

УДК 159.9

DOI 10.5930/1994-4683-2025-253-259

### **Механизм адаптации китайцев к обучению в российском спортивном вузе**

**Шумова Наталия Сергеевна**, кандидат психологических наук, доцент

**Байковский Юрий Викторович**, кандидат психологических наук, доктор педагогических наук, профессор

**Дуань Ченьмин**

*Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Москва*

#### **Аннотация**

**Цель исследования** – описать психологические механизмы адаптации китайских студентов к обучению в российском физкультурном вузе.

**Методы исследования:** 7 психодиагностических методик и анкетирование – опросник для комплексного исследования условий адаптации китайских студентов в российском спортивном вузе.

**Результаты исследования и выводы.** Невротическую социальную адаптацию за счет дипломатичности, самоконтроля и тревожности, сдерживающих враждебность, обеспечивает механизм, названный Яницким М.С. «обесценивание исходных потребностей и ценностей коллективистской культуры». В проведенном исследовании было установлено, что его формирование у китайцев, обучающихся в российском спортивном вузе, опирается на уверенность в неразрешимости социальных проблем, подозрительность и пессимизм (депрессию). Частичная разрядка напряжения, возникающего в трудных ситуациях благодаря работе этого механизма, происходит в виде повторяющихся, навязчивых мыслей (обсессивность), сопровождающихся появлением навязчивых действий (компульсивность). Остальное напряжение перерастает в тревожность, враждебность и ряд других психопатологических симптомов. При изучении английского языка китайцами происходит интеграция в личность антиценностей (антигуманных ценностей) – представлений о невозможности решения социальных проблем, пессимизма как механизма изменения ценностей. Пессимизм приводит к обесцениванию, минимизации ценностей, переходит в скептицизм, позволяет критиковать общество, разорвать свою идентичность с ним. В данном случае рост враждебности показывает готовность критиковать общество, частично утрачивая социальную идентичность. Адаптированность сохраняется ценой роста самоконтроля и тревожности, сдерживающей растущую враждебность.

**Ключевые слова:** адаптация, механизм адаптации, субъект, ценности, личность, интегрированность личности, подозрительность, пессимизм.

### **Mechanism of adaptation of Chinese students to studying at a Russian sports university**

**Shumova Natalia Sergeevna**, candidate of psychological sciences, associate professor

**Baikovsky Yuri Viktorovich**, candidate of psychological sciences, doctor of pedagogical sciences, professor

**Duan Chenming**

*The Russian University of Sport "GTSOLIFK", Moscow*

#### **Abstract**

**The purpose of the study** is to describe the psychological mechanisms of adaptation of Chinese students to studying at a Russian physical education university.

**Research methods:** 7 psychodiagnostic techniques and a survey – a questionnaire for a comprehensive study of the adaptation conditions of Chinese students in a Russian sports university.

**Research results and conclusions.** The neurotic social adaptation achieved through diplomacy, self-control, and anxiety, which suppress hostility, is facilitated by a mechanism referred to by Yanitsky M.S. as 'devaluation of basic needs and values of collectivist culture.' The conducted research established that its formation among Chinese students in a Russian sports university is based on confidence in the irreparability of social problems, suspicion, and pessimism (depression). Partial relief of tension arising in challenging situations due to the operation of this mechanism manifests as repetitive, intrusive thoughts (obsessiveness), accompanied by the emergence of compulsive behaviors (compulsivity). The remaining tension escalates into anxiety, hostility, and a range of other psychopathological symptoms. In the study of the English language by Chinese individuals, there is an integration into personality of anti-values (anti-human values) – notions regarding the impossibility of solving social problems and pessimism as a mechanism for changing values. Pessimism leads to devaluation and minimization of values, transitioning into skepticism, allowing individuals to criticize society while severing their identity from it. In this case, the increase in hostility

reflects a willingness to critique society, partially losing social identity in the process. Adaptability is maintained at the cost of increased self-control and anxiety, which restrains the growing hostility.

**Keywords:** adaptation, mechanism of adaptation, subject, values, personality, integration of personality, suspicion, pessimism.

**ВВЕДЕНИЕ.** Согласно В.Н. Садовскому (1974), основной механизм формирования системы – это интеграция [1]. С этим согласна В.Е. Кузьмина (2013), также подчеркивающая, что участие в адаптации личности к проблемным ситуациям не отдельных, изолированных механизмов, а их комплексов – один из важнейших теоретических принципов адаптации [2].

