку и необходимый отклик.

Сочетание экопсихологического и деятельностного подходов позволяет учитывать влияние внешней среды и внутренних психических процессов иностранных обучающихся, а также выстраивать систему психологической помощи, направленную на формирование устойчивых стратегий адаптации иностранных обучающихся через активные формы взаимодействия.

1.2. Цели и задачи Программы

Целью Программы является обеспечение психологической устойчивости иностранных обучающихся и формирование у них адаптивных моделей поведения через развитие коммуникативных навыков, саморегуляции, эмоциональной стабильности и позитивного отношения к новым условиям.

В рамках реализации цели Программы решаются следующие задачи:

снижение уровня тревожности и эмоциональной неустойчивости;
 формирование навыков самоконтроля, уверенного поведения и стрессоустойчивости;

освоение ключевых моделей социального поведения и нормативных ожиданий в образовательной и социокультурной среде Академии;

преодоление состояния социальной изоляции, активизация процессов групповой интеграции;

развитие эмоционального интеллекта, гибкости в межличностном взаимодействии и способности к конструктивному разрешению конфликтов.

Ожидаемые результаты Программы

Ожидаемый результат	Форма учета	Критерий
Повышение уровня эмоциональной устойчивости и саморегуляции	Диагностическое исследование, психометрическая оценка	Уменьшение показателей личностной и ситуативной тревожности, увеличение осознанности и способности к саморегуляции (на среднем уровне и выше)
Развитие устойчивых адаптивных моделей поведения	Диагностическое исследование	Гибкость, способность к адаптации, позитивные поведенческие стратегии в ситуациях неопределённости и культурного различия
Повышение межкультурной компетентности	Диагностическое исследование	Развитая способность к взаимодействию с представителями других культур, толерантность, снижение этноцентризма
Рост учебно-профессиональной мотивации	Диагностическое исследование	Положительная динамика учебной мотивации, преобладание внутренних мотивов, ориентация на профессиональное развитие

1.3. Формы работы

Реализация Программы строится на применении определённых организационно-психологических форм, обеспечивающих эффективное сопровождение иностранных обучающихся на всех этапах адаптационного процесса.

Организационно-методическая работа представляет собой основу реализации Программы и включает в себя подбор и разработку необходимых инструментов, обеспечение согласованности этапов реализации, подготовку локальных нормативных актов, составление графиков мероприятий, методических рекомендаций и информационных материалов. В рамках данной формы работы осуществляется также сбор, структурирование и анализ данных, необходимых для корректной реализации Программы.

Индивидуальная форма работы реализуется в формате очного взаимодействия специалиста Центра и иностранного обучающегося. Включает консультативные встречи, проводимые по запросу, и направлена на решение задач, связанных с личностными затруднениями в период адаптации иностранного обучающегося. При организации индивидуальной работы необходимо вести журнал учета консультативной деятельности с соответствующим кодификатором обращений.

Групповая форма работы используется в ходе реализации просветительско-профилактической и коррекционно-развивающей деятельности. Предусматривает проведение тренингов, лекционных занятий, семинаров, ролевых и деловых игр, направленных на развитие эмоциональной устойчивости, коммуникативных навыков, повышение психологической компетентности и формирование адаптивных моделей поведения.

Группы формируются с учётом этапа адаптационного процесса и задач занятия, в трёх форматах: малые (5–10 человек), средние (10–15 человек), большие (15–25 человек).

Форма дистанционной (онлайн) работы применяется при проведении диагностических процедур, а также при проведении просветительских и профилактических мероприятий. Использование цифровых платформ обеспечивает оперативность сбора данных, охват иностранных обучающихся и возможность их включения в мероприятия вне зависимости от текущего физического присутствия в Академии.

Массовая форма работы предполагает проведение мероприятий с численностью участников до и более 50 человек в рамках просветительско-профилактической деятельности. Включает интерактивные лекции, направленные на формирование базового понимания адаптационных процессов, повышение уровня психологической культуры и профилактику дезадаптивных состояний.

Указанные формы работы являются обязательными для применения в процессе реализации Программы и охватывают как очные, так и дистанционные форматы сопровождения иностранных обучающихся.

2. Этапы реализации Программы

2.1. Первый этап – подготовительный

Подготовительный этап включает:

формирование и актуализацию базы данных иностранных обучающихся, подлежащих включению в программу адаптационного сопровождения;

создание и систематизацию методических материалов, необходимых для реализации направлений работы Программы, включая просветительско-профилактические, коррекционно-развивающие и диагностические мероприятия;

подготовку проектов локальных нормативных актов, приказов, распоряжений и иной документации, регламентирующей порядок и сроки реализации мероприятий Программы.

2.2. Второй этап – входная диагностика

На данном этапе проводится входная психолого-педагогическая диагностика (Приложение № 1), направленная на комплексную оценку личностного адаптационного потенциала иностранных обучающихся и текущего состояния их психологической адаптации к условиям Академии. Диагностика ориентирована на выявление индивидуально-психологических характеристик, обеспечивающих успешное вхождение в образовательную и социокультурную среду Академии.

Под личностным адаптационным потенциалом (Приложение № 2) в контексте данной Программы понимается совокупность индивидуальных характеристик, таких как самоконтроль, уровень коммуникативных навыков, уровень ригидности, состояние учебно-профессиональной мотивации, – каждая из которых является значимым предиктором эффективности адаптационного процесса иностранных обучающихся. Исследование проводится с использованием цифровых технологий в онлайн-формате

в октябре без отрыва от учебной деятельности, под контролем куратора или специалиста Центра.

