 © Авторы статьи / Authors of the article

КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ/CLINICAL PSYCHOLOGY

DOI: https://doi.org/10.60797/IRJ.2026.173.55 EDN: WEZINB

НАПРАВЛЕННОСТЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ НАРУШЕНИЙ АДАПТАЦИИ У ВЬЕТНАМСКИХ СТУДЕНТОВ УНИВЕРСИТЕТА

Научная статья

Ермакова Н.Г.[1, *], Нгуен Т.[2]
[1] ORCID : 0000-0002-3015-8488;
[2] ORCID : 0009-0006-6758-5463;
[1, 2] Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, Санкт-Петербург, Российская Федерация

* Корреспондирующий автор (nataliya.ermakova[at]yandex.ru)

Предложена: 21.10.2026; Принята: 06.11.2026; Опубликована: 17.11.2026

Аннотация

Изучение предпосылок нарушения адаптации студентов к обучению в вузе является важной задачей и рассматривается учеными разных стран. Нарушение психологической и социальной адаптации приводит к снижению успеваемости, эмоциональным расстройствам и социальной дезадаптации, что делает актуальным исследование психологических проблем адаптации студентов.

Цель исследования: выявление предпосылок нарушения адаптации и обозначение направленности программы психологической помощи. В исследование приняли участие 224 студента первого курса Университета социального труда города Хошимина (Вьетнам); по результатам академической адаптации и успеваемости они были разделены на 3 группы с низким, средним и высоким уровнем успеваемости после первой сессии.

У студентов с низкими показателями успеваемости (НПУ) отмечается низкий уровень познавательного, мотивационного и психофизиологического компонента адаптации, озабоченность стрессом и низкая интернальность. Была разработана и апробирована программа психологической помощи студентам с НПУ, после проведения программы наблюдалась позитивная динамика академической адаптации и успеваемости.

Ключевые слова: студенты первого курса, академическая адаптация, озабоченность стрессом, успеваемость.

THE FOCUS OF PSYCHOLOGICAL PREVENTION OF ADAPTATION DISORDERS AMONG VIETNAMESE UNIVERSITY STUDENTS

Research article

Ermakova N.G.[1, *], Nguen T.[2]
[1] ORCID : 0000-0002-3015-8488;
[2] ORCID : 0009-0006-6758-5463;
[1, 2] Herzen State Pedagogical University of Russia, Saint-Petersburg, Russian Federation

* Corresponding author (nataliya.ermakova[at]yandex.ru)

Suggested: 21.10.2026; Accepted: 06.11.2026; Published: 17.11.2026

Abstract

Studying the factors underlying students' difficulties in adapting to university life is an important task and is being examined by researchers in various countries. Difficulties with psychological and social adaptation lead to a decline in academic performance, emotional distress and social maladjustment, which makes research into the psychological challenges students face in adapting particularly relevant.

Research objective: to identify the factors underlying difficulties with adaptation and to determine the focus of the psychological support programme. The study involved 224 first-year students at the University of Social Work in Ho Chi Minh (Vietnam); based on their academic adaptation and performance, they were divided into three groups with low, medium and high levels of academic achievement following the first examination session.

Students with low academic performance (LAP) exhibit low levels of the cognitive, motivational and psychophysiological components of adaptation, as well as stress-related concerns and low internalisation. A programme of psychological support for students with low academic performance was developed and tested; following the programme, positive dynamics in academic adaptation and academic performance were observed.

Keywords: first-year students, academic adjustment, stress levels, academic performance.

