

# ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ СТУДЕНТОВ ВУЗА: ВЛИЯНИЕ УЧЕБНОЙ НАГРУЗКИ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ

## PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF UNIVERSITY STUDENTS: THE IMPACT OF ACADEMIC WORKLOAD AND SOCIAL SUPPORT

**M. Novikova**  
**A. Rasulov**  
**A. Fomichenko**  
**N. Usova**

*Summary:* The article examines the psychological well-being of university students in the context of the impact of academic workload and social support. Key stress factors associated with the intensity of the educational process and their influence on students' emotional state are analyzed. Special attention is paid to the role of social support, including interactions with family, friends, peers, and faculty, in reducing anxiety and stress levels. Modern stress prevention methods such as mesodiencephalic modulation, psychotherapeutic trance, and resilience development are considered. The issue of bullying in the educational environment and its impact on students' psychological state is also discussed. Recommendations are provided for creating a supportive educational environment to enhance the psychological well-being of students.

*Keywords:* psychological well-being, academic workload, social support, stress, resilience, bullying, educational environment, stress prevention.

**Новикова Марина Владимировна**

Кандидат культурологии, доцент, Российский  
биотехнологический университет (г. Москва)  
marinov3@yandex.ru

**Расулов Абулдин Исамутдинович**

Доцент, кандидат химических наук, Дагестанский  
государственный педагогический университет  
им. Р. Гамзатова (г. Махачкала)  
Abutdin.rasulov@mail.ru

**Фомиченко Анна Сергеевна**

Доцент, кандидат психологических наук, Оренбургский  
государственный университет  
anzitadel@mail.ru

**Усова Наталья Дмитриевна**

Московский государственный университет спорта и  
туризма  
n\_sevryukova@mail.ru

*Аннотация:* В статье рассматривается психологическое благополучие студентов вузов в контексте влияния учебной нагрузки и социальной поддержки. Анализируются основные стрессогенные факторы, связанные с интенсивностью учебного процесса, и их влияние на эмоциональное состояние студентов. Особое внимание уделяется роли социальной поддержки, включающей взаимодействие с семьей, друзьями, одногруппниками и преподавателями, в снижении уровня тревожности и стресса. Рассматриваются современные методы профилактики стресса, такие как мезодiencephalic модуляция, психотерапевтический транс и развитие жизнестойкости. Также обсуждается проблема буллинга в образовательной среде и её влияние на психологическое состояние студентов. Предлагаются рекомендации для создания благоприятной образовательной среды, способствующей укреплению психологического благополучия молодежи.

*Ключевые слова:* психологическое благополучие, учебная нагрузка, социальная поддержка, стресс, жизнестойкость, буллинг, образовательная среда, профилактика стресса.

**П**сихологическое благополучие студентов вузов является ключевым аспектом их успешного обучения, профессионального развития и общего качества жизни. В период обучения в высшем учебном заведении молодые люди сталкиваются с многочисленными вызовами, среди которых особое место занимают высокая учебная нагрузка и необходимость адаптации к новым социальным условиям [2, с. 16]. Этот период характеризуется интенсивной интеллектуальной, эмоциональной и социальной активностью, которая, с одной стороны, способствует личностному росту, но с другой – может стать источником психологического стресса [1, с. 205].

Учебная нагрузка, включающая большой объем информации, интенсивные занятия и высокие академиче-

ские ожидания, является важным фактором, влияющим на уровень стресса и психологическое благополучие студентов [21, с. 115]. Невозможность эффективно справиться с нагрузкой может приводить к эмоциональному выгоранию, тревожности, депрессии и другим психологическим проблемам. В то же время поддержка со стороны социального окружения – будь то семья, друзья, одногруппники или преподаватели – играет значительную роль в смягчении негативных последствий высокого стресса и способствует укреплению психологической устойчивости [3, с. 24].

Цель данной статьи – изучить взаимосвязь между учебной нагрузкой, социальной поддержкой и психологическим благополучием студентов вузов. Мы пред-

полагаем, что социальная поддержка может выступать буфером, смягчающим влияние академического стресса, и что наличие стабильной социальной сети позволяет студентам легче справляться с вызовами учебной жизни.