Диагностический блок включает следующие методики:

«Краткая шкала самоконтроля (BSCS)» (Дж. Тангни в адаптации Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин) – используется для оценки уровня поведенческой саморегуляции, важной при преодолении культурных барьеров и вхождении в новую систему норм;

«Краткая шкала академической мотивации (ШАМ)» (Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин) – позволяет оценить степень выраженности внутренней и внешней учебной мотивации, что критично для устойчивого образовательного поведения в новых условиях;

«Диагностика коммуникативных склонностей (КОС-2)» (В.В. Синявский, Б.А. Федоришин) – направлена на выявление уровня коммуникативной включённости, способности к установлению контактов и взаимодействию в новой социальной среде;

«Диагностика ригидности (Г. Айзенк)» – позволяет определить уровень психологической гибкости, необходимой при смене культурного и образовательного контекста;

«Анкета склонности к делинквентному и аддиктивному поведению (ДАП-П)» – используется для выявления возможных маркеров делинквентного или аддиктивного поведения;

«Интегративный опросник межкультурной компетентности (ИОМК)» (О.Е. Хухлаев, В.В. Гриценко, А.В. Макаручук, О.С. Павлова, Н.В. Ткаченко, Ш.А. Усубян, В.А. Шорохова) – позволяет оценить уровень толерантности, межкультурной восприимчивости и готовности к конструктивному взаимодействию в поликультурной среде.

На аналитическом этапе осуществляется обработка полученных данных с целью выявления иностранных обучающихся, демонстрирующих неблагоприятный профиль адаптационных характеристик. К «группе риска» могут быть отнесены иностранные обучающиеся, у которых по результатам диагностики зафиксированы низкие или критически низкие показатели по одному или нескольким из следующих направлений: выраженное снижение самоконтроля, эмоциональная нестабильность, высокая ригидность, коммуникативная изолированность, отсутствие учебной мотивации, склонность к делинквентному и аддиктивному поведению, а также дефицит межкультурной восприимчивости.

В случае включения иностранного обучающегося в «группу риска» по результатам входной диагностики, дополнительно проводится экспертно-психологическая оценка специалистами Центра, учитывающая данные, полученные от куратора, научно-педагогических работников, обучающихся-наставников, административно-управленческого персонала, а также, при необходимости, от родителей (законных представителей). Результаты такой оценки позволяют уточнить выводы диагностики и определить наиболее адекватную траекторию сопровождения иностранного обучающегося в рамках Программы.

2.3. Третий этап – просветительско-профилактическая работа

Данный этап направлен на просветительское и психопрофилактическое сопровождение всех субъектов Программы, обеспечивающее повышение уровня психологической грамотности, снижение тревожности и формирование устойчивой мотивации к включению иностранных обучающихся в образовательную и социокультурную среду Академии.

Просветительско-профилактическая работа организуется в форме тематических лекций и вебинаров. Тематика мероприятий охватывает ключевые аспекты, оказывающие непосредственное влияние на успешность адаптационного процесса иностранных обучающихся: возрастно-психологические особенности, распознавание признаков возможной дезадаптации, развитие навыков саморегуляции и стрессоустойчивости, освоение моделей здорового поведения, а также формирование основ межкультурной толерантности и принятия.

Участие в данных мероприятиях позволяет субъектам Программы сформировать целостное представление о специфике адаптации иностранных обучающихся, включая особенности их эмоционального реагирования, коммуникативных стратегий и трудностей в освоении новых социальных норм. Это способствует выстраиванию более гибкого и чуткого подхода к сопровождению, повышает уровень эмпатии, предупреждает ошибки в коммуникации и способствует своевременному реагированию на признаки психологического неблагополучия.

Для самих иностранных обучающихся участие в просветительско-профилактических мероприятиях служит важным источником эмоциональной поддержки и ориентации в новой социокультурной и образовательной среде. Эти мероприятия способствуют снижению уровня тревожности, развитию осознанного отношения к собственному состоянию, активизации внутренних ресурсов и формированию позитивной установки на адаптацию. Мероприятия помогают сформировать навыки, необходимые для эффективного и безопасного включения в социокультурную и образовательную среду Академии.

Таблица 1 – просветительско-профилактические мероприятия

№	Тема	Направленность	Форма реализации	Категория слушателей	Содержание мероприятия
1.	«Возрастно-психологические особенности иностранных обучающихся. Маркеры дезадаптации»	Просвещение	Лекция	Кураторы, научно-педагогические работники, административно-управленческий персонал, обучающиеся-наставники, работники сектора	Рассматриваются особенности возрастного развития иностранных обучающихся в контексте адаптации к новой культурной и образовательной среде Академии. Участники знакомятся с признаками эмоциональной

					и поведенческой дезадаптации, получают инструменты для раннего выявления и реагирования на тревожные сигналы
2.	«Особенности организации образовательного процесса»	Просвещение	Лекция	Иностранные обучающиеся	Раскрываются особенности российского высшего образования, академические требования, структура учебного процесса в Академии
3.	«Основы здорового образа жизни студента»	Профилактика	Лекция	Иностранные обучающиеся	Освещаются аспекты сохранения физического и психоэмоционального здоровья: режим дня, питание, активность, восстановление. Обсуждаются последствия игнорирования базовых потребностей и способы выработки полезных привычек в новой среде
4.	«Саморегуляция как метод самопомощи»	Просвещение	Лекция	Иностранные обучающиеся	Обучающимся предоставляются практические инструменты по управлению своим эмоциональным состоянием, преодолению тревожности, напряжения, культурного шока. Уделяется внимание развитию осознанности и способности к восстановлению
5.	«Развитие толерантности как профилактика экстремизма и терроризма в молодёжной	Профилактика	Вебинар	Иностранные обучающиеся	Мероприятие направлено на формирование уважительного отношения к культурным

	среде»				различиям, понимание значения межкультурного диалога и предотвращение конфликтного или делинквентного поведения на почве этнической или религиозной нетерпимости
--	--------	--	--	--	--

2.4. Четвертый этап – коррекционно-развивающая работа

Данный этап является ключевым в реализации Программы и направлен на психологическую поддержку иностранных обучающихся через формирование устойчивых поведенческих стратегий, повышение уровня саморегуляции, развитие коммуникативных и адаптивных навыков, а также снижение уровня психоэмоционального напряжения, вызванного пребыванием в изменённой социокультурной среде.

Коррекционно-развивающая работа организуется на основе методов активного социально-психологического обучения, к которым относятся: групповая дискуссия, психологический тренинг, моделирование поведенческих стратегий, ролевая и деловая игра, работа с метафорическими и проективными техниками, упражнения на саморефлексию и групповую обратную связь.