Введение

Проблеме адаптации студентов к обучению в вузе уделяется много внимания учеными разных стран, в связи с социальной, психологической и экономической значимостью профессионального обучения студентов в каждой стране [1], [2], [3]. Нарушение психологической и социальной адаптации к условиям обучения в вузе и академической среде приводит к снижению успеваемости эмоциональным расстройствам, и социальной дезадаптации [4], [5], [6]. Вьетнамские ученые выделяют наряду с социально-психологическими проблемами (дефицит эмоциональной поддержки, отсутствие навыков коммуникации, отсутствие умения целесообразного распределения времени на

 © Авторы статьи / Authors of the article

подготовку домашних заданий и отдыха), также необходимость подработки для оплаты обучения [7], [8]. Изучение предпосылок нарушения адаптации одна из важных и актуальных задач современного образования [9], [10], [11]. Целью исследования является выявление предпосылок нарушения адаптации вьетнамских студентов первого курса, разработка и апробация программы психологической помощи студентам с нарушением психологической и академической адаптации.

Методы и принципы исследования

Нами проведено обследование 224 студентов первого курса Университета социального труда города Хошимина (Вьетнам) в возрасте от 18 до 25 лет (18,46 ± 1,90); из них 167 девушек, 57 юношей, обучающихся по программе бакалавриата гуманитарным специальностям. Студенты дали информированное согласие на участие в обследовании, которое проводилось в феврале–марте 2024 года после первой сессии. Критерии включения вьетнамские студенты университета, обучающиеся по программе бакалавриата гуманитарным специальностям, в возрасте от 18 до 25 лет. Критерии исключения: иностранные студенты, обучающиеся не по программам бакалавриата, не по гуманитарным специальностям, старше 25 лет или младше 18 лет.

Методики исследования:

– структурированное интервью, направленное на выявление трудностей в обучении и организации досуга;

– методика «Академическая адаптация студентов» [12];

– методика «Расстройство адаптации — новый модуль 20» (Adjustment Disorder New Module 20; ADMN — 20) [13];

– методика «Диагностика социально-психологической адаптации» К. Роджерс, Р. Даймонд;

– опросник «Исследование психологической структуры темперамента» Б.Н.Смирнова [14].

Определялся показатель успеваемости студентов: общее количество оценок, деленное на количество сданных дисциплин в первой сессии.

Все методы психодиагностики были переведены на вьетнамский язык преподавателями Ханойского университета. И обратный перевод выполнен преподавателем Восточного факультета СПбГУ знающими вьетнамский, русский и английский языки. Проведен экспертный анализ — сравнение оригинала методик и их обратного перевода с вьетнамского на русский язык двумя русскоязычными преподавателями Института психологии РГПУ им. А. И. Герцена, работающими с методами психодиагностики: неточности в переводе нескольких вопросов были устранены. Применялись методы математической статистики: описательные статистики, непараметрический критерий Манна-Уитни; коэффициент корреляции Спирмена с применением программы IBM SPSS Statistics 23.0.

Основные результаты

По общему баллу по методике «Академическая адаптация студентов» выборка была разделена на 3 группы с низким, средним и высоким уровнем академической адаптации. Первую группу составили 39 студентов; общий балл по шкале меньше 25,07 баллов ($X < M - SD$); вторую группу 148 студентов; общий балл по шкале ($X = M \pm SD$) (от 25,07 до 32,96 баллов). Третью группу составили 37 студентов; общий балл по шкале ($X > M + SD$) (от 32,96 до 40,06 баллов). Студенты разных групп также различались и по объективным показателям успеваемости в первой сессии. У студентов 1 группы значимо ниже показатели успеваемости по сравнению со студентами 2 группы ($U = 2192{,}000$; $p = 0{,}021$) и студентами 3 группы ($U = 522{,}50$; $p = 0{,}039$). Нами выделены группы сравнения: 1 группа (39 студентов — НПУ) с низким; 2 группа (148 студентов — СПУ) со средним; 3 группа (37 студентов — ВПУ) с высоким показателем успеваемости.

При сравнении показателей студентов трех групп по методике «Академической адаптации студентов» самые низкие показатели наблюдались у студентов 1 группы (НПУ) с низким показателем успеваемости по всем компонентам адаптации, кроме психофизиологического. В то же время при сравнении показателей студентов 1 и 2 группы по психофизиологическому компоненту значимых различий не наблюдалось.

