

УДК: 159.9:37.015.3+316.6

НАВЧАЛЬНА ДЕЗАДАПТАЦІЯ ІНОЗЕМНИХ СТУДЕНТІВ: ПСИХОЕМОЦІЙНІ ПОРУШЕННЯ, СОЦІАЛЬНІ ФАКТОРИ ТА ПІДХОДИ ДО КОРЕКЦІЇ (ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ)

*Терьошина І.Ф., Васильєва О.В., Могилка О.П., Перепьолкіна К.М.
Харківський національний медичний університет, Харків, Україна*

Актуальність. Зростання кількості іноземних студентів в українських закладах вищої освіти на тлі глобалізації виводить проблему їх навчальної дезадаптації на перший план. Цей стан, зумовлений складністю адаптації до нових академічних, соціокультурних та побутових реалій, проявляється комплексом психофізіологічних порушень, що серйозно загрожують академічній успішності та психічному здоров'ю. У сучасних умовах соціально-економічної невизначеності потребує поглибленого вивчення та розробки практичних заходів втручання.

Мета. Систематизувати наукові дані щодо клініко-психологічної структури навчальної дезадаптації іноземних студентів, проаналізувати її ключові детермінанти та на основі огляду літератури сформулювати комплексні підходи до її психокорекції та профілактики.

Матеріали та методи. Проведено системний огляд та аналіз сучасних вітчизняних і міжнародних наукових джерел за темою дослідження. Використано методи теоретичного аналізу, синтезу та узагальнення для виокремлення основних компонентів дезадаптації, чинників ризику та протективних механізмів.

Етика дослідження. Були проаналізовані джерела, в яких описані дослідження, виконані з дотриманням етичних правил.

Результати. Встановлено, що навчальна дезадаптація іноземних студентів є полікомпонентним станом, обов'язковими елементами якого виступають психоемоційні порушення (тривога, емоційна нестабільність), соматовегетативний дисбаланс, диссомнічні розлади та соціальна тривожність. До основних предикторів розвитку дезадаптації належать мовні та культурні бар'єри, відсутність соціальної підтримки, складності у міжособистісній взаємодії, фінансова нестабільність та навчальне перевантаження. Соціальна підтримка визначена ключовим чинником, що пом'якшує стресовий вплив і сприяє адаптації. Виявлено також негативний вплив порушень режиму життєдіяльності на функціональний стан студентів.

Висновки. Для ефективного подолання навчальної дезадаптації іноземних студентів необхідний комплексний, інтегрований підхід, який поєднує індивідуальну психологічну корекцію, спрямовану на розвиток адаптивних копінг-стратегій і підвищення стресостійкості, з організаційно-середовищними заходами. Останні мають включати програми соціальної інтеграції, тьюторську підтримку, створення інклюзивного освітнього середовища та навчання навичкам саморегуляції. Реалізація таких заходів є запорукою не лише покращення академічних результатів та психологічного благополуччя іноземних студентів, але й підвищення міжнародного іміджу української вищої освіти в цілому.

Ключові слова: психіатрія, медична психологія, соціальна тривожність, соматовегетативний дисбаланс, психокорекція, соціальна підтримка.


Відповідальний автор: Терьошина І.Ф.
✉ 4, пр. Науки, м. Харків,
61022, Україна.
E-mail: teryshina.ira73@gmail.com

Corresponding author Tieroshyna I.F.
✉ 4, Nauky Ave., Kharkiv,
61022, Ukraine.
E-mail: teryshina.ira73@gmail.com

© Терьошина І.Ф., Васильєва О.В.,
Могилка О.П., Перепьолкіна К.М.,
2025

CC BY-NC-SA

© Tieroshyna I.F., Vasylieva O.V.,
Mohylka O.P., Perepolkina K.M.,
2025

	Цитуйте українською: Терьошина ІФ, Васильєва ОВ, Могилка ОП, Перепьолкіна КМ. Навчальна дезадаптація іноземних студентів: психоемоційні порушення, соціальні фактори та підходи до корекції (огляд літератури) <i>Медицина сьогодні і завтра</i> . 2025;94(3):11с. In press. https://doi.org/10.35339/msz.2025.94.3.tvm
	Cite in English: Tieroshyna IF, Vasyliieva OV, Mohylka OP, Perepolkina KM. Academic maladaptation of international students: psycho-emotional disturbances, social factors, and approaches to correction (literature review) <i>Medicine Today and Tomorrow</i> . 2025;94(3):11p. In press. https://doi.org/10.35339/msz.2025.94.3.tvm [In Ukrainian].

