

УДК 159.9

*Н.И. Леонов, Х.Ф. Хасан***КОПИНГ-РЕСУРСЫ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ
В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ**

Авторы отмечают, что в настоящее время стратегией первостепенной важности для многих университетов стала ориентация на интернационализацию своей деятельности. В связи с этим актуализируется проблема адаптации иностранных граждан. Отмечается, что иностранные студенты сталкиваются с рядом трудностей, специфических для данной группы людей и общих для этой возрастной группы. Недостаточно исследованной остается и тема использования индивидуальных и средовых средств (ресурсов) иностранными студентами в трудной жизненной ситуации, каковой для них является иноязычная среда. Цель написания статьи – обобщение теоретико-эмпирических исследований по проблеме копинг-ресурсов личности в трудной жизненной ситуации. Авторы обобщают фундаментальные и прикладные аспекты изучения проблемы копинг-ресурсов иностранных студентов. Отмечается, что успешность адаптации иностранных студентов обусловлена умением совладать с трудными жизненными ситуациями. Выявляется, что копинг-ресурсы способствуют обеспечению адаптации личности на основе ее потенциальных ресурсов и позволяют эффективно реализовывать личностный потенциал, направленный на создание экологически ресурсной окружающей среды. Авторы обобщают исследовательские подходы по проблеме ресурсов, рассматривают концептуальные модели сохранения ресурсов. В статье отмечается, что для иностранных студентов обучение в иноязычной среде – трудная жизненная ситуация. Способность личности противостоять негативным воздействиям, противостоять стрессогенным факторам, преодолевать возникающие препятствия и сложные жизненные ситуации требует мобилизации личностного потенциала как основы самодетерминации личности.

Ключевые слова: копинг-ресурсы, иностранные студенты, трудная жизненная ситуация.

DOI: 10.35634/2412-9550-2019-29-3-291-297

Изучая проблему адаптации иностранных граждан, мы сталкиваемся с многообразием проявления дезадаптации, обусловленной спецификой проживания их на определенной территории или окружающей их средой. Возрастающий интерес к теме иностранных студентов и создания для них благоприятной образовательной среды в России пробуждает исследовательский интерес в отношении изучения особенностей адаптации студентов к совершенно новым условиям проживания и обучения. В XXI в. стратегией первостепенной важности для многих университетов стала ориентация на интернационализацию своей деятельности. Создание международных образовательных программ, обмен студентами и преподавателями, проведение кросс-культурных исследований позволяют сегодня выявить круг не только реальных проблем, требующих административного решения, но и ряд исследовательских задач. Сравнительный анализ авторских идей, концепций по проблеме взаимодействия человека и мира показывает, что у науки нет границ, она имеет интернациональный характер. Так, быстро меняющийся мир актуализирует в настоящее время проблему устойчивости и изменчивости в человеке. Сегодня изменилась социально-психологическая сфера человека, что объективно связано с происходящими изменениями культурно-исторической среды [7; 8]. По мнению некоторых авторов, иностранные студенты сталкиваются с рядом трудностей, которые специфичны для данной группы людей и общие для этой возрастной группы. Среди специфических проблем можно выделить такие, как языковые барьеры, непонимание, одиночество, дискриминация. Отметим также, что в большинстве случаев этническая принадлежность визитеров доминирует в процессе общения с коренным населением, в связи с чем возникают определенные трудности взаимоотношений. К неспецифическим трудностям, т. е. общим для всех представителей данной группы (студентов), относят наличие учебных стрессов.

Цель написания статьи – обобщение фундаментальных и прикладных аспектов изучения проблемы копинг-ресурсов иностранных студентов.

