

DOI:10.20913/2618-7515-2023-4-16

УДК 159.98+37.015.32

Оригинальная научная статья

Академические службы психологического сопровождения в формировании и развитии стрессоустойчивости субъектов университетского образования

А. И. Тащёва

*Южный федеральный университет
Ростов-на-Дону, Российская Федерация
e-mail: annaivta@mail.ru*

Г. В. Валеева

*Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет
Челябинск, Российская Федерация
e-mail: valeeva-chel@mail.ru*

Р. И. Хотеева

*Калужский государственный университет имени К. Э. Циолковского
Калуга, Российская Федерация
e-mail: khoteeva@ya.ru*

М. Р. Арпентьева

*Центр психологической, педагогической, медицинской и социальной помощи «Содействие»
Калуга, Российская Федерация
e-mail: mariam_rav@mail.ru*

Аннотация. *Введение.* Жизнь человека в период получения высшего образования наполнена многочисленными стрессами, конфликтами и кризисами. Их особенно много там, где качество образования низко, а субъекты образования лишены или ограничены в возможностях получения специальной психологической и иной поддержки, где не проводится специальная и системная работа по направленному формированию и развитию стрессоустойчивости субъектов образовательных отношений. *Постановка задачи.* Цель исследования – анализ задачи возможностей современных академических психологических служб, в формировании и развитии стрессоустойчивости субъектов университетского образования. *Методика и методология исследования.* Метод исследования – теоретический анализ задачи возможностей современных академических психологических служб, в формировании и развитии стрессоустойчивости субъектов университетского образования. *Результаты.* Университетский стресс – хроническое состояние с незначительными различиями между началом и концом учебного года, началом и концом образования. При этом стрессовые события университетского периода жизни человека многочисленны и разнообразны. Стрессы образования, включая стрессы инноваций в образовании, значительно снижают успеваемость и отрицательно сказываются на психологическом самочувствии студентов, преподавателей и иных членов университетского сообщества. Типы стрессов и поддержки членов университетского сообщества при этом могут быть разными. Многочисленные сложности университетской жизни включают такие вопросы, как приспособление к новой среде и общий стресс студенческой/преподавательской жизни и т.д.: проблемы постижения и присвоения академических компетенций, проблемы академических и связанных с ними взаимоотношений, проблемы справедливости – включенности и стигматизации – эксклюзии, проблемы воспитания детей, проблемы вхождения в профессию, ее практику, проблемы физического, психологического, нравственного здоровья и т.д. Все это говорит о множественности задач и возможностей современных академических психологических служб, в формировании и развитии стрессоустойчивости субъектов университетского образования. *Выводы.* Психолог может и должен выступать как модель «идеальных» учеников, педагогов, руководителей, родителей, то есть людей, имеющих развитые компетенции в умении учиться, учить, воспитывать и воспитываться. Но его ведущей задачей является фасилитация, поддержка, сопровождение развития этих компетенций, включая компетенции стрессоустойчивости, иные компетенции в области профилактики и совладания с трудностями в кризисных и стрессовых ситуациях, у других субъектов образования. Это предъявляет весьма серьезные требования к уровню профессиональной, личностной и межличностной зрелости специалиста академической службы, деятельности в сфере направленного формирования и развития стрессоустойчивости субъектов образовательных отношений.

Ключевые слова: педагогическая психология, социальная психология, университетский стресс, стрессоустойчивость, академическое консультирование, психологическое сопровождение образовательного процесса, совладание, кризис личностного развития, кризис межличностного развития, кризис учебно-профессионального развития

Для цитирования: Ташчёва А. И., Валеева Г. В., Хотеева Р. И., Арпентьева М. Р. Академические службы психологического сопровождения в формировании и развитии стрессоустойчивости субъектов университетского образования // Профессиональное образование в современном мире. 2023. Т. 13, №4. С. 748–755. DOI: <https://doi.org/10.20913/2618-7515-2023-4-16>

DOI: 10.20913/2618-7515-2023-4-16

Full Article

Academic services of psychological support in the formation and development of stress resistance of subjects of university education

Tashcheva, A. I.

*Southern Federal University
Rostov-on-Don, Russian Federation
e-mail: annaivta@mail.ru*

Valeeva, G. V.

*South Ural State Humanitarian-Pedagogical University
Chelyabinsk, Russian Federation
e-mail: valeeva-chel@mail.ru*

Khoteeva, R. I.

*Kaluga State University named after K. E. Tsiolkovski
Kaluga, Russian Federation
e-mail: khoteeva@ya.ru*

Arpentieva, M. R.

*Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance «Assistance»
Kaluga, Russian Federation
e-mail: mariam_rav@mail.ru*

Abstract. *Introduction.* Human life during the period of higher education is filled with numerous stresses, conflicts and crises. There are especially many of them where the quality of education is low, and the subjects of education are deprived or limited in their opportunities to receive special psychological and other support, where special and systematic work is not carried out to form and develop the stress resistance of the subjects of educational relations. *Purpose setting.* The purpose of the study is to analyze the tasks and capabilities of modern academic psychological services in the formation and development of stress resistance of subjects of university education. *Methodology and methods of the study.* The research method is a theoretical analysis of the tasks and capabilities of modern academic psychological services in the formation and development of stress resistance of subjects of university education. *Results.* University stress is a chronic condition, with little difference between the beginning and end of the academic year, the beginning and end of education. At the same time, the stressful events of the university period of human life are numerous and varied. The stresses of education, including the stresses of innovations in education, significantly reduce academic performance and adversely affect the psychological well-being of students, teachers and other members of the university community. The types of stress and support for members of the university community may be different. Numerous complexities of university life include issues such as adaptation to a new environment and the general stress of student / teaching life, etc.: problems of acquiring and assigning academic competencies, problems of academic and related relationships, problems of fairness – inclusion and stigmatization – exclusion, problems education of children, problems of entering the profession, its practice, problems of physical, psychological, moral health, etc. All this speaks of the multiplicity of tasks and opportunities of modern academic psychological services in the formation and development of stress resistance of subjects of university education. *Conclusion.* A psychologist can and should act as a model of «ideal» students, teachers, leaders, parents, that is, people who have developed competencies in the ability to learn, teach, educate and be educated. But his main task is to facilitate, assistance, support the development of these competencies, including stress tolerance competencies, other competencies in the field of prevention and coping with difficulties in crisis and stressful situations, in other subjects of education. This imposes very serious requirements on the level of professional,

personal and interpersonal maturity of an academic service specialist, activities in the field of directed formation and development of stress resistance of subjects of educational relations.

Keywords: educational psychology, social psychology, university stress, stress resistance, academic counseling, psychological support of the educational process, coping, crisis of personal development, crisis of interpersonal development, crisis of educational and professional development

Citation: Tashcheva, A. I., Valeeva, G. V., Khoteeva, R. I., Arpentieva, M. R. [Academic services of psychological support in the formation and development of stress resistance of subjects of university education]. *Professional education in the modern world*. 2023, vol. 13, no. 4, pp. 748–755. DOI: <https://doi.org/10.20913/2618-7515-2023-4-16>

Введение. Жизнь человека в период получения высшего образования наполнена многочисленными стрессами, конфликтами и кризисами. Их особенно много там, где качество образования низко, а субъекты образования не имеют специальной психологической и иной поддержки, не проводится специальная и системная работа по направленному формированию и развитию стрессоустойчивости субъектов образовательных отношений. Множественные сложности университетской жизни включают такие вопросы, как приспособление к новой среде и общий стресс студенческой/преподавательской жизни и т.д.: проблемы постижения и присвоения академических компетенций, проблемы академических и связанных с ними взаимоотношений, проблемы справедливости – включенности и стигматизации – эксклюзии, проблемы воспитания детей, проблемы вхождения в профессию, ее практику, проблемы физического, психологического, нравственного здоровья. Все эти проблемы говорят о важности системной поддерживающей (сопровождающей) работы специалистов академических психологических служб, направленной на формирование и развитие стрессоустойчивости.

Постановка задачи. Цель исследования – анализ задачи возможностей современных академических психологических служб, в формировании и развитии стрессоустойчивости субъектов университетского образования. Многочисленные данные говорят о том, что университетский стресс – хроническое состояние с незначительными различиями между началом и концом учебного года, началом и концом образования (Н.М. Stallman, С.Р. Hurst, 2016), свойственное в той или иной мере всем субъектам образования [1]. Особенно много стрессов связано с периодами сессий – сдачей промежуточных и итоговых экзаменов, защитами дипломов и диссертаций, отчетами по практике, контрольными и т.п. При этом почти все эти стрессы сопровождаются или имеют в качестве причин нарушенные отношения субъектов образования: насилие (вплоть до колумбайнов), школярство и симуляции педагогической деятельности, ведущие к психологическому выгоранию, «школьным неврозам» и т.п.