Как писал Л.В. Корель (2005, С. 256-257), механизм социальной адаптации – это результат интеграции состояний, свойств и процессов, существующих в контексте сопутствующих им и продуцирующих их социальных факторов (детерминант, регуляторов, факторов-аттракторов и т.д.) [3]. Свойства и качества личности, как механизмы регуляции деятельности, обеспечивают активацию продуктивных процессов и компенсацию менее продуктивных, мобилизацию операциональных функций, реализацию планов и стратегий поведения [4].

С.А. Шапкин и Л.Г. Дикая (1996) писали, что комплекс механизмов адаптации формируется в результате интеграции механизмов регуляции разного типа (активации, когнитивной переработки информации и перестройки когнитивных процессов, эмоциональной регуляции, мотивационно-волевой регуляции), то есть в результате формирования между ними новых взаимосвязей [5].

Опираясь на это, механизмы адаптации китайских студентов к обучению в российском вузе были выявлены путем анализа факторной структуры взаимосвязей между показателями адаптации (соответствием результатов, достигаемым в процессе деятельности, лично значимым целям и требованиям общества), свойствами и качествами личности как механизмами регуляции деятельности (эмоционально-волевыми, интеллектуальными, коммуникативными), знанием иностранного языка, уровнем спортивной квалификации, а также уровнем обучения и временем пребывания в России.

**РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ.** Схема, на которой изображены 4 наиболее тесные группы взаимосвязей между всеми 85 показателями всех испытуемых ( $n=81$ ) (4 первых фактора, полученные при помощи факторного анализа методом главных компонент) представлена на рисунке 1.

Группа взаимосвязей, описываемых в 1 Факторе, свидетельствует о сходстве культурного пространства России и Китая, общих ценностях, интеграция которых в личность китайских обучающихся в ходе изучения русского языка повышает нормативность поведения и оптимизм как переживание возможности решения социальных проблем.

Однако недооценка внешних трудностей приводит к пассивности, склонности китайских обучающихся к социальному иждивенчеству [6, 7, 8, 9]. Этот фактор подробно описан нами в статье «Механизм пассивной адаптации китайцев к обучению в российском спортивном вузе».



Рисунок 1 – Наиболее тесные и крупные группы взаимосвязей между временем пребывания в России, уровнями спортивной квалификации, показателями адаптации, знанием иностранного языка, параметрами состояния, свойствами и качествами личности, подтверждающие наличие у китайцев, обучающихся в России, двух основных механизмов адаптации

При освоении английского языка китайские обучающиеся частично утрачивают социальную идентичность, о чем свидетельствует повышение тревожности, невротической симптоматики и компульсивной активности (адаптированность сохраняется ценой роста самоконтроля и тревожности, сдерживающих растущую враждебность, лживость и дипломатичность, табл. 1).

С повышением уровня освоения второго иностранного языка наблюдается рост всех показателей симптоматического опросника SCL-90, появляется и ряд других признаков нарастания внутриличностных противоречий.

Уровень фактора N («Прямолинейность - Дипломатичность») у 14,8% испытуемых теста Кеттелла составил 8-10 СТЕНов, показатель «Лживость» методики «СПА» Роджерса-Даймонда был выше нормы у 7,4% испытуемых.

Высокие уровни «Обсессивности-компульсивности» и «Депрессии» (показатели симптоматического опросника SCL-90), каждый из которых был обнаружен у 14,8% обучающихся, сопутствовали высокому уровню фактора Q3 «Самоконтроль (самоуверенность)» теста Кеттелла (у 55,6% испытуемых – 7-10 СТЕНов, из них у 29,6% испытуемых – 8-10 СТЕНов), а также повышенному уровню показателей «Тревожность» (обнаруженному у 6,2% испытуемых) и «Враждебность» (обнаруженному у 4,9% испытуемых) опросника SCL-90.

Эти показатели вносят существенный вклад во взаимосвязанные изменения показателей данной группы (фактора).

Таким образом, изучение второго (английского) языка и соответствующей ему индивидуалистической культуры становится мощным потрясением и запускает процесс тяжелой перестройки личности обучающихся, чья социальная идентичность преобладает над индивидуальной, приводя, в итоге, как и изучение русского языка, к интеграции новых ценностей (к повышению интегрированности личности, более высокому уровню фактора Q3 теста Кеттелла), только на основе индивидуалистических ценностей.