Наиболее ранние зарубежные исследования, посвященные проблеме студентов в период усвоения новой культуры, относятся к началу 60-х гг. XX в. Большинство работ было направлено на изучение студентов, обучающихся в высших учебных заведениях Америки, Европы и Австралии. А. Фернхем и С. Бочнер (1986) в книге «Культурный шок: психологические реакции на незнакомые

условия» представили наиболее полный обзор работ, посвященным проблемам временного проживания в инокультурной среде данной группы перемещающихся. Авторы утверждали, что иностранные студенты сталкиваются с четырьмя типами проблем, два из которых присущи только им (в противоположность местным студентам). Во-первых, существуют проблемы, касающиеся всех, живущих в чужой культуре. Такие, как расовая дискриминация, языковой барьер, бытовые проблемы, сепаративные реакции, диетические ограничения, финансовый стресс, непонимание и одиночество. Во-вторых, существуют трудности, с которыми сталкиваются все подростки и молодые люди вне зависимости от того, учатся ли они дома или за границей. Это происходит, когда они становятся эмоционально независимыми, самостоятельными, продуктивными и ответственными членами общества. В-третьих, есть учебные стрессы, когда студентам приходится усердно трудиться, часто в плохих условиях и с материальными трудностями. В-четвертых, национальная и этническая роль зарубежных студентов зачастую доминирует в их общении с местными членами сообщества [15].

В целом, исследования кросс-культурной адаптации иностранных студентов разделили по следующим категориям. Во-первых, это проблемы, связанные со здоровьем так называемых «студентов по обмену». Во-вторых, ученых интересовала успеваемость иностранных студентов в вузе. Третья категория работ посвящена исследованию взаимоотношений между местными и иностранными студентами. Четвертая категория – изучение факторов, влияющих на успешность адаптации и, в частности, исследование культурной дистанции. И, наконец, последняя категория – это изучение влияния опыта адаптации на этническую идентичность.

В настоящее время исследователями накоплен значительный материал по проблеме ресурсов совладающего поведения, но малоисследованной остается тема использования индивидуальных и средовых средств (ресурсов) иностранными студентами в трудной жизненной ситуации иноязычной среды.

Е.В. Битюцкая и Е.А. Баханова, исследуя трудные жизненные ситуации, отметили, что «переживание трудных жизненных ситуаций связано с разными возможностями: с одной стороны, – стать сильнее, совершеннее, испытать победу, успех. С другой стороны, в трудной жизненной ситуации возможны переживания стресса, тревоги, утраты, беспомощности» [1. С. 90]. Проведя анализ эмпирического материала, исследователи выявили и описали один из сценариев трудной жизненной ситуации, как ощущение безысходности, недостаточности понимания происходящего.

В трудной ситуации из-за внешних или внутренних воздействий нарушается адаптация человека к жизни. Индивид не может удовлетворять свои жизненные потребности выработанными ранее способами и моделями поведения. Одно из новых направлений исследований в этой области – трудные жизненные ситуации студентов. Работ, посвященных данной теме, немного. Проблемой занимаются российские ученые: Р.Р. Кутькина, Т.Е. Косаревская и Е.Л. Одногулова, О.Е. Филлипенко, Е.А. Бурдуковская и др.

Под термином «студенчество» понимается особая социально-педагогическая и социально-демографическая группа, с определенными социальным статусом и ролью, общественным положением, а также в особой фазе, стадии социализации, которую проходит значительная часть молодежи и которой присущи определенные социально-психологические особенности [12].

Исследователь предлагает несколько типологий трудных жизненных ситуаций студентов:

1. Зависимость – независимость трудной ситуации от студента:

– объективные трудные жизненные ситуации (ситуации, на которые индивид повлиять не может – ограниченные возможности здоровья, инвалидность, сиротство, отсутствие материальной и финансовой поддержки);

– субъективные трудные жизненные ситуации (ситуации, с которыми человек может справиться самостоятельно – экзаменационная сессия);

– объективные ситуации (возникают в результате определенных действий или бездействий человека – неуспеваемость и проблема отчисления).

2. На основании факторов, влияющих на возникновение трудной жизненной ситуации:

– биологический фактор (анатомические, морфологические, психические свойства человека – проблемы со здоровьем, инвалидность);

– социальный фактор (окружающие люди, социальный контроль – дискомфорт в следствие отрыва от семьи),

– психологический фактор (особенности поведения, деятельности личности в обществе, а также особенности ее взаимодействия с окружающими людьми – проблемы в семье и личной жизни, проблемы в общежитии и неуспеваемость в учебе, экзамены) [12].