В структуре данной работы реализуются положения деятельностного подхода, поскольку иностранные обучающиеся включаются в практические задания и ролевые ситуации, в которых формируются и закрепляются навыки эффективного поведения в социокультурной и образовательной среде Академии. Через участие в интерактивных упражнениях иностранные обучающиеся получают возможность осваивать и применять модели конструктивного взаимодействия, что способствует переносу сформированных умений в повседневные межличностные и учебные ситуации.

Одновременно реализуется экопсихологический подход, позволяющий учитывать особенности восприятия иностранными обучающимися социокультурной и образовательной среды Академии. Через совместную работу в безопасном и принимающем пространстве группа иностранных обучающихся постепенно осваивает новую систему норм, правил и форм коммуникации, преодолевая культурный барьер и внутреннюю тревожность. Работа строится на принципах уважения к индивидуальности участника, межкультурной чувствительности и поддержки позитивной самоидентичности.

Коррекционно-развивающие занятия проводятся в групповом формате и включают следующие организационные параметры:

продолжительность одного занятия составляет 90 минут;

ведущим группы является специалист Центра (психолог или педагог-психолог);

производится круговая рассадка участников, как способ формирования атмосферы равноправия и усиления групповой динамики.

Таблица – 2 содержание коррекционно-развивающей работы

№	Название	Направленность	Форма реализации	Содержание мероприятия
1.	«Будем знакомы»	Адаптационно-ориентированная	Тренинговое занятие	Занятие направлено на создание безопасного пространства первого взаимодействия, снижение первичной тревожности, формирование начального уровня доверия в группе, развитие базовых навыков представления себя в новой культурной среде
2.	«Общайтесь – это полезно»	Развивающая	Тренинговое занятие	Иностранцы обучающиеся осваивают модели конструктивного общения, преодолевают языковые и культурные барьеры, учатся распознавать и использовать невербальные сигналы в межличностном взаимодействии
3.	«Ковер мира»	Профилактическая	Тренинговое занятие	Занятие способствует формированию уважительного отношения к представителям различных культур, развитию эмпатии и преодолению стереотипов. Иностранцы обучающиеся учатся воспринимать различие как ресурс, а не угрозу
4.	«Спокойствие, только спокойствие»	Коррекционная	Тренинговое занятие	Цель занятия – развитие навыков саморегуляции, обучение методам

№	Название	Направленность	Форма реализации	Содержание мероприятия
				снятия напряжения, работа с проявлениями тревожности и стрессовых реакций, типичных для миграционного перехода
5.	«Добьемся успехов»	Развивающая	Тренинговое занятие	Иностранные обучающиеся анализируют собственные цели, осознают значимость образования, учатся ставить учебно-профессиональные задачи в условиях новой академической системы. Формируется внутренняя учебная мотивация
6.	«Грани моего Я»	Развивающая	Тренинговое занятие	Занятие ориентировано на укрепление личностной идентичности, развитие уверенности, гибкости и открытости, что критично в условиях смены социокультурной среды
7.	«Здоровье сберегающие компетенции как профилактика дезадаптации»	Профилактическая	Деловая игра	Иностранные обучающиеся актуализируют знания о здоровом образе жизни, обсуждают риски формирования вредных привычек в период адаптации, разрабатывают стратегии самопомощи и повседневной заботы о себе

2.5. Пятый этап – повторная диагностика

На данном этапе реализации Программы проводится повторное психолого-педагогическое исследование (Приложение № 3), направленное на оценку уровня адаптации иностранных обучающихся к образовательной и социокультурной среде Академии. Диагностика проводится в апреле в формате онлайн-опроса с использованием цифровых технологий и осуществляется без отрыва от учебного процесса.

Повторное исследование направлено на сопоставление изменений, произошедших в процессе адаптации, выявление положительной динамики и сохранение рисков, требующих продолжения сопровождения. Исследование позволяет оценить, насколько успешно иностранные обучающиеся преодолели критические адаптационные барьеры, освоились в социокультурной и образовательной среде Академии, стабилизировали эмоциональное состояние и наладили конструктивные формы социального взаимодействия.

Процедура повторной диагностики включает два этапа – диагностический и аналитический.

Диагностический этап – организация и проведение исследования с применением следующих диагностических методик:

«Академическая адаптация студентов» (Р.М. Шамионов, М.В. Григорьева, Е.С. Гринина, А.В. Созонник) направлена на комплексную диагностику шести ключевых компонентов академической адаптации: личностного (самоорганизация, саморегуляция), эмоционально-оценочного (удовлетворённость обучением и образовательной средой), познавательного (умения переработки и усвоения информации), мотивационного (учебно-профессиональная направленность), психофизиологического (уровень напряжения и стресса) и коммуникативного (взаимодействие с одноклассниками, педагогическими работниками, умение выражать мысли), и позволяет выявить, насколько устойчиво сформированы базовые академические и личностные предпосылки успешной адаптации к социокультурной и образовательной среде Академии в условиях смены культурного и языкового контекста, а также определить зоны затруднений, требующих целенаправленного психолого-педагогического сопровождения;

«Карта наблюдения за адаптацией студентов» (И.А. Верченко, К.Ю. Гринева), заполняемая кураторами учебных групп, направлена на фиксацию внешне наблюдаемых поведенческих маркеров адаптации: посещаемость, активность на занятиях, инициатива в коммуникации, включённость в жизнь группы. В контексте работы с иностранными обучающимися карта позволяет объективизировать изменения в социальном функционировании и оценить эффективность поддержки со стороны окружения.

Аналитический этап – включает количественную и качественную обработку полученных данных с целью выявления положительной динамики, закрепления достигнутого уровня адаптации, а также определения иностранных обучающихся, нуждающихся в продолжении психолого-педагогического сопровождения. Результаты анализа обсуждаются внутри команды

специалистов Центра и должны быть использованы при планировании последующих мероприятий адресной поддержки.

2.6. Шестой этап – оценка эффективности проделанной работы

Завершающий этап Программы включает комплексную оценку её результативности на основе анализа данных, полученных в ходе повторной диагностики, а также наблюдений за динамикой психоэмоционального состояния и поведения иностранных обучающихся в процессе их включения в образовательную и социокультурную среду Академии.

