



РОЛЬ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТРЕНИНГОВ В ПРОЦЕССЕ ЯЗЫКОВОЙ АДАПТАЦИИ: МЕТОДЫ И ПОДХОДЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ, ИЗУЧАЮЩИХ РУССКИЙ ЯЗЫК

Уразкулова Анна Витальевна

Кокандский университет, Преподаватель кафедры «Социальные науки»

MAQOLA HAQIDA	ANNOTATSIYA
<p>Qabul qilindi: 24-dekabr 2024-yil Tasdiqlandi: 26-dekabr 2024-yil Jurnal soni: 13 Maqola raqami: 64 DOI: https://doi.org/10.54613/ku.v13i.1074 KALIT SO'ZLAR/ КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА/ KEYWORDS языковая адаптация, социально-психологические тренинги, русский язык, мотивация, интерактивные методы, межкультурная коммуникация.</p>	<p>В статье исследуется роль социально-психологических тренингов в процессе языковой адаптации студентов, изучающих русский язык как иностранный. Основное внимание уделено эффективным методам и подходам, которые помогают учащимся преодолевать языковые барьеры, развивать коммуникативные навыки и интегрироваться в новую культурную среду. Исследование демонстрирует, как использование интерактивных техник, групповой работы и психологической поддержки способствует повышению мотивации и успешности в обучении языку.</p>

Введение. Языковая адаптация представляет собой многоступенчатый процесс, требующий не только овладения базовыми языковыми навыками, но и формирования уверенности в общении, понимания культурных норм и интеграции в новую социальную среду. Для студентов, изучающих русский язык как иностранный, этот процесс может быть особенно сложным из-за множества факторов. В их число входят разница в фонетических и грамматических системах, отсутствие языковой практики в естественной среде, культурный шок, а также психологическое напряжение, вызванное боязнью совершить ошибки или не быть понятыми.

В таких условиях социально-психологические тренинги играют ключевую роль, предоставляя учащимся возможность не только развивать языковые навыки, но и справляться с эмоциональными и культурными барьерами. Эти тренинги помогают студентам формировать устойчивую мотивацию, развивать навыки межкультурной коммуникации и чувствовать себя комфортнее в новой среде.

Социально-психологические тренинги включают в себя широкий спектр методов, направленных на поддержку языковой адаптации. К ним относятся ролевые игры, групповые дискуссии, моделирование реальных коммуникативных ситуаций, психологическая поддержка и обмен опытом между участниками. Такие подходы позволяют студентам не только овладеть языком на практическом уровне, но и создать благоприятные условия для их личностного роста, развития социальной активности и укрепления уверенности в своих силах. Особенно важно учитывать, что успех языковой адаптации тесно связан с внутренней мотивацией студентов, их готовностью к обучению и эмоциональным состоянием. Страх перед неудачами, чувство одиночества и непонимания могут существенно замедлить процесс обучения. В этой связи тренинги, направленные на создание безопасной и поддерживающей среды, помогают минимизировать негативные факторы и способствуют эффективному обучению.

Цель данного исследования заключается в анализе методов и подходов, используемых в социально-психологических тренингах, направленных на поддержку студентов в процессе изучения русского языка. Авторы также стремятся оценить влияние этих тренингов на снижение языкового стресса, повышение мотивации и развитие коммуникативной компетенции. Это исследование может быть полезным для преподавателей русского языка как иностранного, специалистов в области межкультурной коммуникации и разработчиков образовательных программ, направленных на языковую адаптацию студентов.

Анализ литературы. Проблема языковой адаптации и социально-психологических аспектов обучения иностранных студентов давно является предметом научных исследований. Различные авторы и научные школы предложили подходы,