Актуальность исследования обусловлена возрастающим числом обращений студентов за психологической помощью и увеличением интереса к профилактике психоэмоциональных нарушений среди молодежи. Понимание механизмов, влияющих на психологическое благополучие студентов, позволит разработать эффективные стратегии поддержки, которые могут быть интегрированы в образовательную среду.

Таким образом, исследование взаимодействия учебной нагрузки и социальной поддержки в контексте психологического благополучия студентов является не только теоретически значимым, но и практически важным для создания благоприятной образовательной среды и повышения качества жизни студенческой молодежи.

Юмашев А.В. и его соавторы в своем исследовании рассматривают влияние психогенных факторов на эмоциональное состояние студентов стоматологического факультета. Авторы отмечают, что высокая учебная нагрузка, связанная с особенностями профессиональной подготовки, оказывает значительное воздействие на психоэмоциональный статус студентов. В статье предложены пути коррекции эмоционального напряжения, включая психолого-педагогические методы, направленные на создание благоприятной образовательной среды. Это подчеркивает важность учета специфики учебной нагрузки и необходимости социальной поддержки для обеспечения психологического благополучия студентов [15, с. 207].

В другой своей работе Юмашев А.В. акцентирует внимание на проблеме дистресса у студентов и рассматривает мезодиэнцефальную модуляцию как один из инновационных методов профилактики и коррекции этого состояния. Автор выделяет связь между интенсивной учебной нагрузкой и развитием дистресса, предлагая использовать современные физиотерапевтические подходы для улучшения психофизиологического состояния студентов. Эти выводы подчеркивают необходимость внедрения комплексных методов поддержки студентов, направленных на снижение негативных эффектов учебного стресса, что тесно связано с проблематикой психологического благополучия [20, с. 376].

В еще одном исследовании Юмашева А.В. рассматривается триггерная концепция стресса, в рамках которой подчеркивается роль стресса как запускающего фактора в развитии психосоматических нарушений. Автор выделяет ключевые аспекты этиологии и патогенеза этих состояний, акцентируя внимание на значении своевре-

менной диагностики и профилактики. Работа особенно актуальна для студентов, чья учебная нагрузка может выступать триггером стресса, способного трансформироваться в психосоматические расстройства. Это подчеркивает необходимость социальной поддержки и создания адаптивной образовательной среды для минимизации стрессогенного воздействия [19, с. 441].

Харченко Н.Л. и Козлов О.А. в своей работе исследуют актуальные вопросы обучения студентов с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в российских вузах. Авторы подчеркивают необходимость создания условий, способствующих их успешной интеграции в образовательную среду. Особое внимание уделяется важности социальной поддержки и адаптации образовательных программ, что снижает уровень стресса у студентов с ОВЗ и способствует укреплению их психологического благополучия. Этот подход также может быть полезен для более широкой аудитории студентов, сталкивающихся с академическими и социальными вызовами [18, с. 183].

Томин В.В. и Еремина Н.В. в своей работе акцентируют внимание на роли диалогового взаимодействия в процессе формирования самостоятельности магистрантов. Авторы подчеркивают, что открытое и поддерживающее общение между студентами и преподавателями способствует не только академическому развитию, но и укреплению психологического благополучия студентов. Диалоговое взаимодействие создает условия для социальной поддержки, снижает уровень стресса и повышает уверенность студентов в своих силах. Эти выводы подтверждают важность активного взаимодействия в образовательной среде как средства улучшения эмоционального состояния студентов [17, с. 2772].

Бочкина Е.В. и Ханчас В.Н. исследуют эволюцию педагогического тестирования, акцентируя внимание на его современном применении для оценки образовательных результатов. В контексте психологического благополучия студентов авторы подчеркивают, что использование адаптированных и сбалансированных тестов способствует снижению уровня экзаменационного стресса. Тестирование, ориентированное на развитие и поддержку студентов, а не на создание избыточного давления, может стать важным инструментом в формировании благоприятной образовательной среды. Это подтверждает значимость методов, минимизирующих стрессовые факторы, связанных с академической нагрузкой [4, с. 170].

Воробьева А.Г. в своем исследовании анализирует изменения в общественном восприятии профессии педагога, рассматривая социальные и культурные факторы, влияющие на её престиж. В контексте психологического благополучия студентов это исследование подчеркивает значимость позитивного восприятия педагогов, так

как именно они нередко становятся ключевыми фигурами социальной поддержки в образовательной среде. Автор отмечает, что уверенность в профессионализме и эмпатии педагогов способствует созданию атмосферы доверия, что, в свою очередь, помогает студентам легче справляться с учебными трудностями и сохранять эмоциональную устойчивость [5].