Ключевой целью оценки эффективности является определение степени достижения целевых показателей адаптации, таких как формирование устойчивой учебно-профессиональной мотивации, развитие личностных и эмоционально-волевых характеристик, повышение психологической устойчивости, формирование конструктивных поведенческих стратегий в условиях межкультурной среды.

Качественная оценка ориентирована на анализ индивидуального прогресса иностранных обучающихся, отнесённых к «группе риска». Результатом эффективной реализации Программы считается положительная динамика по характеристикам, входящим в структуру личностного адаптационного потенциала (саморегуляция, мотивация, коммуникативные навыки, гибкость), а также снижение проявлений тревожности, замкнутости, эмоциональной нестабильности. Предусматривается, что у части иностранных обучающихся «группы риска» может быть достигнута стабилизация состояния и адаптация без выраженных личностных изменений – такая ситуация требует продолжения психолого-педагогической поддержки и дополнительного сопровождения.

Количественная оценка осуществляется путём сопоставления общего уровня адаптированности иностранных обучающихся во входной и повторной диагностике. Отдельным критерием служит соотношение численности иностранных обучающихся, входящих в «группу риска», и количества иностранных обучающихся с признаками устойчивой дезадаптации по итогам Программы. Снижение количества дезадаптированных иностранных обучающихся по сравнению с исходным числом «группы риска» иностранных обучающихся свидетельствует о частичной эффективности мероприятий.

Если по результатам повторной диагностики в группу дезадаптированных попадают иностранные обучающиеся, не отнесённые изначально к «группе риска», ситуация требует детального экспертного анализа и уточнения психолого-педагогических условий, способствующих проявлению дезадаптационных реакций.

Высоким результатом реализации Программы считается отсутствие иностранных обучающихся с признаками устойчивой дезадаптации, а также наличие положительной динамики по ключевым психологическим показателям у большинства иностранных обучающихся, в особенности представителей «группы риска».

3. Календарно-тематический план реализации Программы

Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
Просветительско-профилактическая работа	Проведение сектором миграционного сопровождения и учета Академии ознакомительных собраний с иностранными обучающимися по вопросам пребывания на территории Российской Федерации, с привлечением представителей органов внутренних дел для разъяснения вопросов, связанных с пребыванием на территории Российской Федерации, а также изменений законодательства для иностранных обучающихся. Реализуется сектором.	Октябрь
	«Возрастно-психологические особенности иностранных обучающихся. Маркеры дезадаптации»	Сентябрь
	«Особенности организации образовательного процесса в Академии»	Сентябрь
	«Основы здорового образа жизни студента»	Октябрь/Ноябрь
	«Развитие толерантности как профилактика экстремизма и терроризма в молодёжной среде»	Март
	«Стресс в жизни и его профилактика»	Май
Входная диагностика	«Краткая шкала самоконтроля» (BSCS) (Дж. Тангни в адаптации Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин)	Октябрь
	«Краткая шкала академической мотивации» (ШАМ) (Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин)	Октябрь
	«Диагностика коммуникативных и организаторских склонностей (КОС-2)» (В.В. Синявский, Б.А. Федоришин)	Октябрь
	«Диагностика ригидности» (Г. Айзенк)	Октябрь
	«Анкета склонности к делинквентному и аддиктивному поведению (ДАП-П)»	Октябрь
	«Интегративный опросник межкультурной компетентности (ИОМК)» (О.Е. Хухлаев, В.В. Гриценко, А.В. Макарчук, О.С. Павлова, Н.В. Ткаченко, Ш.А. Усубян, В.А. Шорохова)	Октябрь
Коррекционно-развивающая работа	«Будем знакомы»	Сентябрь
	«Общайтесь – это полезно»	Октябрь
	«Ковер мира»	Ноябрь
	«Спокойствие, только спокойствие»	Декабрь
	«Добьемся успеха»	Февраль

Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
	«Грани моего Я»	Март
	Здоровье сберегающие компетенции как профилактика дезадаптации	Март/Апрель
Повторная диагностика	«Академическая адаптация студентов» Р.М. Шамионов, М.В. Григорьева, Е.С. Гринина, А.В. Созонник.	Апрель
	«Карта наблюдения за адаптацией студентов» (И.А. Верченко, К.Ю. Гринева)	Апрель
Индивидуальные консультации	Осуществляются по запросу иностранных обучающихся	В течение учебного года

4. Заключительные положения

4.1. Настоящая Программа вступает в силу с момента ее принятия ученым советом Академии.

4.2. Изменения и дополнения в настоящую Программу рассматриваются и принимаются ученым советом Академии.

**Председатель ученого совета,
ректор**

Е.В. Ильгова

**Диагностический инструментарий, используемый для изучения
адаптационного потенциала иностранных обучающихся
(входная диагностика)**

Краткая шкала самоконтроля (BSCS) (Дж. Тангни в адаптации Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин)

Инструкция: Прочитайте утверждения и отметьте, насколько верно каждый из пунктов описывает вас (привычное для вас состояние) по следующей системе: 1- совершенно не согласен, 2- скорее не согласен, 3- нечто среднее, 4- скорее согласен, 5- совершенно согласен.

1. Мне хорошо удается сопротивляться соблазнам.
2. Я с трудом отказываюсь от дурных привычек.
3. Я ленивый (ая).
4. Бывает, что я говорю неуместные вещи.
5. Выбирая между приятным и полезным, я выбираю приятное.
6. Я умею отказываться от того, что для меня вредно.
7. Мне бы хотелось лучше контролировать себя.
8. Я произвожу впечатление очень дисциплинированного человека.
9. Поговорка «семь раз отмерь, один раз отрежь» – не про меня.
10. Иногда я не могу доделать работу, потому что отвлекаюсь на более приятные дела.
11. Мне бывает трудно сконцентрироваться.
12. Мне удается ставить и достигать долгосрочные цели.
13. Иногда я делаю что-то, хотя и знаю, что этого делать не стоит.

Обработка результатов:

Прямые пункты: 1, 6, 8, 12.