которые помогают раскрыть взаимосвязь между психологической поддержкой, мотивацией и успехами в изучении иностранного языка. Нурманов А.Т., Королева С.Б., Алиева Д. Авторы подчеркивают важность использования современных методик обучения русскому языку в условиях цифровизации. В своих исследованиях они выделяют роль интерактивных методов, таких как ролевые игры и проектная деятельность, которые способствуют развитию коммуникативных навыков. Эти работы актуальны в контексте данной статьи, так как подтверждают эффективность активных форм обучения. Шайхисламов Н. исследует применение интерактивных методов на уроках узбекского языка, но его выводы универсальны и применимы к преподаванию русского языка как иностранного. Он акцентирует внимание на роли групповой работы и ролевых игр в создании психологически комфортной среды для обучения. Камалова М.Н. в своих работах акцентирует внимание на необходимости лингвокультурной адаптации студентов. Её исследования показывают, что интеграция межкультурного компонента в обучение помогает учащимся лучше адаптироваться к новой языковой и культурной среде. Ильясова А.И. в своей диссертации рассматривает лингвокультурологическую адаптацию студентов в вузе. Она анализирует психологические и социальные барьеры, с которыми сталкиваются студенты, и подчеркивает важность профессиональной поддержки, включая тренинги, направленные на развитие уверенности и снижение уровня стресса. Фёдорова Л.М. в своей монографии выделяет роль русского языка в профессиональной коммуникации и межкультурном взаимодействии. Она указывает, что эффективное обучение языку требует системного подхода, включающего активное использование интерактивных методов и психологической поддержки.

Изучение трудов указанных авторов позволяет сделать вывод, что успех языковой адаптации студентов напрямую зависит от применения современных методов обучения, включающих интерактивные технологии, психологическую поддержку и развитие межкультурной компетенции. Эти исследования подтверждают актуальность изучения социально-психологических тренингов как инструмента, способствующего языковой адаптации. Для дальнейшего развития темы важно учитывать опыт как отечественных, так и зарубежных авторов, которые доказали эффективность подходов, интегрирующих психологические и педагогические методы.

Методология. Для достижения целей исследования была применена смешанная методология, которая сочетает качественные и количественные методы анализа. Такой подход обеспечивает глубокое понимание исследуемой проблемы и позволяет получить комплексные данные, отражающие различные аспекты языковой адаптации.

Исследование включало два основных этапа: сбор и анализ данных. На первом этапе проводился опрос среди 150 иностранных студентов, изучающих русский язык в ведущих университетах России. Участники представляли разные страны и культурные среды, что позволило получить данные, учитывающие разнообразие опыта и условий обучения. Анкетирование включало открытые и закрытые вопросы, направленные на выявление уровня языковой адаптации, восприятия социальной поддержки и оценки эффективности социальных тренингов. Особое внимание уделялось таким аспектам, как:

основные трудности, с которыми сталкиваются студенты в процессе изучения русского языка;

влияние языкового стресса на успеваемость и мотивацию;

удовлетворенность методами, используемыми на тренингах, и их роль в преодолении языковых барьеров.

На втором этапе проводилось наблюдение за учебным процессом в группах, где активно использовались интерактивные методы. Основными методами были:

Рольевые игры: студенты разыгрывали ситуации из реальной жизни, например, посещение магазина, общение с преподавателем или участие в общественных мероприятиях. Это помогло им тренировать языковые навыки в безопасной и поддерживающей среде.

Моделирование реальных ситуаций: студенты выполняли задания, связанные с решением практических задач, таких как написание писем, заполнение анкет или проведение телефонных разговоров.

Групповые обсуждения и дебаты: эти методы способствовали развитию навыков межкультурной коммуникации, повышению уверенности в выражении собственного мнения и активному вовлечению в диалог.

Кроме того, в рамках исследования проводились интервью с преподавателями и тренерами, работающими с иностранными студентами. Эти интервью позволили выявить профессиональный взгляд на эффективность различных методов и стратегий. Сбор данных сопровождался тщательной их обработкой и анализом. Количественные данные были проанализированы с использованием методов статистики, включая оценку корреляций между участием в тренингах и уровнем языковой адаптации. Качественные данные, полученные из открытых вопросов анкеты и интервью, были подвергнуты тематическому анализу для выявления ключевых факторов, влияющих на успех адаптации. Таким образом, применённая методология позволила не только оценить влияние социально-психологических тренингов на языковую адаптацию, но и выявить лучшие практики, которые могут быть рекомендованы для дальнейшего использования.

Результаты и обсуждение: Результаты исследования продемонстрировали, что участие студентов в социально-психологических тренингах оказывает значительное влияние на их языковую адаптацию. Большинство респондентов отметили, что тренинги помогают преодолеть языковой барьер, развить уверенность в общении и улучшить мотивацию к изучению русского языка. Наиболее эффективными методами, выявленными в ходе исследования, оказались следующие:

Рольевые игры и моделирование реальных ситуаций: Учащиеся активно участвовали в сценариях, имитирующих повседневные ситуации, такие как покупка продуктов, взаимодействие с сотрудниками учебного заведения или обсуждение бытовых вопросов с соседями. Это позволило не только развивать навыки использования русского языка в практических условиях, но и преодолевать страх общения. Кроме того, рольевые игры способствовали снятию напряжения, связанного с возможными ошибками, так как создавали безопасную среду, где ошибки воспринимались как часть обучения.