Показатели по психофизиологическому компоненту 1 группы ($N = 39$) $Me = 4{,}000$; $M \pm SD$ (3,99 ± 1,23); Min Max (1.43–5.86); и 2 группы ($N = 148$) $Me = 4{,}140$; $M \pm SD$ (3,99 ± 1,08); Min Max (1.29–6.43); $U = 2858{,}0$; $p = 0{,}926$; различия не значимы. У студентов 2 группы со средним показателем успеваемости также тратиться много сил на учебу, но они мобилизуются и сдают задания во время не имеют задолженностей, в то время как показатели успеваемости у студентов 1 группы ниже.

Нами был проведен корреляционный анализ показателей студентов 1 группы с применением коэффициента Спирмена (Таблица №1).

По результатам корреляционного анализа показатель психофизиологического компонента адаптации (ПФК) у студентов с НПУ имеет отрицательные значимые взаимосвязи ($p < 0{,}001$) с показателями реакции на стресс ADNM-20 (озабоченность стрессом, неспособность адаптироваться, избегание, подавленное настроение, тревога, импульсивные реакции), и положительную связь с показателем эмоционального комфорта (Таблица №1). Чем ниже психофизиологическая готовность, тем больше стресс, и меньше комфорт. Можно предположить, что депрессивные и тревожные иррациональные установки студентов 1 группы приводят к снижению психофизиологической готовности к учебной деятельности.

Чем ниже познавательный компонент по шкале академической адаптации у студентов с НПУ, тем выше ригидность (темперамент) и тем ниже интернальность по шкале социально-психологической адаптации.

 © Авторы статьи / Authors of the article

Таблица 1 - Взаимосвязи показателей студентов 1 группы (НПУ) по методикам «Академическая адаптация студентов» (ААС); «Расстройство адаптации – новый модуль 20»(ADMN–20); «Диагностика социально-психологической адаптации» (СПА); «Исследование психологической структуры темперамента» (Темперамент)

DOI: https://doi.org/10.60797/IRJ.2026.173.55.1

Показатели студентов 1группы N=39		ААС		Темперамент		СПА		Средний балл
		ПФК	ПознавательныйК	Искренность	Эмоц возбуд.	Самопринятие	Интернальность	
ADNM-20	Озабоченность стрессом	-0,607**	–	0,385*	–	–	–	–
	Неспособность адаптироваться	-0,525**		–				
	Избегание	-0,520**			0,321*	-0,403*	–	
	Подавленное настроение	-0,409**		0,324*	–	-0,381*	-0,366*	
	Тревога	-0,551**		–	–	–	–	
	Импульсивность	-0,504**		0,413**	0,381*	-0,361*		
Темперамент	Эмоциональная возбудимость.	–	–	–	–	–	–	-0,346*
	Ригидность		-0,469**					–
	Искренность		–		0,324*	-0,449**	-0,330*	
	Темп реакции				–	–	–	-0,424**
СПА	Интернальность	–	0,334*	-0,330*	–	–	–	–
	Самопринятие		–	-0,449**				
	Эмоц комфорт	0,316*		-0,513**				

*Примечание: значимость p < 0,001**; p < 0,05**

При анализе результатов эмпирического исследования проведенного после 1 сессии в феврале марте 2024 года были выявлены предпосылки нарушения психической адаптации у студентов с НПУ, которые наблюдались на всех уровнях психической адаптации (психофизиологическом, психологическом и социально-психологическом).

Нами была разработана и апробирована программа психологической помощи студентам с низкой успеваемостью НПУ (39 студентов) в сентябре 2024 года, в начале второго курса. Программа психологической помощи была направлена на обучение совладанию со стрессом, навыкам коммуникации, тайм-менеджменту, на повышение самопринятия. Программа состояла из мини-лекций и групповых занятий (тренинга) с применением приемов когнитивно-поведенческой терапии (модель АВС); использовались дискуссии, разбор трудных ситуаций, ролевые игры. Программа проводилась в течение 1 месяца (2 занятия в неделю, длительностью 1,5 часа). Студенты позитивно отнеслись к занятиям.