Часть проблем связана с отношениями в студенческих группах («кампусах» и общежитиях), а также в группах преподавателей и иных специалистов: вуз – пространство и время жизни многочисленных, порою ориентированных на разные цели и ценности, групп, без специальной работы с которыми эти различия начинают разрушать университетское сообщество и университет в целом. Стрессы образования, включая стрессы инноваций в образовании, значительно снижают успеваемость и отрицательно сказываются на психологическом самочувствии студентов, преподавателей и иных членов университетского сообщества, особенно если в вузе не осуществляется направленная и регулярная программа формирования и развития стрессоустойчивости субъектов образовательных отношений. Типы стрессов и поддержки членов университетского сообщества при этом могут быть разными (А. Greig, Т. MacKay, L. Ginter, 2019) [2; 3].

Методика и методология исследования. Метод исследования – теоретический анализ задачи возможностей современных академических психологических служб, в формировании и развитии стрессоустойчивости субъектов университетского образования.

Результаты. Формирование и развитие стрессоустойчивости субъектов образовательных отношений – важная самостоятельная часть работы академических психологических служб университетов. Стресс – это состояние, которое переживает индивид или группа, когда осознает, что требования / трудности / вызовы ситуации превышают их внутренние и внешние (индивидуальные и социальные) ресурсы, которые субъект способен и готов мобилизовать [4]. Резилентность – ответ индивидуальной или групповой психики на различные трудности: от повседневных неприятностей до важных жизненных событий [5; 6]. Стрессоустойчивость или психологическая резилентность (resilience) как «мягкий навык» (soft skills) есть интегративное свойство или совокупность внутренних качеств/ресурсов, позволяющих индивиду/группе или иному организму выдерживать, оставаться здоровым и эффективным даже при больших физических и психических нагрузках, способность

противостоять возникающим на пути трудностям, спокойно реагировать на конфликтные или неоднозначные ситуации, стойко переносить действие стрессоров без вредных разрушительных для себя и мира реакций (адаптироваться и защищаться), способных вызывать психологические, физические и иные деформации, болезни и психические расстройства, пережить/преобразовать ситуацию с минимальными потерями (справляться, преобразовывать, компенсировать), продолжая привычную жизнедеятельность, оптимально успешно ставить и достигать цели (жизне) деятельности в субъективно и объективно сложной обстановке (Ю. А. Александровский, А. Д. Адо, Д. Амиран, В. В. Аршавский, В. А. Бодров, Ф. Е. Васильюк, Б. Х. Варданян, Э. Вернер, П. Б. Зильберман, В. И. Кабрин, С. Кобейса, Р. Лазарус, Н. Д. Левитов, С. Мадди, А. Г. Маклаков, В. Л. Маришук, А. Маслоу, А. Мастен, Л. Мерфи, Л. М. Митина, В. Г. Норакидзе, Г. Олпорт, В. А. Петровский, К. К. Платонов, Я. Рейковский, В. С. Ротенберг, К. Роджерс, Дж. Ричардсон, Н. Сирота, Б. М. Теплов, С. Фолкман, В. Франкл, Н. Хаан и др.) [4–6].

Стрессоустойчивость – способность и готовность/умение и стремление ориентироваться в нетипичных ситуациях, понимать (осмыслять) человеческие настроения и ситуативные аспекты, отражать нападки и отделять важное и неважное, неизбежное и преодолимое, свое и чужое, требующее разрушения или созидания, отвержения или поддержки (адаптироваться к внешним раздражителям или игнорировать их), проявляя выдержку и такт, жизнестойкость (*hardiness*) и жизнеутверждение. Резилентность в отличие от восстановления после дистрессов и иных травм связана с удержанием устойчивого равновесия, отсутствием моментов дезадаптации. Снижают стрессоустойчивость склонность к самоедству и «комплекс неполноценности», придирчивость/грубость к другим и неуважение, гиперответственность и негативизм, фрустрационная интолерантность и жизнеотрицание, перфекционизм и желание «исправить мир», прокрастинация и трудоголизм и т. п. Все эти аспекты накладываются на многочисленные и многообразные стрессовые события университетского периода жизни человека, усиливая их и вне направленной работы разрушая человека и группу. Кроме того, в последнее время особое значение приобретают макросоциальные стрессы, как создаваемые целенаправленно, намеренно и поэтапно, так и возникающие неожиданно, вне контроля со стороны государственных и надгосударственных управляющих или призванных управлять структур и тем более со стороны индивидов и организаций. Навыки и знания в сфере совладания и жизнестойкости выступают защитным фактором для преодоления трудностей в этот периоды для многих людей, но значительная часть населе-

ния, в том числе студентов и преподавателей, представителей администрации вузов и т. д., обычно так или иначе сталкивается с серьезными психологическими страданиями на фоне низкой или несформированной стрессоустойчивости, слабо развитых навыков профилактики, разрешения (совладания) конфликтов, кризисов и иных служащих источниками стрессов ситуаций.