Н. Гущина, рассматривая трудные жизненные ситуации в контексте «работа-учеба», выделяет следующие проблемные для студента ситуации: «экзамен; неуспеваемость; большой объем работы; одновременное выполнение нескольких дел; поиск работы; собеседование на приеме; конфликт с преподавателем; давление со стороны коллег и другие» [2. С. 75].

Для разрешения проблемных, сложных жизненных ситуаций индивид применяет копинг-ресурсы совладающего поведения. Адаптивность или неадаптивность выбранных стратегии и ресурсов совладания определяется особенностями ситуации и самой личностью.

А.К. Муздыбаев в статье «Стратегии совладания с жизненными трудностями. Теоретический анализ» указывает, что на выбор стратегий совладающего поведения влияют особенности личности и ситуационные факторы. Он отмечает, что «процесс совладания с жизненными трудностями есть процесс мобилизации личностных ресурсов и ресурсов среды, и процесс оптимального их использования» [10. С. 10]. Автор также указывает, что единого определения, что такое ресурсы совладающего поведения, не выработано, в широком смысле под термином понимается всё то, что позволяет справиться с трудными жизненными ситуациями достаточно эффективно [10].

На сегодняшний день в российской психологии изучение копинг-ресурсов субъекта является одним из важных направлений в исследованиях совладающего поведения. В качестве ресурса совладающего поведения Е.А. Дорьева рассматривает индивидуальные и средовые средства, условия, возможности, которые имеются в наличии в потенциальном состоянии и которые человек может актуализировать, использовать при необходимости в целях совладания с трудной жизненной ситуацией [3].

Проблему ресурсов, используемых при совладающем поведении, также изучает С.А. Хазова. В работе «Ментальные ресурсы субъекта в разные возрастные периоды» она рассматривает ресурсы как возможности человека, социальной и физической среды, использование которых обеспечит эффективное совладающее поведение и повышает стрессоустойчивость [14]. В связи с этим актуальность исследования проблемы ресурсов определяется тем фактом, что они дают возможность человеку испытывать удовлетворение собственной жизнью, чувствовать себя и быть ее подлинным хозяином, в том числе и в ситуации экономической и социальной нестабильности в нашей стране и во всем мире [13].

Lazarus R.S., Folkman S., Aldwin C.M. считают, что ресурсы играют важнейшую роль в процессе совладания с трудной жизненной ситуацией, оказывая огромное влияние на эффективность совладания, и проявляют себя, начинают активно действовать уже на стадии когнитивной оценки стрессогенности ситуации, ее угрозы.

При рассмотрении роли и значимости ресурсов совладающего поведения, исследователи отмечают, что они способствуют лучшему пониманию трудной жизненной ситуации, улучшению эмоционального состояния, укреплению Я-концепции и позитивного образа Я, поддержанию близких контактов с окружающими людьми, усилению самоэффективности, ощущению собственной компетентности, привлечению и созданию новых ресурсов. Копинг-ресурсы позволяют индивиду успешно совладать со стрессами и трудными ситуациями, справляться с требованиями жизни. Именно ресурсы, являющиеся внутренними силами субъекта, значительно расширяют возможности человека, делают его более успешным, жизнестойким и повышают его ценность в глазах окружающих. Это открывает новые перспективы изучения данного психологического феномена и продолжать расширять диапазон ресурсов. Так, надежда, с одной стороны, определяет специфику поведения личности в значимой ситуации; с другой стороны, влияет на преодоление жизненно трудных ситуаций. Здесь как раз и проявляется функциональная значимость этого явления, которое может рассматриваться тоже как ресурс личности [8].

Проблема ресурсов уже в течение 40 лет изучается зарубежными психологами. Исследования по данной проблематике в отечественной психологии появились недавно. В рамках психологии совладания ресурсы активно исследуются костромскими учеными, что подтверждается большим количеством публикаций и исследований, проводимыми тематическими конференциями (в том числе Международные конференции по этой проблеме в Костроме в 2007, 2010, 2013, 2016 гг.).