Вступ

Глобалізація освітнього простору, зокрема інтеграція закладів вищої освіти в міжнародну освітню мережу, сприяє зростанню кількості іноземних студентів, які обирають навчання за межами своєї країни. Іноземні студенти привносять у навчальні заклади культурне розмаїття та традиції своїх країн, в яких вони мешкали до прибуття в Україну, однак вони також стикаються і з низкою викликів, які можуть негативно позначитися на їхньому психоемоційному стані, соціальному функціонуванні та академічній успішності. У процесі адаптації до нових академічних, соціокультурних і побутових умов студенти з інших країн часто переживають значні труднощі, що зумовлює виникнення станів навчальної дезадаптації.

Початок студентського життя є значущим викликом для більшості молодих людей, як вітчизняного, так й іноземного походження, що пов'язано з необхідністю адаптації до нової соціальної ролі студента. Вони стикаються з необхідністю інтеграції в новий колектив, виконанням нових академічних вимог і повсякденних обов'язків, а також з орієнтацією на майбутню професійну діяльність [1–3].

З наукової точки зору, перехід від шкільної до вищої освіти характеризується змінами в навчально-виховному процесі, зокрема в уявленнях про зміст майбутньої професійної діяльності та нову соціальну роль студента. На першому курсі, як правило, спостерігається зниження ефективності засвоєння навчального матеріалу внаслідок збільшення його обсягу порівняно із періодом отримання загальної середньої освіти [4; 5].

Нездатність особистості долати стрес є ключовим чинником порушень психічного та фізіологічного здоров'я студентів. Це також може призвести до розвитку труднощів у адаптації до умов закладу вищої освіти та негативно вплинути на продовження навчання. Цей процес також може супроводжуватися порушеннями у сфері міжособистісної взаємодії, зокрема через конфлікти чи проблеми у стосунках [6–8].

Феномен дезадаптації є реакцією на стресові фактори, що виникають у студентів, в тому числі студентів іноземного походження під час адаптації до нових академічних, соціокультурних умов та колективу закладів вищої освіти [9; 10]. Значна частина студентів іноземного походження також стикається з викликами, пов'язаними з адаптацією до нових культурних, освітніх і соціальних умов. Особливого значення набувають різниця в культурних цінностях, мовний бар'єр і відсутність належної соціальної підтримки.

Згідно з даними Regehr C. et al. [7], серед факторів, які визначають оптимальний вплив на процес адаптації іноземних студентів, ключовим є їхнє ставлення до навчального процесу та обраної спеціальності. Відтак, правильний вибір професії виступає необхідною умовою для їх успішної адаптації.

Адаптація студента визначається як здатність відповідати вимогам та нормам навчального закладу, а також умінням розвиватися в новому для себе середовищі, реалізовувати свої здібності та потреби без конфлікту з оточуючими [9–11]. Більшість науковців розглядають професійну та навчальну адаптацію як одну з форм соціальної адаптації, виокремлюючи при цьому професійний аспект (що включає

психофізіологічний компонент, який поєднує фізіологічні процеси організму з психічними функціями) і соціально-психологічний аспект (який охоплює вплив суспільства на психіку особистості та вплив особистості на соціальні процеси). При цьому соціально-психологічний аспект має визначальну роль, оскільки саме він впливає на перебіг інших аспектів адаптаційного процесу [12]. Професійна адаптація в умовах вищого навчального закладу є процесом формування у студентів-іноземців інтересу до обраної професії, стійкої мотивації до опанування всіх необхідних знань, умінь і навичок у межах професії, а також методології та логіки наукової діяльності.

У дослідженнях, присвячених фізіологічним аспектам адаптації, навчальна адаптація визначається як процес, що включає фізіологічні, індивідуально-психологічні, поведінкові та соціальні компоненти [13]. Численні дослідження вивчення дезадаптації серед осіб молодого віку до умов професійного навчання свідчать про те, що успішність адаптаційних процесів залежить від психофізіологічних, типологічних, індивідуально-психологічних та інших характеристик особистості [14]. Поширеність дезадаптивних розладів серед студентської популяції, за даними літератури, коливається від 6 % до 61 %. Такі розлади спричиняють зниження працездатності, погіршення навчальної адаптації та академічної успішності, а також негативно впливають на якість життя студентів [15; 16].

До ознак неуспішної адаптації серед іноземних студентів вищих навчальних закладів входять: зниження працездатності, підвищена втомлюваність, сонливість, головний біль, домінування депресивного настрою, високі рівні тривожності, загальмованість або, навпаки, гіперактивність, агресивність, роздратованість, що супроводжується порушеннями дисципліни, пропусками занять та відсутністю мотивації до навчання [7; 14; 15].