Денисова Ж.А. в своей работе рассматривает проблему социального неравенства в контексте постиндустриального общества, акцентируя внимание на его влиянии на различные аспекты жизни, включая доступ к образованию. В контексте психологического благополучия студентов автор отмечает, что социальное неравенство может усиливать стресс, связанный с академическими требованиями, особенно для студентов из уязвимых социальных групп. Исследование подчеркивает важность внедрения мер социальной поддержки в образовательных учреждениях для снижения неравенства и укрепления психологической устойчивости студентов [6, с. 58].

Левченко Е.В., Халин А.Р. и Есенкова Н.Ю. в своей работе исследуют методологические аспекты использования психотерапевтического транса как инструмента для работы с эмоциональным состоянием человека. Авторы подчеркивают, что техники транса могут быть эффективны в снижении стресса и тревожности, что делает их актуальными для работы со студентами, испытывающими высокую учебную нагрузку. Применение таких методов в образовательной среде может способствовать улучшению психологического благополучия, помогая студентам справляться с эмоциональными перегрузками и поддерживать устойчивость в условиях интенсивного обучения [10, с. 169].

Любачевский И.А. рассматривает жизнестойкость как важную личностную характеристику, способствующую успешному преодолению жизненных трудностей и стрессовых ситуаций. Автор выделяет ключевые компоненты жизнестойкости, такие как способность адаптироваться, сохранять эмоциональную стабильность и справляться с высокими нагрузками. В контексте психологического благополучия студентов формирование жизнестойкости приобретает особую значимость, так как помогает им эффективно справляться с вызовами, связанными с учебной нагрузкой и социальной адаптацией. Работа подчеркивает важность образовательных и психологических интервенций, направленных на развитие жизнестойкости в студенческой среде [12, с. 5].

В другой своей работе Любачевский И.А. исследует феномен толерантности к неопределенности, подчеркивая её значимость для психологического благополучия личности. Автор отмечает, что умение эффективно справляться с неопределёнными и стрессовыми ситуациями, характерными для современного образователь-

ного процесса, является важным навыком для студентов. Высокий уровень толерантности к неопределенности способствует снижению тревожности и повышению устойчивости к академическим и социальным вызовам. Исследование указывает на необходимость интеграции подходов, развивающих данный навык, в образовательные программы для повышения психологической устойчивости студентов [11, с. 53].

Кулибина О.В., Плещев И.Е. и Скобелева Т.Н. в своей работе анализируют социально-гигиенические аспекты факторов риска, связанных с учебным стрессом у студентов. Авторы выделяют основные стрессогенные факторы, такие как интенсивная учебная нагрузка, недостаток сна и несбалансированное питание, и предлагают пути профилактики, включая организацию рационального режима дня и повышение уровня социальной поддержки. Исследование подчеркивает важность комплексного подхода к профилактике учебного стресса, что напрямую связано с обеспечением психологического благополучия студентов и повышением их академической успешности [9, с. 55].

Родюкова Т.Н. в своей диссертации исследует механизмы социокультурного управления в современных российских организациях, акцентируя внимание на влиянии социальной среды на эффективность управления и благополучие сотрудников. Хотя исследование фокусируется на профессиональной среде, его выводы могут быть применимы и к образовательным учреждениям. Создание благоприятной социокультурной атмосферы способствует улучшению психологического состояния студентов, снижению уровня стресса и формированию позитивного отношения к учебному процессу. Работа подчеркивает значимость интеграции социокультурных подходов для управления образовательной средой [13].

Симонова О.Ю. в своем исследовании рассматривает влияние экстремальных видов спорта на формирование Я-концепции личности. Автор отмечает, что участие в экстремальных видах деятельности способствует развитию таких качеств, как уверенность в себе, стрессоустойчивость и эмоциональная стабильность. Эти результаты могут быть полезны в контексте психологического благополучия студентов, так как развитие подобных личностных характеристик помогает эффективнее справляться с учебной нагрузкой и жизненными трудностями. Исследование подчеркивает важность внедрения активных и нестандартных подходов к формированию устойчивости и самоосознания у молодежи [16, с. 52].