Обратные пункты: 2, 3, 4, 5, 7, 9, 10, 11, 13. (Ответы на обратные пункты переводятся в шкалу 5 4 3 2 1 перед подсчетом суммарного балла.)

Нормы для выборки студентов (N=328): M=36,52, SD=8,10

Краткая шкала академической мотивации» (ШАМ) (Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин)

Инструкция: Пожалуйста, внимательно прочитайте каждое утверждение. Используя предложенную шкалу, укажите ответ, который наилучшим образом соответствует тому, что вы думаете о причинах вашей вовлеченности в деятельность.

1. Мне интересно учиться.
2. Учёба доставляет мне удовольствие, я люблю решать трудные задачи.
3. Потому что мне стыдно плохо учиться.
4. У меня нет другого выбора, так как посещаемость отмечается.
5. Мне нравится учиться, потому что это интересно.
6. Я чувствую удовлетворение, когда нахожусь в процессе решения сложных учебных задач.
7. Потому что совесть заставляет меня учиться.
8. Чтобы избежать проблем с деканатом и сессией.
9. Мне просто нравится учиться и узнавать новое.
10. Мне нравится решать трудные задачи и прикладывать интеллектуальные усилия.

11. Потому что учиться – это моя обязанность, которой я не могу пренебречь.
12. Потому что близкие меня будут осуждать, если я стану плохо учиться.
13. Я действительно получаю удовольствие от изучения нового материала на занятиях.
14. Я просто люблю учиться, решать сложные задачи и чувствовать себя компетентным.
15. Потому что, поступив в университет, я должен посещать занятия и учиться.
16. Хожу по привычке, зачем, откровенно говоря, точно не знаю.

Обработка результатов:

Познавательная мотивация – 1, 5, 9, 13,
 Мотивация достижения – 2, 6, 10, 14,
 Интроецированная мотивация – 3, 7, 11, 15,
 Экстернальная мотивация – 4, 8, 12, 16.

При обработке результатов тестирования необходимо подсчитать средний показатель по каждой шкале опросника.

Диагностика коммуникативных и организаторских склонностей (КОС-2) (В. В. Сиявский, Б. А. Федоришин)

Инструкция: на каждый вопрос следует ответить «да» или «нет». Если вы затрудняетесь в выборе ответа, необходимо все-таки склониться к соответствующей альтернативе (+) или (-). Время на выполнение методики 10-15 минут.

1. Есть ли у вас стремление к изучению людей и установлению знакомств с различными людьми?
2. Нравится ли вам заниматься общественной работой?
3. Долго ли вас беспокоит чувство обиды, причиненной вам кем-либо из ваших товарищей?
4. Всегда ли вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
5. Много ли у вас друзей, с которыми вы постоянно общаетесь?
6. Часто ли вам удается склонить большинство своих товарищей к принятию ими вашего мнения?
7. Верно ли, что вам приятнее и проще проводить время за книгами или за каким-нибудь другим занятием, чем с людьми?
8. Если возникли некоторые помехи в осуществлении ваших намерений, легко ли вам отказаться от своих намерений?
9. Легко ли вы устанавливаете контакты с людьми, которые старше вас по возрасту?
10. Любите ли вы придумывать или организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
11. Трудно ли вам включаться в новые для вас компании (коллективы)?
12. Часто ли вы откладываете на другие дни дела, которые нужно было выполнить сегодня?
13. Легко ли вам удается устанавливать контакты и общаться с незнакомыми людьми?
14. Стремитесь ли вы добиться того, чтобы ваши товарищи действовали в соответствии с вашим мнением?
15. Трудно ли вы осваиваетесь в новом коллективе?
16. Верно ли, что у вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обещаний, обязательств, обязанностей?
17. Стремитесь ли вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком?
18. Часто ли при решении важных дел вы принимаете инициативу на себя?

19. Раздражают ли вас окружающие люди и хочется ли вам побыть одному?
20. Правда ли, что вы плохо ориентируетесь в незнакомой для вас обстановке?
21. Нравится ли вам постоянно находиться среди людей?
22. Возникает ли у вас раздражение, если вам не удастся закончить начатое дело?
23. Испытываете ли вы затруднение, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
24. Правда ли, что вы утомляетесь от частого общения с товарищами?
25. Любите ли вы участвовать в коллективных играх?
26. Часто ли вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы ваших товарищей?
27. Правда ли, что вы чувствуете себя неуверенно среди незнакомых людей?
28. Верно ли, что вы редко стремитесь доказать свою правоту?
29. Полагаете ли вы, что вам не представляет особого труда внести оживление в малознакомую группу?
30. Принимаете ли вы участие в общественной работе в школе (на производстве)?
31. Стремитесь ли вы ограничить круг своих знакомых?
32. Верно ли, что вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно не сразу было принято товарищами?
33. Чувствуете ли вы себя непринужденно, попав в незнакомый коллектив?
34. Охотно ли вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?
35. Правда ли, что вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?
36. Часто ли вы опаздываете на деловые встречи, свидания?
37. Верно ли, что у вас много друзей?
38. Часто ли вы оказываетесь в центре внимания своих товарищей?
39. Часто ли вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?
40. Правда ли, что вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

Обработка результатов:

Коммуникативные склонности	Ответы
	(+) да 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37
	(-) нет 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39
Организаторские склонности	(+) да 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38
	(-) нет 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40

За каждый ответ «да» или «нет» для высказываний, совпадающих с отмеченными в ключе отдельно по соответствующим склонностям, приписывается один балл. Максимальное количество баллов отдельно по каждому параметру – 20.

Сумма баллов	1-4	5-8	9-12	13-16	17-20
Уровень	Очень низкий	Низкий	Средний	Высокий	Высший

Методика «Диагностика ригидности» (Г. Айзенк)

Инструкция: Если вы полностью согласны с утверждениями по тем или иным особенностям поведения, представленными в опроснике, то рядом с номером утверждения ставьте 2 балла, если согласны в принципе — 1 балл, если не согласны — 0 баллов.