Джерелом труднощів для студентів-іноземців можуть бути нові умови життя, інша культура та мовні бар'єри, а також первинна соціалізація в освітньому середовищі. Одночасно з набуттям статусу студента, молоді люди стикаються з новою системою навчання, необхідністю оволодіння новою мовою та культурою, формуванням взаємин з одногрупниками та викладачами, адаптацією до нових соціально-побутових умов та самостійного життя в міському середовищі. Також складнощі викликає недостатність знань про структуру та принципи функціонування університету й міста в цілому, а також можливості для самореалізації в творчій, науковій, громадській або спортивній діяльності. Проте, студенти-іноземці, які навчаються українською мовою, демонструють кращу адаптацію та меншу схильність до адаптаційних розладів у порівнянні з англійськими студентами [17; 18].

В умовах сучасної соціально-економічної нестабільності вища освіта відбувається на тлі невизначеності життєвих перспектив молоді. Вищий навчальний заклад лише тимчасово захищає від потреби знаходити своє місце в професійному світі, відтермінуючи на короткий час вступ до конкурентних відносин із фахівцями та іншими молодими спеціалістами [19].

Сучасні автори відзначають, що швидкі соціальні перетворення та їх динаміка, у поєднанні з невизначеністю кінцевого результату, ускладнюють прогнозування індивідуальних життєвих перспектив навіть на короткі терміни. Це призводить до загострення проблеми не лише швидкості адаптаційних процесів, але й доцільності вибору тієї чи іншої стратегії адаптації [20].

Метою дослідження була систематизація наукових даних щодо клініко-психологічної структури навчальної дезадаптації іноземних студентів, аналіз її ключових детермінант та визначення комплексних підходів до її психокорекції та профілактики.

Матеріали та методи

Дана робота є оглядом літератури. Пошук джерел проводився в електронних базах даних PubMed, Scopus, Web of Science, Google Scholar та наукових каталогах українських журналів за ключовими словами: адаптація студентів, дезадаптація, іноземні студенти, соціальна тривожність, копінг-стратегії. Критеріями включення були: наукові статті, опубліковані українською та англійською мовами за останні 15 років, що містять дані про клініко-психологічні аспекти адаптації студентів, зокрема іноземних. У підсумку для аналізу було відібрано 44 наукові публікації. Використані методи: теоретичний аналіз та узагальнення наукових даних, порівняльний аналіз, систематизація.

Етика дослідження

Дана наукова робота є теоретичним дослідженням, що ґрунтується на аналізі вже опублікованих даних. Оскільки безпосередні експерименти за участю людей не проводилися, питання отримання інформованої згоди не актуальне. В дослідженні дотримувались принципів академічної доброчесності: усі використані джерела належним чином цитуються. Були проаналізовані джерела, в яких описані дослідження, виконані з дотриманням етичних правил.

Результати

На основі узагальнення критеріїв оцінки успішності професійної адаптації виділили такі показники ефективності адаптації студентів до навчального процесу у вищих навчальних закладах. Отже, до групи об'єктивних критеріїв віднесені: успішність власної діяльності, зокрема поточна та підсумкова успішність; стабільність функціонального стану організму під час навчання (відсутність різких порушень психофізіологічних функцій); а також відсутність виражених ознак перевтоми під час навчальної діяльності [21].

Хоча активність у навчанні чи громадській діяльності може виглядати як об'єктивний показник (її можна виміряти: участь у заходах, виконання завдань,

кількість ініціатив), вона не є чисто зовнішнім явищем. Її джерело – внутрішні психічні процеси, тобто суб'єктивні мотиви, установки, емоції, цінності. До суб'єктивних критеріїв належать задоволеність навчанням та рівень навчальної активності, оскільки їхня реалізація ґрунтується на внутрішніх мотивах та установках особистості [22].

Проблема адаптації та стресу не є новою в психології, однак вона стає дедалі актуальнішою у вітчизняних та зарубіжних дослідженнях. Ряд науковців виділяють такі симптоми психологічної дезадаптації, які можуть бути проявами дезадаптаційного стресу, що переживається студентами під час навчання: підвищений рівень емоційного збудження та тривожності; зниження комунікабельності, емоційної стійкості та самоконтролю; почуття неповноцінності у стосунках з однолітками; зниження успішності, недостатня увага і концентрація на заняттях; скарги на погане самопочуття і сон; втрата зацікавленості у навчанні [23].

Група є одним із найбільш важливих мікросоціальних факторів, що впливають на формування особистості, а також одним із найбільш ефективних засобів виховання. Врахування цих особливостей сприятиме оптимізації процесу адаптації студентів. Особистісні взаємовідносини є одним із ключових факторів, що визначають емоційний клімат групи та «емоційне благополуччя» її членів. Кожен студент або учень займає певне місце не лише в системі ділових взаємин, але й у системі особистісних відносин.