В отечественной психологии понятие «ресурс» используется в общепсихологических работах (Т.В. Корнилова, Е.А. Сергиенко), в исследованиях по социальной психологии (С.А. Багрецов,

А.Н. Лутошкин), в психологии развития (Е.А. Сергиенко) и психологии личности (Д.А. Леонтьев), в психологии стресса (В.А. Бодров), в психологии интеллекта (В.Н. Дружинин, М.А. Холодная), в психологии труда и спорта (Д.Н. Завалишина, Л.Г. Дикая, В.Г. Толочек).

На основании данных эмпирических исследований российские ученые Л.И. Дементий, Н.В. Лейфрид, А.Ю. Малёнова в качестве копинг-ресурсов рассматривают: *оптимизм, стойкость, самооценку, эмпатию* и др. В качестве потенциальных копинг-ресурсов выбраны *ответственность* (Л.И. Дементий, А.Ю. Малёнова), *самостоятельность* (Т.Л. Крюкова), *локус контроля* (S. Kobasa), *мотивация достижения* (Н.А. Сирота) и *смысложизненные ориентации*: наличие цели в жизни; наличие интереса к жизни и её эмоциональная насыщенность; удовлетворённость самореализацией (Д.А. Леонтьев). Выбор перечисленных ресурсов обусловлен результатами теоретического анализа научной литературы и интересом исследователей.

Зарубежными и отечественными исследователями в качестве ресурсов рассматриваются различные понятия: когнитивные способности (В.Н. Дружинин, Е.А. Сергиенко, М.А. Холодная), личностные черты (В.А. Бодров, Е.Ю. Кожевникова, Д.А. Леонтьев), социальные группы, к которым принадлежит личность и отношения в них (Т.Л. Крюкова, Е.В. Куфтяк, М.В. Сапоровская, Е.А. Петрова), опыт проживания трудных ситуаций и совладания с ними (К. Олдвин, К. Саттон, М. Лэчман), ресурсы, как значимые предикторы благополучия и качества жизни (Diener, Fujita, 1995; Holohan, Moos, 1990), а также как условия и объекты среды (S.E. Hobfoll).

Нечеткость определения понятия *ресурса* в психологии совладающего поведения порождает множество подходов к их классификации. Обычно ресурсы разделяют на две группы: индивидуальные и средовые. Индивидуальные ресурсы человека, подразделяют на две группы: когнитивные (Р. Лазарус, D.Navon, В.А. Бодров) и личностные (личностные особенности, такие, как темперамент, локус контроля, тревожность, самооценка и др.).

С. Фолкман, констатируя, что в качестве ресурсов могут выступать физические свойства (здоровье, выносливость), материальные (имущество, деньги), психологические / личностные (убеждения) предложил следующую типологию копинг-ресурсов:

1. Личностные ресурсы;
2. Средовые ресурсы;
3. Ресурсы когнитивной сферы (возможности, позволяющие оценивать воздействие социальной среды);
4. Система социальной поддержки (окружение, в котором живет человек);
5. Ресурсы самосознания (Я-концепция, представления человека о себе); социально поддерживающий процесс (умение находить, принимать и оказывать социальную поддержку);
6. Ценностно-мотивационная структура личности; позиция человека по отношению к смерти, жизни, любви, одиночеству, вере; духовность человека; конкретные личностные качества, свойства (интернальный локус контроля, аффилиация, эмпатия, социальная компетентность) (Цит. по: [4]).

К.Б. Матени, Д.В. Айкок, В.Л. Карлетт и Дж.Н. Юнкер предложили классификацию, в которой постулируется наличие четырех групп ресурсов: *физиологических* (здоровье, отсутствие физических недостатков, физическая выносливость и др.), *психологических* (самооценка, уверенность, чувство контроля, способность к самораскрытию и др.), *когнитивных* (обучаемость, убеждения, способность к структурированию информации и др.), *социальной поддержки и финансового благополучия и финансовой свободы*.

Тем не менее, С.А. Хазова в работе «Когнитивные ресурсы совпадающего поведения: эмпирические исследования» отмечает, что исследования ресурсов обычно носят экстенсивный характер, а эмпирические данные, полученные разными исследователями, часто противоречивы, недостаточны для обобщения результатов и обоснованных выводов. К тому же в отечественной психологии практически отсутствуют работы по изучению динамических процессов в системе ресурсов субъекта: их мобилизации, расходу, сохранению, экономии, восстановлению. Единичные работы в этом направлении есть лишь в зарубежной психологии: S.E. Hobfoll, C.J. Holahan [14].