Сами по себе университетская жизнь, университетский опыт, типичные для него и жизни человека в целом, испытания, тревоги и трудности личностных, межличностных и учебно-профессиональных отношений также могут быть потенциальными источниками возникновения и усугубления психологического (ди) стресса, а также снижения стрессоустойчивости (в результате психологического и иного истощения/выгорания, личностных и межличностных, учебных и профессиональных деформаций и т. д.) студентов, преподавателей и иных субъектов образования. Например, некоторые студенты могут иметь чрезмерно высокие академические претензии, могут испытывать, финансовые трудности, переживать стресс перехода между уровнями образования или переезда, а также стресс изменения образа жизни (включая проблемы ухудшения питания, недостатка сна, употребления наркотиков и алкоголя). Некоторых студентов и преподавателей могут психологически угнетать тяжелые жизненные события, такие как внезапная болезнь, лишения или травмы, или тяжелая утрата, которые могут повлиять на чье-либо психическое здоровье и/или способность справляться с учебой. При этом отдельному человеку весьма часто бывает сложно получить эффективную, своевременную и действительно продуктивную, профессиональную психологическую поддержку от семьи и друзей, особенно если они далеко, также трудно бывает справиться с ситуацией в одиночку. Кроме того, задачей оказания помощи в ситуации кризисов и стрессов функции специалистов академических служб вуза не ограничиваются.

Зарубежные исследователи, например, Х. Вилппу и соавторы (H. Vilppu et al., 2019), К. Дизи и соавторы (C. Deasy et al., 2014), а также отечественные специалисты, в частности Т. В. Христидис, М. С. Новашина (2020), М. Р. Арпентьева (2022) и многие иные, отмечают важность направленной работы служб по формированию и развитию стрессоустойчивости [7–10]. Особенно много внимания уделяется проблеме формирования и развития оптимизма, оптимистического и позитивного преодоления (и переосмысления) затруднений и тупиков трудных, конфликтных и кризисных ситуациях и т. п. (Т. Дю Дубовицкая, А. Р. Эрбегеева, 2009; Д. И. Морозов, 2015) [11; 12].

Еще один ракурс – изучение состояния и процессов формирования и развития жизнестойкости обуча-

ющихся, педагогов, иных сотрудников вузов и членов их семей [13–15]. Многие исследования и разработки осуществляются в контексте проблем и технологий повышения и обеспечения персональной/собственной, межличностной и профессиональной безопасности [16–18]. Здесь важнейшим фокусом выступают вопросы обеспечения и укрепления психологического здоровья обучающихся и педагогов вуза.

Все эти показатели и условия стрессоустойчивости связываются с возможностями и средствами социально-психологического тренинга, психологического консультирования, медиаций и иных методов и форматов сопровождающей академической работы. М.В. Васильченко (2013), Н.И. Олифирович, С.И. Коптева (2010) отмечают значимость помощи в профилактике, диагностике, коррекции конфликтных и кризисных состояний и суицидального поведения (как крайне деструктивной формы выхода из психологического кризиса) у всех субъектов образовательных учреждений: важность системной, многоаспектной и многоуровневой работы с субъектами и стейкхолдерами образовательных учреждений и образовательных отношений [19; 20]. Эти состояния могут быть связаны как с образовательными отношениями и деятельностью, с деформациями и «выгоранием» людей как профессионалов и учеников [7; 11], так и внешними, в том числе макросоциальными стрессами и кризисами (О.О. Андронникова, 2020; М.Р. Арпентьева, 2021; К.М. Graner, A. T. A. R. Cerqueira, 2019; C. Hatzichristou, P. Lianos, A. Lampropoulou, 2019; A. M. Wille, 2016) [7; 22; 23], разрушающими и деформирующими все стороны бытия и развития человека.

Психологическое сопровождение в его разных формах в вузе выступает как средство превенции и коррекции психологического кризиса и аутоагрессивных поведенческих, особенно у студентов «группы риска развития кризисных состояний и суицидального поведения». В целом эта часть работы является для специалиста сквозной: если с более «простыми» нарушениями и задачами человек часто может справиться сам при поддержке сверстников и коллег, обучающихся и педагогов,

иных знакомых ему людей, то более серьезные проблемы, как мы указывали в начале нашей работы, – прерогатива специалистов академических служб психологического сопровождения образования [2; 24–26].