Нами было проведено повторное исследование студентов НПУ после 3 сессии в феврале–марте 2025 года по методике «Академическая адаптация студентов», ADMN-20 и интервью. Отмечается значимая положительная динамика по всем показателям академической адаптации у студентов группы НПУ, кроме психофизиологического показателя (Таблица №2). Полученные результаты свидетельствует о позитивном влиянии программы психологической помощи на осознание отношения к учебе, освоение приемов организации времени и совладание со стрессом, в то же время психофизиологическое напряжение остается высоким у студентов с НПУ.

При сравнении показателей студентов 1 группы (НПУ) по методике «Расстройство адаптации». ADMN-20 До и После проведения программы психологической помощи значимых различий не выявлено.

 © Авторы статьи / Authors of the article

В то же время отмечается некоторое снижение по показателю озабоченность стрессом, избегание стресса, подавленное настроение, тревога. Из интервью известно, что уменьшилась озабоченность стрессом и катастрофическое мышление, студенты НПУ научились анализировать трудности и принимать взвешенное решение. По результатам интервью студенты отмечали, что стали точнее анализировать препятствие, выбирать способы решения, и строить оптимистичные планы выхода из трудной ситуации.

Таблица 2 - Динамика показателей студентов 1 группы (НПУ) по методике «Академическая адаптация студентов» до и после проведения программы психологической помощи

DOI: https://doi.org/10.60797/IRJ.2026.173.55.2

Показатели шкалы Академическая Адаптация студентов 1 группы (N=39) (НПУ)	Номер обследования	Me	M±SD	Min -Max	Критерий Вилкоксона	Значимость
Личностный к.	1	3,890	3,94±0,75	2,44-5,22	-4,758	0,000
	2	5,220	5,19±0,87	3,22-7,00		
Эмоциональный к.	1	3,750	3,80±0,80	1,75-5,75	-4,620	0,000
	2	5,130	5,04±0,94	3,13-7,00		
Познавательный к.	1	3,250	3,80±0,74	1,75-4,63	-5,18	0,000
	2	4,380	4,58±0,90	3,13-7,00		
Мотивационный к.	1	4,400	4,27±1,11	1,60-6,20	-4,530	0,000
	2	5,400	5,46±1,02	2,40-7,00		
Психофизиологический к.	1	4,000	3,99±1,23	1,43-5,86	-0,293	0,769
	2	4,140	4,20±1,49	1, 0-6,43		
Коммуникативный к.	1	4,140	4,13±0,82	2,29-6,29	-3,126	0,002
	2	4,860	4,97±1,23	1,00-7,00		
Общий показатель	1	23,920	23,38±1.92	14,48 -25,02	-5,289	0,000
	2	28,91	29,25±3,92	21,30-40,54		

Примечание: 1 – первое обследование (до); 2 – второе обследование (после)

Проведено сравнение средних оценок академических показателей студентов группа 1 (n=39) в первой и третьей сессии после проведения программы. Средний балл по успеваемости улучшился у 24 (61,5%) студентов из группы НПУ, остался неизменным у 15 (38,5%) студентов. Все студенты продолжили обучение. Это демонстрирует, что программа психологической помощи привела к позитивным изменениям для значительного числа студентов группы НПУ.

Заключение

Подготовка квалифицированных профессиональных кадров является важной социальной, психологической и экономической задачей при обучении студентов в каждой стране. Наряду с академической успеваемостью, важным является психологическое благополучие студентов, что делает необходимым изучение проблем адаптации студентов в процессе обучения. Предпосылками нарушения адаптации у студентов является низкая психофизиологическая готовность, высокие показатели озабоченности стрессом, низкая интернальность, что приводит к низким показателям успеваемости после первой сессии. Программа психологической помощи, направленная на обучение совладанию со стрессом, тайм-менеджменту, способствовала повышению академической адаптации и успеваемости студентов. Необходимость разработки мер по профилактике стрессовых расстройств у студентов отмечают разные авторы [2], [3], [4], [5], а также [6], [7], [8], [9], [15].