С. Хофболл, автор одного из наиболее известных подходов к изучению ресурсов – теории их сохранения – ресурсов подчеркивал, что люди имеют врожденное и приобретенное желания сохранить количество и качество своих ресурсов и ограничить, исключить любое состояние, которое может угрожать безопасности ресурсов. В рамках теории он рассматривает природу возникновения стресса с точки зрения потери или угрозы потери ресурсов, объясняет возникновение психологиче-

ского стресса как у отдельных людей, так и в социальном контексте среди групп, сообществ и социальных систем [16].

Под термином «ресурсы» С. Хофболл рассматривал те ценности, которые индивидуумы и общества стремятся приобретать, сохранять, преумножать и накапливать. Он также отмечал, что страх потери ресурсов является ключевым предиктором для возникновения стресса. Жизненные обстоятельства (смена социального статуса, переезд на другое место жительства, развод, смена работы), не являются стрессогенными, если они не ведут к потере ресурсных запасов, являющейся ключевым фактором, приводящим к стрессу.

С. Хофболл рассматривает ресурсы как ценности, которыми обладают индивидуум или сообщество, а также как средства, с помощью которых ценности могут быть сохранены и преумножены. На основании теории он выделяет четыре группы ресурсов. К объективным автор относит материальные ценности: дом, автомобиль, и др. объекты, которыми располагает человек. Как социальные ресурсы он рассматривает социальные статусы, место индивидов в системе социальной стратификации, которые обеспечивают доступ к остальным ресурсам (должность, звание, замужество, принадлежность к конфессии). Фундаментальными компонентами способности индивида к адаптации, играющими первостепенную роль в процессе совладания со стрессом, по мнению Хофболла, являются личностные ресурсы: персональные характеристики человека (оптимизм, самоэффективность, жизнестойкость, локус контроля и др.). К энергетическим ресурсам автор относит время, деньги и знания. Их наличие и правильные вложения способствуют приобретению других перечисленных выше ресурсов. Ресурсы не существуют независимо друг от друга, а представляют собой систему, ресурсный запас, которым располагают индивидуум или группа. Ресурсы взаимосвязаны между собой, они находятся в зависимости друг от друга: отсутствие или потеря одного из них может быть компенсирована наличием или приобретением другого. Однако не все ресурсы и не во всех ситуациях могут компенсировать друг друга [16].

Основополагающий принцип теории сохранения ресурсов – преобладание значимости потерь в сравнении с приобретениями. Процессы потери, в отличие от процессов приобретения, протекают с большей скоростью, имеют более значительные последствия, с трудом поддаются компенсации. Исследователи Tversky и Kahneman указывают, что людям обычно свойственно переоценивать потери и недооценивать приобретения. Предотвратить потерю ресурсов гораздо сложнее, чем приобрести новые ресурсы. Например, социальные контакты – значимые ресурсы современного информационного общества – легче приобрести, чем впоследствии их поддерживать. Чаще всего потеря одного из ресурсов приводит к потере других. С. Хофболл указывает, что, начиная терять ресурсы, человек попадает в нисходящую воронку, двигаясь по которой, пытаясь справиться с трудностями, продолжает терять все больше и больше [16].

Так, потеря работы влечет за собой потерю социального статуса: человек лишается дохода, социальных контактов, кредитов, снижаются самооценка и оптимизм и др. В фольклоре данная цепная реакция выражается поговоркой «Беда не приходит одна». Поэтому психологи сходятся во мнении, что меры, направленные на остановку нисходящей спирали потерь, должны носить комплексный характер.