Основні симптоми психологічної дезадаптації проявляються у підвищеному рівні емоційного збудження, тривожності, нейротизму, а також у зниженні комунікабельності, емоційної стійкості, самоконтролю та соціальної сміливості. Крім того, з'являється почуття неповноцінності у стосунках з однолітками, викладачами та батьками, що супроводжується надмірною сором'язливістю. Також спостерігаються зниження успішності, недостатня увага та концентрація на заняттях, скарги

на погане самопочуття та порушення сну, а також втрата інтересу до навчання та до навчального процесу в цілому. Ці прояви можуть призводити до адаптаційного стресу, непродуктивних форм реагування, порушень поведінки та різного ступеня емоційних розладів [25; 27].

Значна кількість наукових досліджень спрямована на вивчення працездатності психічних функцій, таких як пам'ять і увага, функціонування аналізаторів (зорового та рухового) та ефективності діяльності в умовах стресу, а також на дослідження змін цих функцій у процесі професійної адаптації. Виявлено, що на динаміку працездатності негативно впливають численні фактори, серед яких найважливішими є нерегулярний розклад, інформаційне перевантаження, недосипання, порушення режиму харчування та стресові ситуації [26].

Літературні джерела вказують на те, що на працездатність і здоров'я студентів впливають як суб'єктивні, так і об'єктивні фактори, а також природно-кліматичні та екологічні умови. Серед суб'єктивних факторів, що негативно позначаються на адаптації до професійної діяльності, виділяються слабкі професійні навички, несамостійність, світоглядна та соціальна інфантильність, а також невпевненість у власних можливостях [28]. Суттєвий вплив на психічне благополуччя студентів мають також природно-кліматичні та екологічні особливості нового середовища, зокрема адаптація до іншого клімату та зміни у способі життя.

Теорія, пов'язана з академічною успішністю, згідно з якою академічна продуктивність залежить від особистісної структури (здібності, розвитку, мотивації), викладання (кількості викладеної інформації та її ясності) та середовища, де живе студент і здійснює свою діяльність (дім, клас, група однолітків поза класом) [29]. Деякі дослідження у цьому напрямку показали статистично значущий зв'язок між самореалізацією як мотивацією до навчання та академічними досягненнями ($p=0,04$). Зокрема результати також показали статистично

значущу кореляцію між пригадуванням нещодавно завченої інформації та академічними досягненнями ($p=0,05$). Крім того, було виявлено статистично значущий зв'язок між перевагою представлення інформації в графічній формі, а не в письмовій формі, та академічними досягненнями ($p=0,03$). Студенти, які були задоволені своєю академічною успішністю, мали в 1,6 раза більше шансів отримати високий середній бал ($VШ=1,6$; $p=0,08$) [30].

Однією з важливих причин дезадапційної поведінки є відмінності між шкільним та студентським колективами. Якщо перший – це середовище, де домінує зовнішнє управління, залежність і емоційна нестабільність, то другий – це простір для самостійного розвитку, професійного зростання та соціальної активності, а також труднощі у налагодженні міжособистісних контактів. Студенти молодших курсів частіше відчувають фізичний і емоційний стрес, тоді як старшокурсники стикаються з проблемами, пов'язаними з міжособистісними відносинами [31].

Сучасні наукові дослідження свідчать, що облігатними компонентами станів дезадаптації у студентів є погіршення самопочуття, порушення емоційного резонансу, зниження загальної активності, відчуття втоми, зниження мотивації до діяльності, соматовегетативний дисбаланс і диссомнічні порушення [32]. У структурі дезадаптивних станів також може спостерігатися неадекватний страх негативної оцінки в соціальних ситуаціях, що може бути генералізованим (охоплює більшість соціальних контактів) або негенералізованим (обмежується певними видами соціальної діяльності або ситуаціями, пов'язаними із взаємодією з іншими людьми). Згідно із моделлю Великої п'ятірки (модель п'яти факторів, де оцінюється п'ять вимірів: відкритість, екстраверсія, сумлінність, приємність та емоційна стабільність), всі параметри особистості, а саме відкритість ($VШ=0,392$; $p=0,01$), екстраверсія ($VШ=0,512$; $p=0,03$), сумлінність ($VШ=3,671$; $p=0,004$), приємність ($VШ=2,791$; $p=0,07$) та емоційна стабі-

льність (ВШ=4,863; $p=0,0003$) статистично пов'язані з результатами навчання [30].

Схильність до уникання стресових ситуацій супроводжується різноманітними страхами, такими як розмови по телефону в громадських місцях, участь у діяльності невеликих груп, спілкування з малознайомими людьми, входження до кімнати з іншими людьми, тестування знань або здібностей, а також висловлення несхвалення або незгоди з малознайомими людьми [33].

Підготовка до професійної діяльності, зокрема навчання у вищих закладах освіти, суттєво впливає на формування дезадаптивних станів у студентів. Крім того, проблеми в соціальній сфері, зокрема відсутність дружніх стосунків із протилежною статтю, мають великий вплив на клінічну картину дезадаптивних станів [24].