Высокие требования, предъявляемые к студентам в образовательной среде делают, по нашим представлениям, необходимым психологическое сопровождение студентов на всем протяжении обучения.

Проведенное нами исследование позволило обозначить ресурсы психической адаптации, предпосылки нарушения адаптации студентов первого курса и направленность программы психологической помощи.

 © Авторы статьи / Authors of the article

Конфликт интересов

Не указан.

Рецензия

Бунас И.Л., Санкт-Петербургский морской технический университет, Санкт-Петербург Российская Федерация
DOI: https://doi.org/10.60797/IRJ.2026.173.55.3

Conflict of Interest

None declared.

Review

Bunas I.L., St. Petersburg State Marine Technical University, Saint-Petersburg Russian Federation
DOI: https://doi.org/10.60797/IRJ.2026.173.55.3

Список литературы / References

1. Реан А.А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / А.А. Реан, А.Р. Кудашев, А.А. Баранов. — СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. — 479 с.

2. Anh N.V. Factors Affecting The Level of Psychological Adaptation of First Year Students at Thai Nguyen University — Lao Cai Campus / N.V. Anh, N.M. Hien, P.T.K. Anh // TNU Journal of Science and Technology. — 2024. — Vol. 229, № 3. — P. 283–290. — DOI: 10.34238/tnu-jst.9735.

3. Brailovskaia J. Positive Mental Health, Stressful Life Events, and Suicide Ideation / J. Brailovskaia, T. Teismann, J. Margraf // Crisis. — 2020. — Vol. 41, № 5. — P. 383–388. — DOI: 10.1027/0227-5910/a000652. — PMID: 32036702.

4. Демчева Н.К. Структурно-клиническая характеристика пограничных психических расстройств у студентов медицинского и технического университетов / Н.К. Демчева, О.А. Бухановская, В.Г. Заика // Российский психиатрический журнал. — 2019. — № 6. — С. 36–44. — DOI: 10.24411/1560-957X-2019-11953.

5. Чайка Ю.А. Распространенность психических расстройств у студентов и современные подходы к их профилактике / Ю.А. Чайка, М.Л. Баранов // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. — 2025. — Т. 59, № 3. — С. 25–39. — DOI: 10.31363/2313-7053-2025-3-1086.

6. McLean L. Perceived social support and stress: a study of 1st year students in Ireland / L. McLean, D. Gaul, R. Penco // International Journal of Mental Health and Addiction. — 2022. — Vol. 20. — P. 1–21. — DOI: 10.1007/s11469-021-00710-z. — PMID: 35103049. — PMCID: PMC8791695.

7. Nguyen T.T. Indicators of Stress Among Students at the University of Foreign Languages, Vietnam National University Hanoi / T.T. Nguyen // VNU Journal of Foreign Studies. — 2024. — Vol. 40, № 2. — P. 127–138. — DOI: 10.63023/2525-2445/jfs.ulis.5247.

8. Trung N.H. Adaptation status of the first year students of faculty of economics with the environment of Dong Thap University / N.H. Trung, H.L.U. Minh // TNU Journal of Science and Technology. — 2022. — Vol. 227, № 6. — P. 43–49. — DOI: 10.34238/tnu-jst.5734.

9. Салихова Н.Р. Трудности адаптации первокурсников к обучению в вузе / Н.Р. Салихова, А.Р. Фахрутдинова // Вестник Российского государственного гуманитарного университета. Серия «Психология. Педагогика. Образование». — 2021. — № 1. — С. 97–113. — DOI: 10.28995/2073-6398-2021-1-97.