По мнению большинства исследователей, ресурсы совладающего поведения не являются статичным образованием – они различаются по возобновляемости, силе, долговечности и др. В процессе активного использования ресурсы исчерпываются, истощаются и впоследствии могут восстанавливаться и использоваться вновь. Они выполняют защитную функцию. Очевидно, что человек стремится иметь определенное количество и качество ресурсов в наличии, поддерживать определенный баланс между потерями, тратами ресурсов и процессами их восстановления, развития и приобретения. Такое состояние баланса связывается с адаптивностью субъекта, его уверенностью в собственных силах, компетентностью и психологическим здоровьем. В относительно благополучные периоды жизни человек активно восстанавливает ресурсы, накапливает их. До определенной степени справедливо утверждение, что чем больше у субъекта ресурсов, тем менее он уязвим в стрессовых ситуациях, поскольку ресурсы выполняют защитную функцию. С.Е. Хофболл [16] обращает внимание на то, что значительное количество ресурсов способно вызывать *эустресс* (положительный стресс), усиливать проявления активности и творчества. Другими словами, наличие дополнительных возможностей (ресурсов) дает человеку ощущение свободы, субъективного благополучия и контроля ситуации. Кроме того, когда субъект оценивает количество имеющихся ресурсов как достаточное, он может рисковать ресурсами, инвестировать (термин С. Хофболла), тратить одни ресурсы, «вкладывая» их в

развитие и получение других. Например, потратить значительное количество сил, времени и денег для получения новой специальности или повышения собственной профессиональной компетентности, чтобы в будущем претендовать на более высокую должность и заработную плату. Чтобы вывести такого субъекта из психологического равновесия, трудная ситуация, с которой он столкнулся, должна быть более интенсивной и/или длительной.

Таким образом, человек постоянно следит за состоянием ресурсов, отслеживает и воспринимает их потерю, реагирует, пытаясь ограничить потери ресурсов и максимизировать их приобретение. Поведение человека в стрессовой ситуации также обусловлено наличием у него копинг-ресурсов: физических (выносливость); социальных (поддержка социума); психологических (личностные характеристики присущие индивиду); материальных (деньги, вещи, оборудование).

В нашем исследовании мы придерживаемся идеи Т.Л. Крюковой, которую она описала в рамках кросс-культурного подхода, что для иностранных студентов обучение в иноязычной среде является трудной жизненной ситуацией [5; 6]. Способность личности противостоять негативным воздействиям, противостоять стрессогенным факторам, преодолевать возникающие препятствия и сложные жизненные ситуации требует не только наличия актуально существующих необходимых индивидуальных характеристик. Здесь важна мобилизация личностного потенциала, который, по мнению Д.А. Леонтьева, выступает как основа самодетерминации личности и может оказать реальное влияние на разрешение возникающих проблем, выбор стратегий преодоления сложных жизненных ситуаций [9]. В связи с этим актуализируется проблема выявления условий, факторов и источников, потенциально обеспечивающих защищенность личности в наиболее сложных жизненных ситуациях и дают ей возможность посредством актуализации внутреннего резерва преодолевать трудные жизненные ситуации.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Битюцкая Е.В. Трудная жизненная ситуация критерии когнитивного оценивания // Психологическая наука и образование. 2007. № 4. С. 87-92
2. Гушина Т.В., Крюкова Т.Л., Екимчик О.А. Культура, стресс и копинг: влияние социокультурного контекста на выбор типа совладания // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2014. Т. 20, № 4. С. 73-81.
3. Дорьева Е.А. Проблема достаточности ресурсов совладающего поведения // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика, психология, социокинетика. 2013. Т. 19, № 5. С. 191-194.
4. Иванова Т.Ю. Теория сохранения ресурсов как объяснительная модель возникновения стресса // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. Т. 10, № 3. С. 119-135.
5. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения: современное состояние и психологические, социокультурные перспективы // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика, психология, социокинетика. 2013. Т. 19, № 5. С. 184-187.
6. Крюкова Т.Л. Возрастные и кросскультурные различия в стратегиях совладающего поведения // Психологический журнал. 2010. Т. 26, № 2. С. 5-15.
7. Леонов Н.И. Взаимодействие человека и мира в парадигме конфликтологии // Психологический журнал. 2018. Т. 39, № 5. С. 109-112.
8. Леонов Н.И., Хасан Х.Ф. Психология надежды как ресурс личности // Социальный мир человека: материалы VII Междунар. науч.-практ. конф. «Человек и мир: мирозидание, конфликт и медиация», 5-7 апр. 2018 г., г. Ижевск / под ред. Н. И. Леонова. Ижевск: ERGO, 2018. Вып. 8. (Lingue Socialis). С. 362-365.
9. Леонтьев Д.А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М.В. Ломоносова. Вып. 1 / под ред. Б.С. Братуся, Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2002. С. 56-65.
10. Муздыбаев К. Стратегии совладания с жизненными трудностями. Теоретический анализ // Журнал социологии и социальной антропологии. 1998. Т. 1, вып. 2. С. 7-47.
11. Петрова Е.А. (Дорьева Е.А.) Межпоколенные отношения как ресурс с совладающего поведения: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М.: Институт психологии РАН, 2008.
12. Филиппенко О.Г. Трудные жизненные ситуации студентов, типизация, диагностика, социально педагогическое сопровождение // Научное сообщество студентов XXI столетия. ГУМАНИТАРНЫЕ НАУКИ: сб. ст. по мат. VI междунар. студ. науч.-практ. конф. № 6. URL: sibac.info/archive/humanities/6.pdf (дата обращения: 23.01.2019)
13. Хазова С.А. Ментальные ресурсы субъекта в разные возрастные периоды. автореф. дис. ... докт. психол. наук. Кострома, 2014. URL: <http://www.ipras.ru/engine/documents/document7453.pdf> (дата обращения: 23.01.2019).
14. Хазова С.А. Когнитивные ресурсы совладающего поведения: эмпирические исследования. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010. 152 с.