Эта работа требует от специалистов академических служб психологического сопровождения образования высокой квалификации и четкого понимания особенностей своей позиции в вузе, высокой профессиональной квалификации и высокого уровня развития как личности и члены коллектива [27–30]. Специалисты академических служб – источники прямой и обратной связи и моделей адаптации и преобразования стрессовых ситуаций: в образовательных, консультативных, посреднических, экспертно-диагностических и иных контекстах.

Выводы. Говоря о проблематике поддержки субъектов университетского образования в ситуациях кризисов и (ди) стрессов, нужно отметить, что возможности и реальная деятельность академических служб сопровождения образования шире, чем поддержка в разрешении и профилактике проблем и нарушений собственно образовательных отношений. Она включает все разнообразие нормативных, квазинормативных, а также пограничных ситуаций и нарушений, выражающихся в кризисах личностного, межличностного и профессионального типа, требующих системного, в том числе междисциплинарного, командного сотрудничества, организации помощи человеку в системе «семья – вуз – сообщество» (ближайшие помощники и т.д.). В развитии клиента большую роль может играть его обучение основам психологической помощи и взаимопомощи, позволяющим ему оказывать поддержку себе и окружающим. Специалисты службы сопровождения предстают как образцы, идеальные модели помощников, которые клиенты могут взять за основу, научаясь помогать себе и окружающим их людям. Для этого, несомненно, они должны обладать высокой квалификацией и проходить курсы повышения квалификации, супервизии, проводить мероприятия, обучающие командной работе и т.д.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Stallman H. M., Hurst C. P. The university stress scale: measuring domains and extent of stress in university students // Australian Psychologist. 2016. Vol. 51, no. 2. P. 128–134. DOI: <https://doi.org/10.1111/ap.12127>.
2. Greig A., MacKay T., Ginter L. Supporting the mental health of children and young people: a survey of Scottish educational psychology services // Educational Psychology in Practice. 2019. Vol. 35, no. 3. P. 257–270. DOI: <https://doi.org/10.1080/02667363.2019.1573720>.
3. Современная консультативная психология – 2021: психологическое консультирование: и психотерапия глазами молодых ученых [коллективная моногр.]. В 2 т. / под ред. М.Р. Арпентьевой. Торонто: Альтаспера, 2020. Т. 1. 634 с.; Т. 2. 600 с.
4. Михеева А. В. Стрессоустойчивость: к проблеме определения // Полилингвистичность и транскультурные практики. 2010. №2. С. 82–87.
5. Забелина Е. В., Кузнецова Д. К. Понятие психологической резильентности: основные теории // Вестник Челябинского государственного университета. 2015. №1. С. 10–13.