10. Муллер О.Ю. Социально-психологическая адаптация студентов к обучению в педагогическом вузе / О.Ю. Муллер, Н.А. Ротова // Российский психологический журнал. — 2020. — Т. 17, № 3. — С. 18–29. — DOI: 10.21702/rpj.2020.3.2.

11. Barker E.T. The Rise and Fall of Depressive Symptoms and Academic Stress in Two Samples of University Students / E.T. Barker, A.L. Howard, R. Villemaire-Krajden [et al.] // Journal of Youth and Adolescence. — 2018. — Vol. 47, № 6. — P. 1252–1266. — DOI: 10.1007/s10964-018-0822-9. — PMID: 29470761.

12. Шамионов Р.М. Академическая адаптация студентов: разработка и валидизация новой методики / Р.М. Шамионов, М.В. Григорьева, Е.С. Гринина [и др.] // Психологическая наука и образование. — 2022. — Т. 27, № 2. — С. 53–68. — DOI: 10.17759/pse.2022270205.

13. Glaesmer H. Adjustment disorder as proposed for ICD-11: Dimensionality and symptom differentiation / H. Glaesmer, M. Romppel, E. Brähler [et al.] // Psychiatry Research. — 2015. — Vol. 229, № 3. — P. 940–948. — DOI: 10.1016/j.psychres.2015.07.010.

14. Практическая психодиагностика : методики и тесты / сост. Д.Р. Райгородский. — Самара : Бахрах-М, 2019. — 672 с.

15. Corti F. Initial adaptation among university student: The case of the social sciences / F. Corti, J. Llanes, I. Dorio Alcaraz [et al.] // PLoS ONE. — 2023. — Vol. 18, № 11. — Art. e0294440. — DOI: 10.1371/journal.pone.0294440. — PMID: 37956193. — PMCID: PMC10642847.

Список литературы на английском языке / References in English

1. Rean A.A. Psikhologiya adaptatsii lichnosti. Analiz. Teoriya. Praktika [Psychology of personality adaptation. Analysis. Theory. Practice] / A.A. Rean, A.R. Kudashev, A.A. Baranov. — St. Petersburg : Praym-YEVROZNAK, 2006. — 479 p. [in Russian]

2. Anh N.V. Factors Affecting The Level of Psychological Adaptation of First Year Students at Thai Nguyen University — Lao Cai Campus / N.V. Anh, N.M. Hien, P.T.K. Anh // TNU Journal of Science and Technology. — 2024. — Vol. 229, № 3. — P. 283–290. — DOI: 10.34238/tnu-jst.9735.

3. Brailovskaia J. Positive Mental Health, Stressful Life Events, and Suicide Ideation / J. Brailovskaia, T. Teismann, J. Margraf // Crisis. — 2020. — Vol. 41, № 5. — P. 383–388. — DOI: 10.1027/0227-5910/a000652. — PMID: 32036702.

4. Demcheva N.K. Strukturno-klinicheskaya kharakteristika pogranichnykh psikhicheskikh rasstroystv u studentov meditsinskogo i tekhnicheskogo universitetov [Structural and clinical characteristics of borderline mental disorders in medical

 © Авторы статьи / Authors of the article

and technical university students] / N.K. Demcheva, O.A. Bukhanovskaya, V.G. Zaika // Rossiyskiy psikhiatricheskiy zhurnal [Russian Psychiatric Journal]. — 2019. — № 6. — P. 36–44. — DOI: 10.24411/1560-957X-2019-11953. [in Russian]

5. Chayka Yu.A. Rasprostranennost' psikhicheskikh rasstroystv u studentov i sovremennyye podkhody k ikh profilaktike [Prevalence of mental disorders among students and modern approaches to their prevention] / Yu.A. Chayka, M.L. Baranov // Obozreniye psikhiatrii i meditsinskoy psikhologii im. V.M. Bekhtereva [V.M. Bekhterev Review of Psychiatry and Medical Psychology]. — 2025. — Vol. 59, № 3. — P. 25–39. — DOI: 10.31363/2313-7053-2025-3-1086. [in Russian]

6. McLean L. Perceived social support and stress: a study of 1st year students in Ireland / L. McLean, D. Gaul, R. Penco // International Journal of Mental Health and Addiction. — 2022. — Vol. 20. — P. 1–21. — DOI: 10.1007/s11469-021-00710-z. — PMID: 35103049. — PMCID: PMC8791695.