15. Furnham A., Bochner S. Culture Shock. Psychological reactions to unfamiliar environments. London; N.Y., 1986
16. Hobfoll, S.E. Stress, Culture, and Community The Psychology and Philosophy of Stress London; N.Y., 1998. 296 p.

Поступила в редакцию 19.07.2019

Леонов Николай Ильич, доктор психологических наук, профессор,
заведующий кафедрой социальной психологии и конфликтологии
E-mail: nileonov@mail.ru

Хасан Фалах Хасан, аспирант кафедры социальной психологии и конфликтологии
E-mail: hassanfalah1985@gmail.com

ФГБОУ ВО «Удмуртский государственный университет»
426034, Россия, г. Ижевск, ул. Университетская, 1 (корп. 6)

N.I. Leonov, H.F. Hasan

COPING RESOURCES OF FOREIGN STUDENTS IN DIFFICULT LIFE SITUATIONS

DOI: 10.35634/2412-9550-2019-29-3-291-297

The authors note that, at present, a strategy of paramount importance for many universities has been to focus on the internationalization of their activities. In this regard, the problem of adaptation of foreign citizens is actualized. It is noted that foreign students face a number of difficulties that are specific to this group of people and common to this age group. The use of individual and environmental means (resources) by foreign students in a difficult life situation, which is a foreign-language environment, also remains insufficiently studied. The purpose of writing this article is to summarize the theoretical and empirical research on the problem of a person's coping resources in a difficult life situation. In this article, the authors summarize the fundamental and applied aspects of studying the problem of coping resources of foreign students. It is noted that the success of the adaptation of foreign students is due to the ability to cope with difficult life situations. It is revealed that coping resources contribute to the adaptation of an individual based on his or her potential resources and make it possible to effectively realize personal potential aimed at creating an ecologically resource environment. The authors summarize research approaches on the problem of resources, consider conceptual models of resource conservation. The article notes that for foreign students studying in a foreign-language environment is a difficult life situation. The ability of an individual to resist negative influences, to resist stress factors, to overcome emerging obstacles and difficult life situations requires the mobilization of personal potential, which is the basis of self-determination of personality.

Keywords: coping resources, foreign students, difficult life situation.

Received 19.07.2019

Leonov N.I., Doctor of Psychology, Professor, Head of the Department of Social Psychology and Conflictology
E-mail: nileonov@mail.ru

Hasan H.F., postgraduate student at Department of Social Psychology and Conflictology
E-mail: hassanfalah1985@gmail.com

Udmurt State University
Universitetskaya st., 1/6, Izhevsk, Russia, 426034