6. Evans B., Reid J. Resilient life: the art of living dangerously. Malden: Polity Press, 2014. 208 p.
7. Арпентьева М. Р. Психосоциальное сопровождение лиц с ОВЗ и их семей. Санкт-Петербург: Лань, 2023. 252 с.
8. Христидис Т. В., Новашина М. С. Формирование стрессоустойчивости педагогов вуза средствами социально-психологического тренинга // Актуальные проблемы психологического знания. 2020. №3/4. С. 34–44.
9. Deasy C., Coughlan B., Pironom J., Jourdan D., Mannix-McNamara P. Psychological distress and coping amongst higher education students: a mixed method enquiry // PLoS One. 2014. Vol. 9, no. 12. Art. e115 193. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0115193>.
10. Vilppu H., Södervik I., Postareff L., Murtonen M. The effect of short online pedagogical training on university teachers' interpretations of teaching learning situations // Instructional Science. 2019. Vol. 47. P. 679–709.
11. Дубовицкая Т. Д., Эрбегеева А. Р. Психологическая поддержка конструктивного преодоления фрустрации у студентов // Ярославский педагогический вестник. 2009. №3. С. 24–35.
12. Морозов Д. И. Психологическое консультирование студентов по проблеме развития жизненного оптимизма // Прикладная психология и психоанализ. 2015. №1. Ст. 11.
13. Касимова З. Ш. Адаптация студентов к обучению в вузе. Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. 64 с.
14. Крючева Я. В. Жизнестойкость и особенности совладания с трудностями в период адаптации первокурсников // Современный ученый. 2020. №2. С. 66–70.
15. Совладающее поведение. Современное состояние и перспективы [коллективная моногр.] / под ред. А. Л. Журавлева [и др.]. Москва: Ин-т психологии РАН, 2008. 474 с.
16. Краснянская Т. М. Психология нарушения собственной безопасности // Известия Южного федерального университета. Технические науки. 2006. Т. 68, № 13. С. 299–300.
17. Татьяначенко Н. П. Развитие психологических знаний о феномене жизнестойкости в трудах отечественных и зарубежных авторов // Вестник Московского университета МВД России. 2013. №5. С. 240–241.
18. Фоминова А. Н. Жизнестойкость личности. Москва: Прометей, 2012. 152 с.
19. Васильченко М. В. Превенция кризисных состояний у субъектов образовательных учреждений. Ростов-на-Дону: Донской гос. техн. ун-т, 2013. 162 с.
20. Олифирович Н. И., Коптева С. И. Специфика деятельности социально-психологической службы в учебно-воспитательном процессе вуза // Вестник Белорусского государственного педагогического университета. Серия 1, Педагогика. Психология. Филология. 2010. №1. С. 34–38.
21. Осин Е. Н. Отчуждение от учебы как предиктор выгорания у студентов вузов: роль характеристик образовательной среды // Психологическая наука и образование, 2015. Т. 20, №4, с. 57–74. DOI: <https://doi.org/10.17759/pse.2015200406>.
22. Андронникова О. О. Психологическая служба в системе высшего образования: проблемы и актуальные задачи // Вестник практической психологии образования. 2020. Т. 17, №1. С. 84–94.
23. Graner K. M., Abreu Ramos Cerqueira A. T. de. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores sociais // Ciência & Saúde Coletiva. 2019. Vol. 24, no. 4. P. 1327–1346. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.09692017>.
24. Hatzichristou C., Lianos P., Lampropoulou A. Supporting vulnerable groups of students in educational settings: university initiatives and partnerships // Psychology in Russia: State of the Art. 2019. Vol. 12, no. 4. P. 65–78. DOI: <https://doi.org/10.11621/pir.2019.0404>.
25. Wille A. M. Facilitating success for refugee students and their families // Communiqué. 2016. Vol. 44, no. 6. P. 35.
26. Davies E. B. Development of an online intervention to increase mental health literacy and promote self-management of depression in university students: Ph. D. thesis. Nottingham: Inst. of Mental Health, Univ. of Nottingham, 2015. 510 p. URL: <http://eprints.nottingham.ac.uk/28972/1/EBDavies%20thesis.pdf> (accessed 11.08.2023).
27. Гриднева С. В., Ташёва А. И., Арпентьева М. Р. Модели психологического сопровождения образования в вузе // Профессиональное образование в современном мире. 2022. Т. 12, №2. С. 337–350. DOI: <https://doi.org/10.20913/2618-7515-2022-2-17>.
28. Академическое психологическое консультирование: психологическое сопровождение образования: [коллективная моногр.] / под ред. М. Р. Арпентьевой. Торонто: Альтаспера, 2019. 230 с.
29. Ташёва А. И., Воронцов Д. В., Гриднева С. В. Консультативная психология: базовые методические проблемы. Ростов-на-Дону: Изд-во Юж. федер. ун-та, 2016. 342 с.
30. Арпентьева М. Р. Академическое социально-психологическое консультирование и преподавание психологии в вузе. Калуга: КГУ им. К. Э. Циолковского, 2016. 750 с.
31. Ташёва А. И. Энциклопедия психологической помощи. Ростов-на-Дону: Феникс, 2000. 544 с.

REFERENCES

1. Stallman H. M., Hurst C. P. The university stress scale: measuring domains and extent of stress in university students. *Australian Psychologist*, 2016, vol. 51, no. 2, pp. 128–134. DOI: <https://doi.org/10.1111/ap.12127>.