Таблица 1 – Невротическая адаптация за счет дипломатичности, самоконтроля и тревожности, сдерживающих враждебность (второй фактор)\*

Показатели	Весомость по наиболее значимому показателю
Адаптивность, $r=0,79$ , адаптация, $r=0,34$ , (СПА К. Роджерса, Р. Даймонда), адаптированность к учебной деятельности, $r=0,22$ и учебной группе, $r=0,36$ (методика «Адаптированность студентов в вузе»)	
Приятие себя $r=0,77$ и других, $r=0,64$ ; самоприятие (интегральный показатель), $r=0,38$ , приятие других (интегральный показатель), $r=0,30$ , эмоциональный комфорт, $r=0,56$ (СПА К. Роджерса, Р. Даймонда)	
Внутренний контроль, $r=0,76$ (СПА К. Роджерса, Р. Даймонда), высокий самоконтроль (самоуверенность), фактор Q3 теста Кеттелла, $r=0,29$	
Доминирование, $r=0,58$ , стремление к доминированию, $r=0,25$ (СПА К. Роджерса, Р. Даймонда), смелость, $r=0,26$ (фактор N теста Кеттелла)	
Наличие психопатологических симптомов, тревожность, пессимизм (высокий уровень индексов: GSI, $r=0,48$ , PSI, $r=0,43$ , PDSI, $r=0,28$ и показателей всех 10 шкал SCL-90, $r=0,28-0,58$ в т.ч., депрессии, $r=0,47$ , тревожности, $r=0,50$ , соматизации, $r=0,47$ , психотизма, $r=0,36$ , паранойяльности, $r=0,33$ , враждебности, $r=0,28$ , фобий, $r=0,28$ , сенситивности, $r=0,37$ и т.д.), дезадаптивность, $r=0,27$ (СПА К. Роджерса, Р. Даймонда); эскапизм (уход от проблем), $r=0,28$ (СПА К. Роджерса, Р. Даймонда)	
Обсессивность-компульсивность, $r=0,53$ (SCL-90); экстраверсия, $r=0,35$ (F2), реактивная уравновешенность, $r=0,29$ (F3) – факторы теста Кеттелла;	
Лживость, $r=0,53$ (СПА К. Роджерса, Р. Даймонда), дипломатичность, $r=0,26$ (фактор N теста Кеттелла)	
Высокая психическая напряженность, $r=0,44$ (PSM-25)	
Экстраверсия, $r=0,39$ (фактор F2 теста Кеттелла), внешний контроль, $r=0,41$ , ведомость, $r=0,37$ (СПА К. Роджерса, Р. Даймонда), поддержка друзей, $r=0,38$ и значимых других, $r=0,28$ , (MSPSS)	
Хорошее владение английским языком, $r=0,37$ (анкета)	
Собственные числа 8,5	
Полнота факторизации 10,0%	
*Примечание. В таблице представлены только показатели, имеющие достоверные взаимосвязи с данным фактором на уровне $p \leq 0,05$ ( $r_{sp.kp.0,05}=0,22$ ; $r_{sp.kp.0,01}=0,286$ ; $r_{sp.kp.0,001}=0,361$ )	

Как было показано нами в статье «Механизм пассивной адаптации китайцев к обучению в российском спортивном вузе», в процессе изучения русского языка, как упорядоченного множества суждений о тех или иных ценностях, отражающих гуманистическую ориентацию социума, происходит усвоение китайцами ценностей, гармонично сочетающихся с усвоенными ими ранее в родной культуре.

При изучении английского языка китайцами происходит интеграция в личность антиценностей (антигуманных ценностей) – представлений о невозможности решения социальных проблем, пессимизма как механизма изменения ценностей. Пессимизм приводит к обесцениванию и минимизации ценностей, переходу в скептицизм, что позволяет, критикуя общество, разорвать свою идентичность с ним (Абульханова К.А., 1999). В данном случае рост враждебности свидетельствует о готовности критиковать общество, частично утрачивая социальную идентичность. Адаптация сохраняется ценой роста самоконтроля и тревожности, сдерживающей

растущую враждебность [12].

В проблемной ситуации (например, при фрустрации из-за неудачи на зачете или экзамене), сочетающейся с появлением в сознании адаптирующегося новых, индивидуалистических ценностей и целей, не гармонирующих со старыми, коллективистскими, противоречащих им (например, в ходе изучения английского языка), обесцениваются исходные потребности и ценности коллективистской культуры, теряется доверие, растут подозрительность и депрессия, требовательность к себе и к окружающим, тревожность, враждебность и другие симптомы расстройств психики, мобилизуются усилия для переговоров с целью адаптации к ситуации, повышается доля навязчивых, повторяющихся (обсессивно-компульсивных) мыслей и действий.

Частичная утрата (дисгармоничность) социальной идентичности при хорошем знании китайцами английского языка свидетельствует о различии ценностей и культурного пространства Китая и англоязычного мира.

Изучение второго иностранного языка может иметь разные последствия для идентичности в зависимости от того, примут ли обучающиеся в ходе обучения образ жизни и мировоззрение, характерные для культуры изучаемого языка [13].