Результаты показали, что 82% участников отметили, что рольевые игры помогли им чувствовать себя более уверенно в реальных коммуникативных ситуациях.

Групповая работа: Работа в группе оказалась ключевым компонентом успешной адаптации. Участники отметили, что взаимодействие с другими студентами способствует развитию чувства коллективной ответственности и взаимопомощи. Групповая работа стимулировала обмен опытом, что помогало студентам находить решения общих проблем и улучшать свои

языковые навыки. Кроме того, выполнение совместных заданий уменьшало уровень стресса, так как студенты ощущали поддержку и понимание со стороны других участников. Например, обсуждение тем, связанных с культурными различиями или сложностями в учебе, помогало студентам находить эмоциональную опору в коллективе.

Психологическая поддержка и обратная связь: Участие психологов и преподавателей, предоставляющих конструктивную обратную связь, оказалось важным фактором в улучшении адаптации. Психологи оказывали поддержку, помогая студентам справиться с тревогой, связанной с языковыми барьерами и новыми условиями обучения. Преподаватели, в свою очередь, предоставляли комментарии, направленные на улучшение языковых навыков, и поддерживали студентов в их стремлении к прогрессу. Особенно важным оказался индивидуальный подход, позволяющий учитывать уникальные потребности и трудности каждого студента. Студенты, получившие индивидуальную обратную связь, отметили повышение уверенности в своих языковых навыках и уменьшение страха перед общением.

Статистические данные: Результаты опроса подтвердили эффективность тренингов: **78% участников** отметили значительное улучшение коммуникативных навыков, **65% респондентов** сообщили о повышении уровня мотивации к изучению русского языка, более **70% участников** указали, что благодаря тренингам снизился их уровень стресса, связанного с использованием русского языка в повседневной жизни.

Дополнительно было выявлено, что студенты, прошедшие курс тренингов, стали чаще использовать русский язык в социальных взаимодействиях, таких как общение с местными жителями, участие в общественных мероприятиях и самостоятельное выполнение учебных заданий.

Результаты исследования подтверждают высокую эффективность социально-психологических тренингов в процессе языковой адаптации иностранных студентов. Языковая адаптация — это не только овладение лексическими и грамматическими структурами языка, но и умение использовать их в реальных коммуникативных ситуациях. Социально-психологические тренинги, включающие интерактивные методы и групповую работу, играют важную роль в развитии этих навыков.

Первое, что подтверждает исследование, — это важность создания безопасной и поддерживающей среды для студентов. Страх сделать ошибку или столкнуться с непониманием часто становится барьером для изучения языка. Рольевые игры и моделирование реальных ситуаций не только помогают снять этот страх, но и позволяют учащимся быстрее адаптироваться к культурным и социальным реалиям.

Групповая работа, как показывают данные, способствует развитию коллективного взаимодействия и создает пространство для обмена опытом. Это особенно важно для иностранных студентов, которые часто сталкиваются с чувством одиночества в новой языковой среде. Групповые занятия позволяют наладить общение не только на языке обучения, но и в эмоциональной и социальной плоскостях. Важной составляющей является участие профессионалов — психологов и преподавателей, которые предоставляют студентам конструктивную обратную связь. Такой подход позволяет студентам лучше понимать свои сильные и слабые стороны, а также способствует их личностному и академическому росту.

Одним из ключевых аспектов успешной языковой адаптации является мотивация. Исследование показало, что студенты, участвующие в тренингах, демонстрируют более высокий уровень мотивации к изучению русского языка. Они начинают воспринимать язык не как академический предмет, а как инструмент для достижения личных и профессиональных целей. Это подтверждается данными опроса, согласно которым 65% участников отметили повышение своей мотивации.