2. Greig A., MacKay T., Ginter L. Supporting the mental health of children and young people: a survey of Scottish educational psychology services. *Educational Psychology in Practice*, 2019, vol. 35, no. 3, pp. 257–270. DOI: <https://doi.org/10.1080/02667363.2019.1573720>.
3. Arpentieva M. R. (ed.). *Contemporary counseling psychology – 2021: psychological counseling and psychotherapy through the eyes of young scientists: [collective monogr.]*. In 2 vols. Toronto, Altaspera, 2020, vol. 1, 634 p.; vol. 2, 600 p. (In Russ.).
4. Mikheeva A. V. Stress resistance: on the problem of definition. *Polilingvial'nost' i transkul'turnye praktiki*, 2010, no. 2, pp. 82–87. (In Russ.).
5. Zabelina E. V., Kuznetsova D. K. The concept of psychological resilience: basic theories. *Vestnik Chelyabinskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2015, no. 1, pp. 10–13. (In Russ.).
6. Evans B., Reid J. *Resilient life: the art of living dangerously*. Malden, Polity Press, 2014, 208 p.
7. Arpentieva M. R. Psychosocial support of persons with disabilities and their families. Saint Petersburg, Lan', 2023, 252 p. (In Russ.).
8. Khristidis T. V., Novashina M. S. Formation of stress resistance of university teachers by means of socio-psychological training. *Aktual'nye problemy psikhologicheskogo znaniya*, 2020, no. 3/4, pp. 34–44. (In Russ.).
9. Deasy C., Coughlan B., Pironom J., Jourdan D., Mannix-McNamara P. Psychological distress and coping amongst higher education students: a mixed method enquiry. *PLoS One*, 2014, vol. 9, no. 12, art. e115193. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0115193>.
10. Vilppu H., Södervik I., Postareff L., Murtonen M. The effect of short online pedagogical training on university teachers' interpretations of teaching learning situations. *Instructional Science*, 2019, vol. 47, pp. 679–709.
11. Dubovitskaya T. D., Erbegeeva A. R. Psychological support for constructive overcoming of frustration among students. *Yaroslavskii pedagogicheskii vestnik*, 2009, no. 3, pp. 24–35. (In Russ.).
12. Morozov D. I. Psychological counseling of students on the development of life optimism. *Prikladnaya psikhologiya i psikhoanaliz*, 2015, no. 1, art. 11. (In Russ.).
13. Kasimova Z. Sh. *Adaptation of students to study at the university*. Saratov, IPR Media, 2018, 64 p. (In Russ.).
14. Kryucheva Ya. V. Resilience and peculiarities of coping with difficulties during the adaptation period of first-year students. *Sovremennyye uchenyye*, 2020, no. 2, pp. 66–70. (In Russ.).
15. Zhuravlev A. L. [et al.] (eds.). *Coping behavior. Current state and prospects: [collective monogr.]*. Moscow, In-t psikhologii RAN, 2008, 474 p. (In Russ.).
16. Krasnyanskaya T. M. The psychology of violating one's own security. *Izvestiya Yuzhnogo federal'nogo universiteta. Tekhnicheskie nauki*, 2006, vol. 68, no. 13, pp. 299–300. (In Russ.).
17. Tatyanchenko N. P. Development of psychological knowledge about the phenomenon of resilience in the works of domestic and foreign authors. *Vestnik Moskovskogo universiteta MVD Rossii*, 2013, no. 5, pp. 240–241. (In Russ.).
18. Fominova A. N. *Resilience of the individual*. Moscow, Prometei, 2012, 152 p. (In Russ.).
19. Vasilchenko M. V. *Prevention of crisis conditions in subjects of educational institutions*. Rostov-on-Don, Donskoi gos. tekhn. un-t, 2013, 162 p. (In Russ.).
20. Olifirovich N. I., Kopteva S. I. The specifics of the activities of the socio-psychological service in the educational process of the university. *Vestnik Belorusskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta. Seriya 1, Pedagogika. Psikhologiya. Filologiya*, 2010, no. 1, pp. 34–38. (In Russ.).
21. Osin E. N. Alienation from studies as a predictor of burnout among university students: the role of characteristics of the educational environment. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovaniye*, 2015, vol. 20, no. 4, pp. 57–74. DOI: <https://doi.org/10.17759/pse.2015200406>. (In Russ.).
22. Andronnikova O. O. Psychological service in the higher education system: problems and urgent tasks. *Vestnik prakticheskoi psikhologii obrazovaniya*, 2020, vol. 17, no. 1, pp. 84–94. (In Russ.).
23. Graner K. M., Abreu Ramos Cerqueira A. T. de. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. *Ciência & Saúde Coletiva*, 2019, vol. 24, no. 4, pp. 1327–1346. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.09692017>.
24. Hatzichristou C., Lianos P., Lampropoulou A. Supporting vulnerable groups of students in educational settings: university initiatives and partnerships. *Psychology in Russia: State of the Art*, 2019, vol. 12, no. 4, pp. 65–78. DOI: <https://doi.org/10.11621/pir.2019.0404>.
25. Wille A. M. Facilitating success for refugee students and their families. *Communiqué*, 2016, vol. 44, no. 6, p. 35.
26. Davies E. B. *Development of an online intervention to increase mental health literacy and promote self-management of depression in university students: Ph. D. thesis*. Nottingham: Inst. of Mental Health, Univ. of Nottingham, 2015, 510 p. URL: <http://eprints.nottingham.ac.uk/28972/1/EBDavies%20thesis.pdf> (accessed 11.08.2023).
27. Gridneva S. V., Tashcheva A. I., Arpentieva M. R. Models of psychological support of education at a university. *Professional'noe obrazovanie v sovremennom mire*, 2022, vol. 12, no. 2, pp. 337–350. DOI: <https://doi.org/10.20913/2618-7515-2022-2-17>. (In Russ.).