При интеграции в новое языковое сообщество, когда второй язык начинает выполнять экспрессивную функцию, участвовать в мыслительных процессах, возникает угроза утраты чувства идентичности с родной культурой и обществом [14]. Таким образом, второй язык, участвуя в большинстве психических процессов, становится не только средством общения, но и, связывая мотивацию и самоидентификацию, важной частью «ядра» личности учащегося [15], а идентификация меняется параллельно языковым изменениям [16].

У китайских обучающихся, не владеющих вторым иностранным языком и хуже приспособляющихся (адаптирующихся) к группе и к учебному процессу, наблюдается более низкий уровень обсессивности-компульсивности, депрессии, тревожности и враждебности (низкий уровень симптомов по четырем показателям опросника SCL-90 – обсессивности-компульсивности, депрессии, тревоги и враждебности – обнаружен у 29,6%, 49,4%, 67,9% и 75,3% испытуемых соответственно), а также более высокая искренность и прямолинейность (уровень фактора N теста Кеттелла у 9,9% испытуемых составил 1-3 СТЕНа, у 25,9% - 1-4 СТЕНа).

**ВЫВОДЫ.** Механизм обесценивания исходных потребностей и ценностей коллективистской культуры формируется при возникновении проблемной ситуации в сочетании с усвоением адаптирующимся новых, индивидуалистических ценностей и целей, не гармонирующих со старыми, коллективистскими, и противоречащих им, а также представлений о принципиальной неразрешимости социальных проблем. Обесценивание исходных потребностей и ценностей коллективистской культуры приводит к потере доверия, повышению уровня подозрительности и депрессии, а также к мобилизации усилий для взаимодействия с окружающими с целью адаптации к ситуации.

Установлено, что такой механизм возникает, например, на основе формирования у представителя коллективистической культуры вторичной языковой личности – носителя индивидуалистической культуры, складывающейся в ходе изуче-

ния второго иностранного (английского) языка как упорядоченного множества оценочных суждений, отражающих ценностные ориентации социума.

В проблемной ситуации (например, при неудовлетворённости или разочаровании после пережитой неудачи) представления о высокой ценности своего «Я», своего имиджа, достижений, личной инициативы и успеха, умения выделиться из общей массы побуждают носителя индивидуалистической культуры к мобилизации усилий для взаимодействия с окружающими с целью адаптации к ситуации путем активного воздействия на социальную среду и её использования.

#### СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Садовский В. Н. Основания общей теории систем. Москва : Наука, 1974. 264 с.
2. Кузьмина В. Е., Беляков В. И. Основы адаптологии. 2-е изд. Самара : Самарский университет, 2013. 236 с. ISBN 978-5-86465-577-1. EDN: HZJABM.
3. Корель Л. В. Социология адаптации: вопросы теории, методологии и методики. Новосибирск : Наука, 2005. 424 с. ISBN 5-02-032352-7.
4. Вагапова Н. А. Структурные особенности психологического механизма самоуправления деятельности : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Казань, 1998. 27 с.
5. Шапкин С. А., Дикая Л. Г. Деятельность в особых условиях: компетентный анализ структуры и стратегии адаптации // Психологический журнал. 1996. № 1. С. 18. EDN: RAFHXX.
6. Зеленова Д. В., Шумова Н. С., Байковский Ю. В. Противоречия требований воинской и спортивной деятельности, затрудняющие социально-психологическую адаптацию к их совмещению // Молодые ученые : материалы Межрегиональной научной конференции, посвященной Году науки и технологий РФ (Россия, Москва 14-15 апреля 2021 г.). Москва, 2021. С. 61-66. EDN: QXXNQH.
7. Шумова Н. С., Бабиева Н. С., Байковский Ю. В. Формирование навыка самооценивания // Теория и практика физической культуры. 2018. № 11. С. 14-16.
8. Шумова Н. С., Байковский Ю. В. Компоненты психической деятельности спортсменов и их роль в обеспечении надежности действий в экстремальных условиях. Ульяновск : Зебра, 2018. 99 с. ISBN 978-5-6040862-4-7. EDN: XNCPRB.
9. Шумова Н. С., Байковский Ю. В., Люю С. Взаимосвязь субъектной активности личности и результативности действий баскетболистов России и Китая. Москва : РГУФКСМиТ, 2020. 261 с.
10. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. Ленинград : Наука, 1988. 270 с.
11. Яницкий М. С. Адаптационный процесс: психологические механизмы и закономерности динамики. Кемерово : Кемеровский государственный университет, 1999. 84 с. ISBN 5-8353-0013-1. EDN: REKEWR.
12. Абульханова К. А. Психология и сознание личности (проблемы методологии, теории и исследования реальной личности) : избранные психологические труды. Москва : Московский психолого-социальный институт ; Воронеж : Издательство НПО «МОДЭК», 1999. 224 с. (Серия «Психологи Отечества»).
13. Schumann J. H. Research on the acculturation model for second language acquisition. DOI 10.1080/01434632.1986.9994254 // Journal of multilingual & multicultural development. 1986. Vol. 7 (5). P. 379-392.
14. Знаменская Т. А. Проблемы билингвизма и его влияния на языковую личность // Инновационные проекты и программы в образовании. 2014. № 3. С. 42-46. EDN: SEWRWB.
15. Dornyei Z. The Social Psychology of the Language Learner: Individual Differences in Second Language Acquisition. Mahwah : Lawrence Erlbaum Associates, 2005. 270 p.
16. Емельянова Я. Б. Различные подходы к оценке влияния билингвизма на интеллектуальное развитие личности // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. 2010. № 2. С. 91-102. EDN: MQPHCH.