Дункевич С.Г. и Сомов М.В. в своей работе исследуют проблемы и перспективы эстетического образования молодежи, подчеркивая его роль в формировании гармоничной личности. Авторы отмечают, что эстетическое образование способствует снижению уровня стресса,

улучшению эмоционального состояния и развитию креативности у студентов. В контексте психологического благополучия это направление важно, как средство укрепления эмоциональной устойчивости и повышения общей удовлетворенности жизнью. Исследование подчеркивает перспективность интеграции эстетического воспитания в образовательные программы для создания более благоприятной учебной среды [8, с. 264].

В другом своем исследовании Дункевич С.Г. и Сомов М.В. рассматривают киноискусство как эффективный инструмент эстетического образования молодежи. Авторы отмечают, что просмотр и анализ кинематографических произведений способствует развитию эмоциональной рефлексии, повышению уровня эмпатии и укреплению внутреннего эмоционального баланса. В контексте психологического благополучия студентов киноискусство может быть использовано как средство снятия напряжения и стимуляции личностного роста, что делает его важным элементом поддержки эмоционального здоровья в образовательной среде [7, с. 90].

Труфанов Г.А., Евстафьев А.В., Томин В.В. и Акулина Е.Е. в своей работе исследуют ролевые аспекты буллинга как формы конфликта, подчеркивая его влияние на психоэмоциональное состояние участников. Авторы выделяют ключевые роли в буллинге – агрессор, жертва и наблюдатель – и анализируют их влияние на формирование стресса и снижение психологического благополучия. Исследование подчеркивает важность профилактики буллинга в образовательных учреждениях через формирование благоприятного социального климата и предоставление социальной поддержки, что способствует укреплению психологической устойчивости студентов и улучшению их эмоционального состояния [14, с. 94].

Учебная нагрузка является одной из ключевых составляющих студенческой жизни, оказывая значительное влияние на эмоциональное и психологическое состояние студентов. Исследования подтверждают, что чрезмерная академическая нагрузка, особенно в сочетании с недостатком сна и высокой интенсивностью учебного процесса, способствует развитию стресса, тревожности и эмоционального выгорания [9; 15]. В условиях постоянно растущих академических требований студенты часто сталкиваются с невозможностью поддерживать баланс между учебной, личной жизнью и отдыхом. Это негативно отражается на их когнитивных способностях, мотивации к обучению и общей удовлетворенности жизнью [4].

Согласно работе Юмашева А.В., стресс, связанный с интенсивной учебной деятельностью, может становиться триггером для развития психосоматических нарушений, таких как головные боли, нарушения сна и хроническая усталость [19]. Исследования также показывают, что студенты, изучающие сложные профессиональные

дисциплины, например, стоматологию, особенно подвержены негативному воздействию стрессогенных факторов [15].

Социальная поддержка играет критически важную роль в обеспечении психологического благополучия студентов, особенно в условиях интенсивной учебной нагрузки. Наличие поддерживающей сети – семьи, друзей, одногруппников и преподавателей – способствует снижению уровня тревожности, укреплению уверенности в себе и повышению способности справляться с трудностями [5; 18]. Диалоговое взаимодействие между студентами и педагогами, отмеченное Томиным В.В. и Ереминой Н.В., создает условия для открытого общения и развития самостоятельности, что способствует укреплению психологической устойчивости [17].

Важным элементом социальной поддержки является атмосфера доверия и эмпатии в образовательной среде. Как указывает Воробьева А.Г., позитивное отношение к педагогам и уверенность в их профессионализме способствует формированию благоприятного социального климата, что, в свою очередь, уменьшает негативное воздействие стресса на студентов [5].

Для минимизации стресса и повышения психологического благополучия студентов требуется комплексный подход, включающий как организационные, так и индивидуальные меры. Современные методы профилактики стресса, такие как мезодиэнцефальная модуляция, доказали свою эффективность в снижении психоэмоционального напряжения [20]. Также перспективным направлением является использование психотерапевтического транса, который помогает студентам справляться с тревожностью и эмоциональной перегрузкой [10].