Конфліктні відносини з викладачами та однокурсниками, незадоволеність фінансовим станом, а також емоційні проблеми з членами родини є також поширеними причинами стресу серед студентів.

Дискусія

Літературні дані свідчать, що останнім часом іноземним студентам важче дається подолання проблем, пов'язаних із навчанням та соціальною взаємодією (відносини з іншими студентами, викладачами та адміністрацією), ніж труднощі в сімейно-побутовій сфері [34]. Крім психоемоційних аспектів, дезадаптація іноземних студентів часто супроводжується соціальною тривожністю та неадаптивними копінг-стратегіями. Нездатність ефективно подолати стресові ситуації, пов'язані з культурними та освітніми відмінностями, може призводити до страху перед новими викликами та недостатнього розвитку академічних навичок.

Отримані дані, зібрані з досліджень, свідчать про те, що дезадаптація є полікомпонентним станом, сформованим взаємодією внутрішніх та зовнішніх чинників. З одного боку, облігатні психофізіологічні симптоми, такі як соматовегетативний дисбаланс, диссомнічні розлади та емоційна нестабільність [32],

прямо знижують функціональний потенціал студента. З іншого боку, ці симптоми посилюються та набувають клінічного значення на тлі зовнішніх стресорів. Ключовим тут є не просто наявність проблем, а їх комплексний характер: мовний бар'єр одночасно обмежує соціальну інтеграцію та ускладнює засвоєння матеріалу, що призводить до навчального перевантаження та фінансової незабезпеченості. Таким чином, дезадаптацію слід розглядати не як суму окремих труднощів, а як власне системну відповідь організму на хронічний полістрес, де соціальна ізоляція та тривожність [33] виступають не лише наслідком, а й потужним підсилювачем фізіологічних порушень.

Відповідно, стратегії профілактики та корекції не можуть бути унітарними та повинні відповідати складності самої проблеми. Дані про визначальну роль соціальної підтримки вказують на те, що найбільш перспективним є середовищний підхід. Це означає, що окрім індивідуальної психологічної роботи зі студентом з розвитку адаптивних копінг-стратегій [22], критично важливими стають організаційні заходи зі сторони закладу освіти. Створення інклюзивного освітнього середовища, впровадження тьюторського супроводу, програм соціальної інтеграції та навчання навичкам саморегуляції [21] мають на меті не лише допомогти студенту подолати наявні труднощі, а й проактивно зміцнити його ресурси, зробивши саме освітнє середовище менш стресовим та більш підтримуючим. Це особливо актуально в умовах сучасної невизначеності, коли вищий навчальний заклад не може повністю захистити молодь від конкурентних відносин майбутнього, але має завдання надати їй інструменти для ефективною адаптації [19, 20]. Успішна реалізація таких комплексних заходів стане запорукою не лише поліпшення академічних показників та психічного здоров'я іноземних студентів, а й підвищення міжнародної конкурентоспроможності української вищої освіти в цілому.

Висновки

1. Навчальна дезадаптація студентів – це складний і багатокомпонентний стан, який об'єднує низку психологічних, фізіологічних та соціальних порушень. Згідно з літературними джерелами, ключовими симптомами дезадаптації є психоемоційні порушення (підвищена тривожність, зниження емоційної стійкості), соматовегетативний дисбаланс (порушення регуляції внутрішніх органів), розлади сну (диссомнічні порушення) та порушення соціальної взаємодії (соціальна тривожність, страх перед негативною оцінкою).

2. Для забезпечення стабільності та комфортної адаптації важливими є медичні та соціальні аспекти. Водночас недостатність підтримки, відсутність дружніх стосунків або конфліктні відносини з викладачами та одногрупниками часто стають джерелом стресу, поглиблюючи дезадаптацію. Важливим фактором є й фінансова нестабільність студентів, яка в поєднанні з інтенсивним навчальним навантаженням підвищує ризик емоційного та фізичного виснаження.

3. Аналіз досліджень свідчить, що дезадаптація сбутовлена взаємодією психоемоційних, фізіологічних і соціальних чинників. Основні патологічні компоненти дезадаптації включають порушення емоційної сфери, диссомнічні розлади, соматовегетативний дисбаланс та соціальну тривожність, які знижують здатність студентів до ефективної навчальної діяльності.

4. Психокорекція та психопрофілактика навчальної дезадаптації повинні включати комплексні заходи, спрямовані на зміцнення соціальних зв'язків, розвиток адаптивних копінг-стратегій і підвищення

емоційної стійкості іноземних студентів. Важливим є створення сприятливого освітнього середовища, яке стимулює мотивацію та підтримує здорові міжособистісні відносини. У підсумку, тільки всебічний підхід до корекції та профілактики дезадаптації дозволить знизити її рівень і поліпшити якість академічного життя іноземних студентів.