#### REFERENCES

1. Sadovsky V. N. (1974), "Foundations of the General Theory of Systems", Moscow, Nauka, 264 с.
2. Kuzmina V. E., Belyakov V. I. (2013), "Fundamentals of adaptology", 2nd ed., Samara, Samara University Publishing House, 236 с. ISBN 978-5-86465-577-1.
3. Korel L. V. (2005), "Sociology of adaptation: Issues of theory, methodology and methods", Novosibirsk, 424 с. ISBN 5-02-032352-7.
4. Vagapova N. A. (1998), "Structural features of psychological mechanism of self-management of activity", abstract dis. cand. of psychological sciences, Kazan, 27 p.
5. Shapkin S. A., Dikaya L. G. (1996), "Activity in special conditions: competent analysis of the structure and strategy of adaptation", *Psychological Journal*, No 1, p. 18.
6. Zelenova D. V., Shumova N. S., Baikovsky Y. V. (2021), "Contradictions of the requirements of

military and sports activities, complicating socio-psychological adaptation to their combination”, *Young Scientists*, materials of the Interregional scientific conference dedicated to the Year of Science and Technology of the Russian Federation, Moscow, pp. 61–66.

7. Shumova N. S., Babieva N. S., Baikovsky Y. V. (2018), “Formation of self-assessment skill”, *Theory and practice of physical culture*, No 11, pp. 14–16.

8. Shumova N. S., Baikovsky Y. V. (2018), “Components of mental activity of athletes and their role in ensuring the reliability of actions in extreme conditions”, Ulyanovsk, Zebra, 99 p.

9. Shumova N. S., Baikovsky Y. V., Liu S. (2020), “The relationship between subjective activity of personality and performance of Russian and Chinese basketball players”, Moscow, 261 p.

10. Berezin F. B. (1988), “Mental and psychophysiological adaptation of man”, Leningrad, 270 p.

11. Yanitsky M. S. (1999), “Adaptation process: psychological mechanisms and regularities of dynamics”, Kemerovo, Kemerovo State University, 84 p.

12. Abulkhanova K. A. (1999), “Psychology and consciousness of personality (Problems of methodology, theory and research of real personality)”, Selected psychological works, Moscow, Moscow Psychological and Social Institute, Voronezh, Publishing House of NPO ‘MODEK’, 224 p., Series ‘Psychologists of the Fatherland’.

13. Schumann J. H. (1986), “Research on the acculturation model for second language acquisition”, *Journal of multilingual & multicultural development*, Vol. 7 (5), pp. 379–392, DOI 10.1080/01434632.1986.9994254.

14. Znamenskaya T. A. (2014), “Problems of bilingualism and its influence on language personality”, *Innovative projects and programmes in education*, No 3, pp. 42–46.

15. Dornyei Z. (2005), “The Social Psychology of the Language Learner: Individual Differences in Second Language Acquisition”, Mahwah, Lawrence Erlbaum Associates, 270 p.

16. Emelyanova Ya. B. (2010), “Various approaches to assessing the impact of bilingualism on the intellectual development of personality”, *Bulletin of the South Ural State Humanitarian-Pedagogical University*, No 2, pp. 91–102.

**Информация об авторах:**

**Шумова Н.С.**, доцент кафедры психологии, философии и социологии.

**Байковский Ю.В.**, заведующий кафедрой психологии, философии и социологии.

**Дуань Ченьмин**, аспирант кафедры психологии, философии и социологии.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

*Поступила в редакцию 30.04.2025.*

*Принята к публикации 23.06.2025.*