28. Arpentieva M. R. (ed.). *Academic psychological counseling: psychological support for education: [collective monogr.]*. Toronto, Altaspera, 2019, 230 p. (In Russ.).
29. Tashcheva A. I., Vorontsov D. V., Gridneva S. V. *Counseling psychology: basic methodological problems*. Rostov-on-Don, Izd-vo Yuzh. feder. un-ta, 2016, 342 p. (In Russ.).
30. Arpentieva M. R. *Academic socio-psychological counseling and teaching psychology at the university*. Kaluga, KGU im. K. E. Tsiolkovskogo, 2016, 750 p. (In Russ.).
31. Tashcheva A. I. *Encyclopedia of psychological assistance*. Rostov-on-Don, Feniks, 2000, 544 p. (In Russ.).

Информация об авторах

Тащёва Анна Ивановна – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии личности и консультативной психологии, научный руководитель Психологической службы Академии психологии и педагогики, Южный федеральный университет (Российская Федерация, 344 056, г. Ростов-на-Дону, Днепроvский пер., 116, корп. 4, e-mail: annaivta@mail.ru). <https://orcid.org/0000-0001-5199-9254>

Валеева Галина Валерьевна – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин, Высшая школа физической культуры и спорта, Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет (Российская Федерация, 454 080, г. Челябинск, пр. Ленина, 69, e-mail: valeeva-chel@mail.ru), <http://orcid.org/0000-0001-7004-3864>

Хотеева Раиса Ивановна – кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и социальной психологии, Калужский государственный университет имени К. Э. Циолковского (Российская Федерация, 248 023, г. Калуга, ул. Разина, 22/48, Российская Федерация, e-mail: khoteeva@ya.ru), <https://orcid.org/0000-0002-4580-7241>

Арпентьева Мариям Равильевна – доктор психологических наук, доцент, академик Международной академии образования (МАО), член-корреспондент Российской академии естествознания (РАЕ), внештатный эксперт, – Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Содействие» (Российская Федерация, 248 000, г. Калуга, ул. Достоеvского, 44, e-mail: mariam_rav@mail.ru). <https://orcid.org/0000-0003-3249-4941>

Статья поступила в редакцию 11.07.2022

После доработки 06.10.2023

Принята к публикации 13.10.2023

Information about the authors

Anna I. Tashcheva – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Personality Psychology and Consultative Psychology, Scientific Supervisor of the Psychological Service of the Academy of Psychology and Pedagogy, Southern Federal University (116, bldg. 4 Dneprovskiy Lane, Rostov-on-Don, 344056, Russian Federation, e-mail: annaivta@mail.ru). ORCID: 0000-0001-5199-9254

Galina V. Valeeva – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Life Safety and Biomedical Disciplines, Higher School of Physical Culture and Sports, South Ural State Humanitarian-Pedagogical University (69 Lenina Ave, Chelyabinsk, 454080, Russian Federation, e-mail: valeeva-chel@mail.ru), ORCID: 0000-0003-3140-1627

Raisa I. Khoteeva – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate professor of the Department of General and Social Psychology, Kaluga State University named after K. E. Tsiolkovski (22/48 Razina Str., Kaluga, 248023, Russian Federation, e-mail: khoteeva@ya.ru), ORCID: 0000-0002-4580-7241

Mariam R. Arpentieva – Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Academician of the International Academy of Education (IAE), Corresponding Member of the Russian Academy of Natural History (RANH), Honored Worker of Science and Education of the Russian Academy of Natural Sciences, psychologist-researcher of the Center for Psychological, Pedagogical, Medical and Social Assistance «Assistance» (44 Dostoevskiy Str., Kaluga, 248 000, Russian Federation, e-mail: mariam_rav@mail.ru). ORCID: 0000-0003-3249-4941

The paper was submitted 11.07.2022.

Received after reworking 06.10.2023.

Accepted for publication 13.10.2023.