Уверенность в своих силах также играет значительную роль. Благодаря тренингам студенты начинают активнее участвовать в коммуникации, что способствует закреплению языковых навыков на практике. Это позволяет не только преодолеть страх общения, но и развить устойчивую привычку использовать русский язык в повседневной жизни. Роль тренингов в межкультурной коммуникации: Межкультурная коммуникация является

неотъемлемой частью языковой адаптации. Социально-психологические тренинги помогают студентам осознать и принять культурные различия, что значительно снижает уровень культурного шока. Ролевые игры и обсуждения на темы культурных традиций и обычаев создают пространство для диалога и взаимопонимания, что особенно важно для успешной интеграции в новую среду.

Хотя исследование подтвердило эффективность тренингов, есть несколько ограничений, которые следует учитывать. Во-первых, выборка включала студентов, обучающихся в крупных университетах России, где доступ к профессиональным тренерам и ресурсам может быть выше, чем в других учебных заведениях. Во-вторых, долгосрочные эффекты тренингов не были изучены, что открывает перспективы для будущих исследований. В дальнейшем рекомендуется исследовать, как регулярное участие в тренингах влияет на академическую успеваемость студентов, их профессиональное развитие и успешность интеграции в российское общество. Также полезно рассмотреть влияние различных форматов тренингов, включая онлайн-курсы и смешанное обучение.

Результаты данного исследования подчеркивают необходимость включения социально-психологических тренингов в программы обучения иностранных студентов. Такие тренинги могут стать неотъемлемой частью образовательного процесса, способствуя не только языковой адаптации, но и формированию навыков межкультурного общения и социальной интеграции. В целом, социально-психологические тренинги можно рассматривать как эффективный инструмент, позволяющий иностранным студентам успешно преодолевать барьеры в изучении русского языка, развивать уверенность в общении и адаптироваться к новой культурной среде.

Заключение. Социально-психологические тренинги играют ключевую роль в процессе языковой адаптации иностранных студентов, изучающих русский язык как иностранный. Проведённое исследование продемонстрировало, что такие

Список литературы:

1. Нурманов А.Т., Королева С.Б., Алиева Д. "О современной концепции обучения русскому языку в школах с узбекским и другими языками обучения" // Проблемы обучения языку и литературе в условиях широкой цифровизации: материалы междунар. науч.-практич. конф. – Джизак, ДжГПИ, 2021. – С. 352-356.
2. Шайхисламов Н. "Основные направления и интерактивные методы развития речи учащихся на уроках узбекского языка" // Европейский журнал инноваций в неформальном образовании, 2020.

тренинги помогают эффективно преодолевать языковые и культурные барьеры, способствуют развитию коммуникативных навыков и повышают мотивацию студентов к изучению языка. Использование интерактивных методов, таких как ролевые игры, моделирование реальных ситуаций и групповая работа, создаёт благоприятную образовательную среду, где студенты могут безопасно практиковать языковые навыки и развивать уверенность в себе. Поддержка преподавателей и психологов, обеспечивающих обратную связь, помогает учащимся справляться с эмоциональными и социальными трудностями, связанными с адаптацией к новой культурной среде.

На основе результатов исследования можно сделать вывод, что социально-психологические тренинги являются не только инструментом развития языковой компетенции, но и важным фактором, способствующим интеграции студентов в академическую и социальную жизнь. Более того, они создают возможности для формирования навыков межкультурного общения, что особенно важно в условиях глобализации и международного сотрудничества.

Для дальнейших исследований рекомендуется:

Изучить долгосрочное влияние социально-психологических тренингов на профессиональное развитие студентов, их академические успехи и карьерные перспективы.

Оценить эффективность различных форматов проведения тренингов, включая онлайн-форматы и смешанное обучение.

Разработать и внедрить стандартизированные программы социально-психологических тренингов для широкого применения в образовательных учреждениях.

Таким образом, социально-психологические тренинги можно рассматривать как неотъемлемую часть образовательного процесса для иностранных студентов. Они не только способствуют их языковой адаптации, но и помогают формировать устойчивые навыки, необходимые для успешной интеграции в многонациональную академическую среду и общество в целом.

3. Камалова Малика Низамовна – заведующий кафедрой русского и узбекского языков, к.п.н., доцент Ташкентского государственного экономического университета. Её исследования посвящены вопросам филологии и культуры речи.

4. Ильясова А.И. "Лингвокультурологическая адаптация студентов во время обучения в вузе" // Магистерская диссертация, Уральский федеральный университет, 2020.

5. Фёдорова Л.М. "Русский язык и литература в профессиональной коммуникации и межкультурном взаимодействии" // Монография, Ташкент: Издательство Губкинского университета, 2021.