Формирование жизнестойкости и толерантности к неопределенности, как отмечают Любачевский И.А. и другие исследователи, является ключевым аспектом повышения психологической устойчивости студентов. Развитие этих качеств позволяет студентам лучше адаптироваться к изменениям и справляться с высокими нагрузками [11; 12]. Внедрение в образовательные программы элементов эстетического воспитания, таких как киноискусство, также может способствовать снижению уровня стресса и улучшению эмоционального состояния [7; 8].

Особое внимание следует уделить созданию благоприятной социальной и культурной среды в образовательных учреждениях. Подходы, описанные Родюковой Т.Н. в контексте социокультурного управления, могут быть успешно адаптированы для повышения качества образовательной среды и укрепления благополучия студентов [13].

Буллинг в образовательной среде остается значимой

проблемой, оказывающей негативное влияние на психологическое благополучие студентов. Исследования Труфанова Г.А. и соавторов показывают, что буллинг способствует росту уровня стресса, снижению самооценки и развитию депрессивных состояний [14]. Для борьбы с этой проблемой необходимо формировать в образовательных учреждениях культуру ненасилия и поддержки, а также проводить профилактическую работу с участием всех участников образовательного процесса.

Анализ факторов, влияющих на психологическое благополучие студентов, показывает, что эффективное управление учебной нагрузкой, обеспечение социальной поддержки и внедрение современных методов профилактики стресса являются ключевыми направлениями для улучшения эмоционального состояния студентов. Комплексный подход, основанный на интеграции образовательных, психологических и социокультурных мер, позволяет минимизировать негативное воздействие стресса и создать условия для успешного личностного и академического развития молодежи.

Социальная поддержка, исходящая от семьи, друзей, преподавателей и одноклассников, существенно снижает уровень стресса у студентов. Эффективное взаимодействие в образовательной среде, основанное на эмпатии и доверии, укрепляет уверенность студентов в своих силах и способствует улучшению их эмоционального состояния.

Буллинг в образовательной среде является значительным стрессогенным фактором, отрицательно влияющим на психологическое благополучие студентов.

Эффективная профилактика буллинга через создание культуры ненасилия и социальной поддержки помогает минимизировать его влияние.

### Выводы

*Комплексный подход к улучшению психологического благополучия студентов.* Необходимость внедрения комплексных стратегий, включающих оптимизацию учебной нагрузки, развитие социальной поддержки и использование современных методов профилактики стресса, является основой для создания благоприятной образовательной среды.

*Развитие личностных качеств.* Формирование у студентов жизнестойкости, толерантности к неопределенности и уверенности в своих силах позволяет им лучше адаптироваться к академическим и жизненным вызовам, укрепляя их психологическое благополучие.

*Роль образовательной среды.* Создание благоприятной образовательной и социокультурной среды, основанной на принципах эмпатии, поддержки и предотвращения конфликтов, существенно снижает стресс у студентов и способствует их успешной академической и личностной реализации.

*Практическая значимость.* Результаты исследования могут быть использованы для разработки рекомендаций по снижению уровня стресса и улучшению эмоционального состояния студентов через реформирование образовательной среды и внедрение программ профилактики психоэмоциональных нарушений.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Абдуллаева, А.С. Исследование психологического благополучия у студентов разных курсов медицинского университета / А.С. Абдуллаева, С.М. Давлатова // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2023. – Т. 12, № 5-6-1. – С. 205-212. – DOI 10.34670/AR.2023.74.83.021. – EDN ZAUVMK.
2. Андриенко, О.А. К проблеме психологического благополучия студентов в условиях дистанционного обучения, вызванного распространением COVID-19 / О.А. Андриенко, С.Н. Зубкова // Балканское научное обозрение. – 2021. – Т. 5, № 2(12). – С. 16-19. – DOI 10.34671/SCH.BSR.2021.0502.0003. – EDN LAGBKG.
3. Безносенко, А.М. Самоотношение студентов с разным уровнем психологического благополучия в период дистанционного обучения / А.М. Безносенко, М.В. Яворская // Студенческий форум. – 2020. – № 24-1(117). – С. 24-32. – EDN RKVRQJ.
4. Бочкина, Е. В. Педагогическое тестирование: от истоков до создания современных тестов / Е.В. Бочкина, В.Н. Ханчас // Педагогика и просвещение. – 2024. – № 1. – С. 170-182. – DOI 10.7256/2454-0676.2024.1.69243. – EDN BDGXVU.
5. Воробьева, А.Г. Социологическая оценка изменения восприятия профессии педагога в обществе / А.Г. Воробьева // Дневник науки. – 2021. – № 7(55). – DOI 10.51691/2541-8327\_2021\_7\_3. – EDN HADHSB.
6. Денисова, Ж.А. Социальное неравенство в парадигме постиндустриального общества / Ж.А. Денисова // Социальная политика и социология. – 2007. – № 3. – С. 58-67. – EDN MINTST.
7. Дункевич, С.Г. Роль киноискусства в эстетическом образовании молодежи / С.Г. Дункевич, М.В. Сомов // Общество: социология, психология, педагогика. – 2020. – № 10(78). – С. 90-94. – DOI 10.24158/spp.2020.10.16. – EDN VKTMKV.
8. Дункевич, С.Г. Эстетическое образование молодежи: проблемы и перспективы / С.Г. Дункевич, М.В. Сомов // Педагогика, психология, общество: современные тренды: Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Чебоксары, 24 апреля 2020 года. – Чебоксары: Общество с ограниченной ответственностью «Издательский дом «Среда», 2020. – С. 264-266. – EDN XFTLNV.