1. Мне трудно менять привычки.
2. Я с трудом переключаю внимание.
3. Я очень настороженно отношусь ко всему новому.
4. Меня трудно переубедить.
5. Нередко у меня не выходят из головы мысли, от которых следовало бы освободиться.
6. Я трудно сближаюсь с людьми.
7. Меня расстраивают даже незначительные нарушения плана.
8. Нередко я проявляю упрямство.
9. Я неохотно иду на риск.
10. Я резко переживаю отклонения от принятого мною режима.

Обработка результатов:

Подсчитывается сумма баллов, проставленных в соответствии с инструкцией.

При сумме 0—7 баллов — мобильное мышление, присуща легкая переключаемость с одной установки на другую.

При сумме 8—14 баллов — умеренно мобильное мышление.

При сумме 15—20 баллов — сильно выраженная ригидность, принятый план действия или поступка меняется под влиянием новых обстоятельств с большим трудом.

Анкета склонности к делинквентному и аддиктивному поведению (ДАП-II)

Инструкция: Прочитайте утверждения и отметьте, насколько верно каждый из пунктов описывает вас (привычное для вас состояние) по следующей системе: 0 — нет, это совсем не так, 1 — пожалуй, так, 2 — верно, 3 — совершенно верно.

1. Я хорошо понял инструкцию к данной методике.
2. Люди, с которыми я пытаюсь находиться в дружеских отношениях, очень часто причиняют мне боль.
3. «За компанию» с товарищами я могу принять большое количество алкоголя.
4. Я считаю, что в некоторых ситуациях жизнь может потерять ценность для человека.
5. Я бываю излишне груб(а) с окружающими.
6. Мои друзья рассказывали, что в некоторых ситуациях они испытывали необычные состояния: видели красочные и интересные видения, слышали странные звуки и др.
7. Мои близкие друзья частенько уклонялись от учебных занятий (воспитательных мероприятий), считая их скучными, неинтересными.
8. Среди моих друзей были такие, которые вели такой образ жизни, что мне приходилось скрывать свою дружбу от родителей.
9. Мне кажется, окружающие плохо понимают меня, не ценят и недолюбливают.
10. В последнее время я замечаю, что стал(а) много курить. Это помогает мне отвлечься от проблем и хлопот.
11. Бывало, что по утрам у меня дрожали руки и голова просто «раскалывалась».
12. Я всегда стремился(лась) к дружбе с ребятами, которые были старше меня по возрасту.
13. Не могу заставить себя бросить курить, хотя знаю, что это вредно.
14. В состоянии агрессии я способен(а) на многое.
15. Среди моих близких родственников (отец, мать, братья, сестры) были судимые

лица.

16. Часто я испытывал чувство невесомости тела, отрешенности от окружающего мира, нереальности происходящего.

17. На подрастающее поколение влияет так много обстоятельств, что усилия родителей и педагогов по их воспитанию оказываются бесполезными.

18. Если кто-нибудь виноват в моих неприятностях, я найду способ отплатить ему тем же.

19. Приятели, с которыми я дружу, не нравятся моим родителям.

20. Я считаю, что можно оправдать людей, выбравших добровольную смерть.

21. Я привык(ла) считать, что «око за око, зуб за зуб».

22. Я всегда раз в неделю выпиваю.

23. Если кто-то причинил мне зло, я отплачу ему тем же.

24. Бывало, что я слышал(а) голоса внутри моей головы, звучание собственных мыслей.

25. Смысл жизни не всегда бывает ясен, иногда его можно потерять.

26. У меня есть друзья, которые любят смотреть «мультимики» после приема разных веществ.

27. В районе, где я проживаю, есть молодежные тусовки, которые активно враждуют между собой.

28. В последнее время, чтобы не сорваться, я вынужден(а) принимать успокоительные средства.

29. Я пыталась(лся) освободиться от некоторых пагубных привычек.

30. Я не осуждаю людей, которые совершают попытки уйти из жизни.

31. Употребляя алкоголь, я часто превышал свою норму.

32. Мои родители и родственники высказывали опасения в связи с моими выпивками.

33. В последнее время я часто испытывал(а) стресс, поэтому принимал(а) успокоительные средства.

34. Выбор добровольной смерти человеком в обычной жизни, безусловно, может быть оправдан.

35. В нашей школе был принят «ритуал прописки» новичков, и я активно в нем участвовал.

36. В последнее время у меня подавленное состояние, будущее кажется мне безнадежным.

37. У меня были неприятности во время учебы в связи с употреблением алкоголя.

38. Мне неприятно вспоминать и говорить о некоторых случаях, которые были связаны с употреблением алкоголя.

39. Мои друзья умеют хорошо «расслабиться» и получить удовольствие.

40. Можно согласиться с тем, что я не очень-то склонен выполнять многие законы, считая их неразумными.

41. Среди моих близких друзей были такие, которые часто уходили из дома, бродяжничали и т.д.

42. Я считаю, что мой отец злоупотреблял (злоупотребляет) алкоголем.

43. Я люблю играть в азартные игры. Они дают возможность «встряхнуться», «поймать свой шанс».

44. Я понимаю людей, которые не хотят жить дальше, если их предадут родные и близкие.

45. Я не осуждаю друзей, которые курят «травку».

46. Нет ничего предосудительного в том, что люди пытаются испытать на себе некоторые необычные состояния.

47. В нашей семье были случаи добровольного ухода из жизни (или попытки ухода).

48. С некоторыми своими привычками я уже не смогу справиться, даже если очень захочу.

49. Работа с опросником закончена, отложите бланк.

Обработка результатов:

Уровень склонности к аддиктивному поведению (шкала АДП) оценивается по следующим номерам вопросов: 3, 6, 10, 11, 13, 16, 22, 24, 26, 28, 29, 31, 32, 33, 37, 38, 39, 42, 43, 45, 46, 48.

Уровень склонности к делинквентному поведению (шкала ДП) оценивается по следующим номерам вопросов: 5, 7, 8, 12, 14, 15, 17, 18, 19, 21, 23, 27, 35, 40, 41.

Уровень суицидальной предрасположенности (шкала СР) оценивается по следующим номерам вопросов: 2, 4, 9, 20, 25, 30, 34, 36, 44, 47.