7. Nguyen T.T. Indicators of Stress Among Students at the University of Foreign Languages, Vietnam National University Hanoi / T.T. Nguyen // VNU Journal of Foreign Studies. — 2024. — Vol. 40, № 2. — P. 127–138. — DOI: 10.63023/2525-2445/jfs.ulis.5247.

8. Trung N.H. Adaptation status of the first year students of faculty of economics with the environment of Dong Thap University / N.H. Trung, H.L.U. Minh // TNU Journal of Science and Technology. — 2022. — Vol. 227, № 6. — P. 43–49. — DOI: 10.34238/tnu-jst.5734.

9. Salikhova N.R. Trudnosti adaptatsii pervokursnikov k obucheniyu v vuze [Difficulties in the adaptation of first-year students to university studies] / N.R. Salikhova, A.R. Fakhrutdinova // Vestnik Rossiyskogo gosudarstvennogo gumanitarnogo universiteta. Seriya "Psikhologiya. Pedagogika. Obrazovaniye" [Bulletin of the Russian State University for the Humanities. Series "Psychology. Pedagogy. Education"]. — 2021. — № 1. — P. 97–113. — DOI: 10.28995/2073-6398-2021-1-97. [in Russian]

10. Muller O.Yu. Sotsial'no-psikhologicheskaya adaptatsiya studentov k obucheniyu v pedagogicheskom vuze [Socio-psychological adaptation of students to study at a pedagogical university] / O.Yu. Muller, N.A. Rotova // Rossiyskiy psikhologicheskiy zhurnal [Russian Psychological Journal]. — 2020. — Vol. 17, № 3. — P. 18–29. — DOI: 10.21702/rpj.2020.3.2. [in Russian]

11. Barker E.T. The Rise and Fall of Depressive Symptoms and Academic Stress in Two Samples of University Students / E.T. Barker, A.L. Howard, R. Villemaire-Krajden [et al.] // Journal of Youth and Adolescence. — 2018. — Vol. 47, № 6. — P. 1252–1266. — DOI: 10.1007/s10964-018-0822-9. — PMID: 29470761.

12. Shamionov R.M. Akademicheskaya adaptatsiya studentov: razrabotka i validizatsiya novoy metodiki [Academic adaptation of students: development and validation of a new methodology] / R.M. Shamionov, M.V. Grigoryeva, E.S. Grinina [et al.] // Psikhologicheskaya nauka i obrazovaniye [Psychological Science and Education]. — 2022. — Vol. 27, № 2. — P. 53–68. — DOI: 10.17759/pse.2022270205. [in Russian]

13. Glaesmer H. Adjustment disorder as proposed for ICD-11: Dimensionality and symptom differentiation / H. Glaesmer, M. Romppel, E. Brähler [et al.] // Psychiatry Research. — 2015. — Vol. 229, № 3. — P. 940–948. — DOI: 10.1016/j.psychres.2015.07.010.

14. Prakticheskaya psikhodiagnostika [Practical psychodiagnostics] : methods and tests / comp. by D.R. Raygorodsky. — Samara : Bakhrakh-M, 2019. — 672 p. [in Russian]

15. Corti F. Initial adaptation among university student: The case of the social sciences / F. Corti, J. Llanes, I. Dorio Alcaraz [et al.] // PLoS ONE. — 2023. — Vol. 18, № 11. — Art. e0294440. — DOI: 10.1371/journal.pone.0294440. — PMID: 37956193. — PMCID: PMC10642847.