5. В умовах, коли кількість іноземних студентів продовжує зростати, особливо важливо розробити ефективні підходи до психокорекції та профілактики навчальної дезадаптації. Комплексний підхід, що включає психологічну допомогу, соціальну інтеграцію, розвиток адаптивних копінг-стратегій та навчання студентів методам управління стресом, може сприяти більш ефективному подоланню труднощів, з якими стикаються іноземні студенти у процесі навчання.

Декларації

Конфлікт інтересів відсутній.

Усі автори дали згоду на публікацію статті на умовах ліцензії Creative Commons BA NC SA 4.0 International License та публічного договору з редакцією, на обробку та публікацію їхніх персональних даних.

Автори рукопису заявляють, що під час проведення досліджень, підготовки та редагування цього рукопису вони не використовували жодні інструменти чи сервіси генеративного штучного інтелекту (ШІ) для виконання завдань, перелічених у Таксономії делегування генеративного ШІ (Generative AI Delegation Taxonomy, GAIDeT, 2025). Усі етапи роботи (від розробки дослідницької концепції до фінального редагування) виконувалися авторами особисто.

Фінансування та подяки

Дослідження було проведено як приватна ініціатива авторів, не отримувало фінансування від грантових програм, а тема дослідження не була офіційно зареєстрована в державному реєстрі наукових тем.

Внесок авторів

Автори \ Внесок	A	B	C	D	E	F
Терьошина І.Ф.	+	+		+	+	+
Васильєва О.В.		+	+			+
Могилка О.П.	+				+	+
Переполюкіна К.М.			+	+		+

Примітки: А – концепція;

В – дизайн;

С – збір даних;

Д – статистична обробка та інтерпретація даних;

Е – написання або критичне редагування статті;

Ф – схвалення фінальної версії до публікації та згода нести відповідальність за всі аспекти роботи.

Література

- Feldt RC, Graham M, Dew D. Measuring adjustment to college: Construct validity of the Student Adaptation to College Questionnaire. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*. 2011;44(2):92-104. DOI: 10.1177/0748175611400291.
- Pancer SM, Hunsberger B, Pratt MW, Alisat S. Cognitive complexity of expectations and adjustment to university in the first year. *J Adolesc Res*. 2000;15(1):38-57. DOI: 10.1177/0743558400151003.
- Credé M, Niehorster S. Adjustment to college as measured by the Student Adaptation to College Questionnaire: A quantitative review of its structure and relationships with correlates and consequences. *Educ Psychol Rev*. 2012;24(1):133-65. DOI: 10.1007/s10648-011-9184-5.
- Спіріна ТП, Зарюгіна ЮЄ. Особливості адаптації студентів-першокурсників до умов навчання у вищому навчальному закладі. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Педагогіка. Соціальна робота*. 2020;(3):105-10. Доступно на: <https://www.researchgate.net/publication/352414263>
- Robbins SB, Lauver K, Le H, Davis D, Langley R, Carlstrom A. Do psychosocial and study skill factors predict college outcomes? A meta-analysis. *Psychol Bull*. 2004;130(2):261-88. DOI: 10.1037/0033-2909.130.2.261. PMID: 14979772.
- Юрчинська ГК, Бахвалова АВ. Характеристики психологічного здоров'я студентів під час навчальної адаптації в умовах повномасштабної війни. *Український психологічний журнал*. 2023;2(20):131-51. DOI: 10.17721/upj.2023.2(20).9.
- Regehr C, Glancy D, Pitts A. Interventions to reduce stress in university students: A review and meta-analysis. *J Affect Disord*. 2013;148(1):1-11. DOI: 10.1016/j.jad.2012.11.026. PMID: 23246209.
- Dyson R, Renk K. Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms, stress, and coping. *J Clin Psychol*. 2006;62(10):1231-44. doi: 10.1002/jclp.20295. PMID: 16810671.
- Періг І. Психічне здоров'я студентів як фактор адаптації до навчання у ВНЗ. *Освіта регіону*. 2025:299. Доступно на: <https://social-science.uu.edu.ua/article/573>
- Smith RA, Khawaja NG. A review of the acculturation experiences of international students. *Int J Intercult Relat*. 2011;35(6):699-713. DOI: 10.1016/j.ijintrel.2011.08.004.
- Дідух ММ. Проблеми й основні напрями адаптації студентів до умов навчання в закладах вищої освіти. *Юридична психологія*. 2019;25(2):61-70. DOI: 10.33270/03192502.61.
- Marakushin D, Chernobay L, Vasylieva O, Morozov O, Korobchanskij P. Brain integrated activity in medical students under conditions of adaptation to psychoemotional stress. *Georgian Med News*. 2019;(288):135-9. PMID: 31101793.
- Constantine MG, Anderson GM, Berkel LA, Caldwell LD, Utsey SO. Examining the cultural adjustment experiences of African international college students: A qualitative analysis. *J Couns Psychol*. 2005;52(1):57-66. DOI: 10.1037/0022-0167.52.1.57.