При дальнейшей обработке «сырые» значения по отдельным шкалам суммируются, определяется суммарный балл (склонность к девиантным формам поведения), который затем переводится в 10-балльную шкалу нормального распределения (стены).

Наименование шкал методики	Низкие		СТЕНЫ						Высокие	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Шкала «Аддиктивное поведение»	38 и >	37-31	30-26	25-19	18-13	12-8	7-6	5-4	3-2	1и<
Шкала «Делинквентное поведение»	33 и >	32-27	26-23	22-18	17-15	14-11	10-8	7-5	4-3	2и<
Шкала «Суицидальный риск»	16и>	15-13	12-10	9-7	6-5	4	3	2	1	0
Интегральная оценка («Девиантное поведение»)	100 и >	88-83	82-68	67-54	53-45	44-33	32-26	25-19	18-15	14 и <

Примечание: показатели, соответствующие 1-2 стенам, говорят о высокой склонности к девиантному поведению;

показатели, соответствующие 3-8 стенам, - о значительной предрасположенности;

показатели, соответствующие 9-10 стенам, - о низкой склонности (или отсутствии) к девиантному поведению.

Интегративный опросник межкультурной компетентности (ИОМК) (О. Е. Хухлаев, В. В. Гриценко, А. В. Макаруч, О. С. Павлова, Н. В. Ткаченко, Ш. А. Усубян, В. А. Шорохова).

Инструкция: просим ответить на несколько вопросов, касающихся вашего общения с людьми других культур. Это могут быть иностранцы, люди других национальностей и/или этнических групп. Людей других культур мы встречаем, не только оказавшись за рубежом; в нашей многонациональной стране каждый ежедневно имеет возможность общаться с ними.

Оцените, насколько вы согласны с каждым утверждением.

Полностью согласен	Скорее согласен	В чем-то согласен, в чем-то нет	Скорее не согласен	Полностью не согласен
5	4	3	2	1

1. Я уверен, что могу эффективно работать с людьми различных культур.
2. Мне нравится общаться с людьми других культур.
3. Я не буду общаться с человеком другой культуры, если он действует, исходя

из своих культурных норм.

4. В межкультурном общении я стараюсь принимать во внимание мнение каждой стороны и только потом принимать решение.
5. Когда я общаюсь с людьми другой культуры, нервы у меня напряжены до предела.
6. Если у меня планируется важная встреча с человеком другой культуры, я пытаюсь представить, какие могут быть культурные различия между нами.
7. Мне нравится знакомиться с людьми других культур.
8. Я не буду общаться с человеком другой культуры, если ее традиции мне чужды.
9. Я проверяю правильность моего понимания другой культуры в процессе межкультурного общения.
10. После общения с людьми другой культуры я чувствую себя совершенно разбитым.
11. Есть такие культуры, к которым я испытываю презрение.
12. Мне нравится общаться с людьми другой культуры, которая существенно отличается от моей.
13. Я доверяю только людям моей культуры.
14. Я корректирую свои представления о другой культуре в процессе взаимодействия с ее носителями.
15. От межкультурного общения я не жду ничего хорошего.
16. Есть такие культуры, среди которых – почти все плохие люди.
17. Я могу преодолевать трудности, возникающие при общении с людьми другой культуры.
18. После общения с человеком другой культуры меня терзает чувство вины.

Ключ:

Межкультурная стабильность*: 5, 10, 15, 18

Межкультурный интерес: 2, 7, 12

Отсутствие этноцентризма*: 3, 8, 11, 13, 16

Управление межкультурным взаимодействием: 1, 4, 6, 9, 14, 17

* Обратная шкала

**Условная методика расчета личностного адаптационного потенциала
иностранных обучающихся**

По итогам диагностики подсчитываются значения по каждой представленной методике. В соответствии с получившимся по методике результатом, значению каждой методики присваивается итоговый балл, на основе представленной таблицы.

Показатели	Результаты по тестам	Итоговый балл
Учебная мотивация (сумма показателей познавательная мотивация и мотивация достижения)	0-2	1
	3-5	2
	6-8	3
Шкала самоконтроля	0-21	1
	22-43	2
	44-65	3
Уровень коммуникативных склонностей	0-8	1
	9-12	2
	13-20	3
Уровень ригидности	0-7	3
	8-14	2
	15-20	1

Итоговые баллы суммируются. В случае, если сумма итоговых баллов менее 6, то обучающийся относится к группе риска, так как имеет низкий личностный адаптационный потенциал.

Диагностический инструментарий, используемый для оценки уровня адаптированности иностранных обучающихся (повторная диагностика)

Методика «Академическая адаптация студентов» Р.М. Шамионов, М.В. Григорьева, Е.С. Гринина, А.В. Созонник

Инструкция: Ответьте на следующие вопросы, касающиеся Ваших переживаний, отношений и самочувствия в связи с обучением в вузе, с использованием 7-балльной шкалы, где 1 — означает абсолютную невыраженность признака, а 7 — абсолютно полную выраженность признака. Постарайтесь отвечать вдумчиво и честно.