14. Hechanova-Alampay R, Beehr TA, Christiansen ND, Van Horn RK. Adjustment and strain among domestic and international student sojourners: A longitudinal study. *Sch Psychol Int*. 2002;23(4):458-74. DOI: 10.1177/0143034302234007.
15. Васильєва ОВ. Специфіка психологічної дезадаптації іноземних студентів англomовної форми навчання. *Медицина сьогодні і завтра*. 2020;89(4):59-65. DOI: 10.35339/msz.2020.89.04.08.
16. Сінайко ВМ, Хаустов ММ. Комплексна оцінка динаміки станів психічної дезадаптації у студентів медичного вищого навчального закладу. *Архів психіатрії*. 2018;24(4):212-5. Доступно на: http://nbuv.gov.ua/UJRN/apsuh_2018_24_4_11
17. Vashkite I, Khaustov M. Features of the clinical picture of depressive disorders of different registers in university students. *Inter Collegas*. 2019;6(2):112-9. DOI: 10.35339/ic.6.2.112-119.
18. Кожина ГМ, Зеленська КО, Гайчук ЛМ, Хаустов ММ, Зеленська ГМ. Медико-психологічний погляд на проблему адаптації англomовних студентів молодших курсів до навчальної діяльності. *Матеріали LI навчально-методичної конференції «Англomовне навчання в ХНМУ: сучасний стан, проблеми та перспективи» (2018, Україна, Харків, ХНМУ)*. С. 54-6.
19. Огоренко ВВ, Шустерман ТЙ, Ніколенко АС, Кокашинський ВО, Кокашинська ГВ. Дослідження рівня особистісної резиліентності здобувачів вищої освіти різних галузей знань під час воєнного стану в Україні. *Український вісник психоневрології*. 2025;33(1(122)):54-8. DOI: 10.36927/2079-0325-V33-is1-2025-8.
20. Непорада ІМ. Адаптація студентів-першокурсників до дистанційного навчання в умовах воєнного стану. *Імідж сучасного педагога*. 2023;1(208):39-44. DOI: 10.33272/2522-9729-2023-1(208)-39-44.
21. Пшук НГ, Белов ОО, Новицький АВ. Психосоціальна дезадаптація та якість життя студентів медичних закладів вищої освіти в умовах воєнного часу. *Український вісник психоневрології*. 2023;31(2):69-74. DOI: 10.36927/2079-0325-V31-is2-2023-9.
22. Дмитрук Л. Проблема адаптації українських та іноземних студентів-першокурсників до навчального процесу. *Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету*. 2019;2:32-8. DOI: 10.31499/2307-4906.2.2019.168360.
23. Baker RW, Siryk V. Measuring adjustment to college. *J Couns Psychol*. 1984;31(2):179-89. DOI: 10.1037/0022-0167.31.2.179.
24. Тихоновський ОВ. Адаптація студентів-іноземців до навчання в Україні. *Медична освіта*. 2015;(1):117-9. DOI: 10.11603/me.v0i1.4186.
25. Пилипів ДБ, Шарга БМ, Фекета ВП. Психічне здоров'я студентів медичного факультету № 2 Ужгородського національного університету під час пандемії COVID-19 за даними анонімного опитування. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія Медицина*. 2020;62(2):88-95. DOI: 10.24144/2415-8127.2020.62.88-95.
26. El-Gabry DA, Okasha T, Shaker N, Elsefay D, Yehia M, Aziz KA, et al. Mental health and wellbeing among Egyptian medical students: A cross-sectional study. *Middle East Curr Psychiatry*. 2022;29:25. DOI: 10.1186/s43045-022-00193-1.
27. Pereira MA, Barbosa MA, de Rezende JC, Damiano RF. Medical student stress: an elective course as a possibility of help. *BMC Res Notes*. 2015 Sep 10;8:430. DOI: 10.1186/s13104-015-1399-y. PMID: 26358029.
28. Грицук ОВ. Емоційні стани студентів як метакогнітивне утворення. *Наука і освіта*. 2014;6:30-4. Доступно на: http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO_2014_6_8
29. Walberg HJ. *Educational environments and effects: Evaluation, policy, and productivity*. Berkeley (CA): McCutchan Publishing Corporation; 1979. 372 p.
30. Романенко ОВ. Методичні засади вивчення кореляційної парадигми у структурі курсу експериментальної психології. *Юридична психологія*. 2016;2(19):33-42. Доступно на: <https://elar.naiu.kiev.ua/bitstream/123456789/1007/1/3.pdf>
31. Маліцька ЛБ. Соціально-психологічна адаптація студентів до умов навчання. *Актуальні проблеми психології у закладах освіти*. 2022;3:163-81. DOI: 10.31812/psychology.v3i.7492.
32. Гапоненко ЛВ, Тріпак М, Федорчук В, Чаркіна О. Психологічні передумови емоційної дезадаптації сучасних студентів. *Наукові перспективи*. 2023;5(35):749-63. DOI: 10.52058/2708-7530-2023-5(35)-749-763.

33. Бабатіна СІ. Особливості сприйняття та переживання часу у студентів на етапі адаптації та ідентифікації. Наука і освіта. 2013;7:120-5. Доступно на: <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/7041/1/Babatina.pdf>

34. Юр'єва ЛМ, Шустерман ТЙ, Подольська ЛВ. Ситуативна тривога та особистісна тривожність у іноземних здобувачів медичної освіти на різних етапах навчання. Український вісник психоневрології. 2022;30(3):127-32. DOI: 10.36927/2079-0325-V30-is3-2022-95.

Tieroshyna I.F., Vasylieva O.V., Mohylka O.P., Perepolkina K.M.

ACADEMIC MALADAPTATION OF INTERNATIONAL STUDENTS: PSYCHO-EMOTIONAL DISTURBANCES, SOCIAL FACTORS, AND APPROACHES TO CORRECTION (LITERATURE REVIEW)

Background. The increase in the number of international students in Ukrainian higher education institutions against the backdrop of globalization brings the problem of their academic maladaptation to the forefront. This condition, caused by the difficulty of adapting to new academic, socio-cultural, and living realities, manifests as a complex of psycho-physiological disturbances that seriously threaten academic success and mental health. In the current conditions of socio-economic uncertainty, it requires in-depth study and the development of practical intervention measures.

Aim. To systematize scientific data on the clinical-psychological structure of academic maladaptation among international students, analyze its key determinants, and, based on a literature review, formulate comprehensive approaches to its psycho-correction and prevention.

Materials and Methods. A systematic review and analysis of current domestic and international scientific sources on the research topic were conducted. Methods of theoretical analysis, synthesis, and generalization were used to identify the main components of maladaptation, risk factors, and protective mechanisms.

Research Ethics. Sources describing studies conducted in compliance with ethical rules were analyzed.

Results. It was established that the academic maladaptation of international students is a multicomponent state, the obligatory elements of which include psychoemotional disturbances (anxiety, emotional instability), somatovegetative imbalance, dyssomnia disorders, and social anxiety. The main predictors of maladaptation development include language and cultural barriers, lack of social support, difficulties in interpersonal interaction, financial instability, and academic overload. Social support has been identified as a key factor mitigating stress impact and promoting adaptation. The negative impact of disruptions in life regime on the functional state of students was also revealed.

Conclusions. Effectively overcoming the academic maladaptation of international students requires a comprehensive, integrated approach that combines individual psychological correction aimed at developing adaptive coping strategies and increasing stress resistance with organizational-environmental measures. The latter should include social integration programs, tutor support, creating an inclusive educational environment, and teaching self-regulation skills. The implementation of such measures is a guarantee of not only improving the academic results and psychological well-being of international students but also enhancing the international image of Ukrainian higher education as a whole.

Keywords: *psychiatry, medical psychology, social anxiety, somatovegetative imbalance, psycho-correction, social support.*

Надійшла 02.02.2025

Прийнята до опублікування 29.09.2025

Опублікована 30.09.2025

Відомості про авторів

Терьошина Ірина Федорівна – кандидат медичних наук, доцент, доцент кафедри психіатрії, наркології, медичної психології та соціальної роботи Харківського національного медичного університету, Україна.

Поштова адреса: ХНМУ, 4, пр. Науки, м. Харків, 61022, Україна.

E-mail: teryshina.ira73@gmail.com

ORCID: 0000-0002-8112-2514.

Васильєва Оксана Василіївна – кандидат медичних наук, доцент, начальник відділу міжнародних зв'язків та грантової роботи Харківського національного медичного університету, Україна.

Поштова адреса: ХНМУ, 4, пр. Науки, м. Харків, 61022, Україна.

E-mail: ov.vasylieva@knmu.edu.ua

ORCID: 0000-0003-0285-8820.

Могилка Олександр Петрович – старший викладач кафедри психіатрії, наркології, медичної психології та соціальної роботи Харківського національного медичного університету, Україна.

Поштова адреса: ХНМУ, 4, пр. Науки, м. Харків, 61022, Україна.

E-mail: aleksandr.mohilka@gmail.com

ORCID: 0000-0003-0284-2749

Переполькіна Катерина Миколаївна – викладач кафедри психіатрії, наркології, медичної психології та соціальної роботи Харківського національного медичного університету, Україна.

Поштова адреса: ХНМУ, 4, пр. Науки, м. Харків, 61022, Україна.

E-mail: km.perepolkina@knmu.edu.ua

ORCID: 0000-0002-5849-6542.