	Вопросы	Баллы						
P1	Вы выполняете все задания вовремя и в срок, не откладывая на долгое время	1	2	3	4	5	6	7
P2	Во время лекций и практических занятий Вы делаете пометки для себя, чтобы лучше понять материал	1	2	3	4	5	6	7
P3	Оцените степень своей самоорганизации в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
P4	Вы стремитесь к достижению поставленных целей, связанных с обучением	1	2	3	4	5	6	7
P5	Вы стремитесь приспособиться к условиям обучения	1	2	3	4	5	6	7
P6	Вы обладаете хорошими возможностями самоорганизации в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
P7	Вы уверены в успешности преодоления возникающих трудностей в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
P8	Вы способны к эффективному планированию своей учебной деятельности	1	2	3	4	5	6	7
P9	У Вас получается организовать жизненное пространство вокруг себя в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
E1	Вы удовлетворены процессом обучения в вузе	1	2	3	4	5	6	7
E2	Вы удовлетворены взаимоотношениями с преподавателями	1	2	3	4	5	6	7
E3	Вы удовлетворены результатами обучения в вузе	1	2	3	4	5	6	7
E4	Вы удовлетворены информационной средой вуза (интернетом, библиотекой, сайтами, компьютерными классами и др.)	1	2	3	4	5	6	7
E5	Вы удовлетворены возможностью реализации бытовых потребностей (столовая, туалеты, покупка канцтоваров)	1	2	3	4	5	6	7
E6	Вы удовлетворены удобством помещений лекционных аудиторий, лабораторных, спортзала, актового зала и др.	1	2	3	4	5	6	7
E7	Вы удовлетворены возможностью реализации досуга в образовательном пространстве университета	1	2	3	4	5	6	7
E8	Оцените выраженность своих положительных эмоций, связанных с обучением	1	2	3	4	5	6	7
K1	В процессе обучения Вы легко переключаетесь с одной дисциплины на другую	1	2	3	4	5	6	7
K2	Вы легко ориентируетесь в источниках информации (книги, журналы, интернет) при подготовке к занятиям в вузе	1	2	3	4	5	6	7
K3	Как правило, Вы стараетесь соотнести новый материал с уже известным Вам	1	2	3	4	5	6	7
K4	В целом при вашем желании Вы можете запомнить большие массивы информации, организуя свою память и процесс запоминания	1	2	3	4	5	6	7
K5	Вы хорошо владеете языком обучения и способны излагать учебный материал без особых усилий	1	2	3	4	5	6	7

K6	Вы легко определяете закономерности и причинно-следственные связи в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
K7	Вы умеете мысленно представлять ситуации и их варианты развития в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
K8	Вы умеете анализировать случившееся и учитывать результаты анализа в дальнейшем процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
M1	Вам интересно содержание материала, предметы Вашего профиля	1	2	3	4	5	6	7
M2	Вы учитесь, чтобы получить профессию, по которой намерены работать	1	2	3	4	5	6	7
M3	Вы учитесь, чтобы обеспечить свое будущее	1	2	3	4	5	6	7
M4	Вы учитесь, чтобы стать профессионалом своего дела	1	2	3	4	5	6	7
M5	Вам нравится выбранная профессия	1	2	3	4	5	6	7
PP*1	Вы испытываете эмоциональное напряжение в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
PP*2	Вы испытываете интеллектуальное напряжение в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
PP*3	Вы испытываете физическое напряжение в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
PP*4	У Вас бывают головные боли в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
PP*5	Вы ощущаете разницу в своей приспособленности к процессу обучения в сравнении с другими студентами	1	2	3	4	5	6	7
PP*6	Обычно в процессе обучения Вы испытываете физический дискомфорт или неприятные ощущения (мышечное напряжение, онемение конечностей и др.)	1	2	3	4	5	6	7
PP*7	Симптомы хронических расстройств во время Вашего обучения усугубляются	1	2	3	4	5	6	7
R1	Вы довольны взаимоотношениями с однокурсниками	1	2	3	4	5	6	7
R2	Вы умеете контактировать с незнакомым человеком	1	2	3	4	5	6	7
R3	У Вас получается открыто выражать мысли и доказывать свою точку зрения	1	2	3	4	5	6	7
R4	Вы легко кооперируетесь с другими, чтобы выполнить какое-то учебное задание	1	2	3	4	5	6	7
R5	Вы говорите так, что окружающие Вас понимают	1	2	3	4	5	6	7
R6	Вы стремитесь показывать себя с лучшей стороны	1	2	3	4	5	6	7
R7	Вы можете легко взаимодействовать со своими однокурсниками во время обучения и вне занятий	1	2	3	4	5	6	7

Обработка результатов:

Ключ. Подсчитываются баллы по каждому компоненту следующим образом:

Личностный компонент (самоорганизация)	$LK = \sum P_i / 9$
Эмоционально-оценочный компонент	$ЭК = \sum E_i / 8$
Познавательный компонент	$ПК = \sum K_i / 8$
Мотивационный компонент	$M = \sum M_i / 5$
Психофизиологический компонент (*обратная шкала: 7 6 5 4 3 2 1)	$ПФК = \sum PP_i / 7$
Коммуникативный компонент	$КК = \sum R_i / 7$
Интегральная оценка академической адаптации	$АА = ЛК + ЭК + ПК + М + ПФК + КК$

Перевод «сырых» баллов в стены интегрального показателя академической адаптации

Стены	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Баллы	<22,74	22,75	24,92	27,02	29,21	31,40	33,59	35,78	37,97	>40,14
		-	-	-	-	-	-	-	-	
		24,91	27,01	29,20	31,39	33,58	35,77	37,96	40,13	

Выделенные тестовые нормы позволяют при работе с методикой производить интерпретацию выраженности академической адаптации (нижней границей интервала нормативных значений является уровень выраженности 4 стена, верхней — 7).

«Карта наблюдения за адаптацией студентов» (И.А. Верченко, К.Ю. Гринева)

Инструкция: Перед Вами ряд утверждений об особенностях поведения обучающихся в ситуациях учебной деятельности и межличностного взаимодействия. Внимательно прочитав каждое утверждение, отметьте наличие («+») или отсутствие («-») поведенческих проявлений у каждого конкретного обучающегося.

Критерии адаптации	Единицы наблюдения	Ф.И.О	Ф.И.О	Ф.И.О
Приспособление к характеру, содержанию условиям и организации учебного процесса, навыков выработка самостоятельности в учебной и научной	Активен на занятиях			
	Задаёт вопросы			
	Включается в диалог (беседу) с преподавателем			
	Временами проявляет отсутствие интереса			
	Проявляет тревожность			
	Обращается за разъяснением материала			
	Знает и соответствует правилам поведения на занятии и вне его			
	Проявляет интерес к учебной работе			
	Вял, безынициативен			
Приспособление к группе, взаимоотношениям в ней, выработка собственного стиля поведения	Активно участвует в групповой работе			
	Обращается за помощью к одноклассникам			
	Доброжелателен и дружелюбен			
	Избегает разговоров			
	В разговоре беспокойный и сбивающийся с темы			
	Одноклассники считаются с его мнением и обращаются за помощью			