9. Кулибина, О.В. Социально-гигиенические аспекты факторов риска учебного стресса студентов и возможные пути его профилактики / О.В. Кулибина, И.Е. Плещев, Т.Н. Скобелева // Санитарный врач. – 2021. – № 10. – С. 55-62. – DOI 10.33920/med-08-2110-05. – EDN JLTFAH.
10. Левченко, Е.В. Методологические основы психотерапевтического транса / Е.В. Левченко, А.Р. Халин, Н.Ю. Есенкова // International Journal of Medicine and Psychology. – 2023. – Т. 6, № 2. – С. 169-176. – EDN WPWWGY.
11. Любачевский, И.А. Феноменология толерантности к неопределенности / И.А. Любачевский // Живая психология. – 2023. – Т. 10, № 4(44). – С. 53-58. – DOI 10.58551/24136522\_2023\_10\_4\_53. – EDN TMWDMC.
12. Любачевский, И.А. Формирование жизнестойкости как характеристика личности / И.А. Любачевский // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2023. – Т. 12, № 7-1. – С. 5-14. – DOI 10.34670/AR.2023.23.70.001. – EDN WHIUUV.
13. Родюкова, Т.Н. Социокультурное управление в современных российских организациях: специальность 22.00.08 «Социология управления»: диссертация на соискание ученой степени кандидата социологических наук / Родюкова Татьяна Николаевна. – Москва, 2006. – 162 с. – EDN NNXXYN.
14. Ролевые аспекты буллинга как конфликта / Г.А. Труфанов, А.В. Евстафьев, В.В. Томин, Е.Е. Акулина // Конфликтология / Nota Bene. – 2024. – № 1. – С. 94-106. – DOI 10.7256/2454-0617.2024.1.69915. – EDN GMAYZS.
15. Роль психогенных коннотаций в формировании эмоционального статуса студентов стоматологического факультета и пути его коррекции / А.В. Юмашев, А.С. Утюж, О.И. Адмакин [и др.] // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2017. – Т. 6, № 2(19). – С. 207-210. – EDN YYYUVV.
16. Симонова, О.Ю. Влияние экстремальных видов спорта на формирование Я-концепции личности / О.Ю. Симонова // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и здоровья: пути их реализации: материалы научно-практической конференции, Чебоксары, 09 апреля 2015 года / редколлегия: О.Б. Колесникова (отв. редактор); В.Ф. Тихонов; М.Г. Шнайдер. – Чебоксары: Чувашский государственный университет им. И.Н. Ульянова, 2015. – С. 52-58. – EDN WFOGBB.
17. Томин, В.В. Диалоговое взаимодействие как фактор сформированности самостоятельности магистрантов / В.В. Томин, Н.В. Еремина // Университетский комплекс как региональный центр образования, науки и культуры: Материалы Всероссийской научно-методической конференции, Оренбург, 29–31 января 2014 года. – Оренбург: ООО ИПК «Университет», 2014. – С. 2772-2778. – EDN SMCKBV.
18. Харченко, Н.Л. Актуальная ситуация с обучением лиц с ОВЗ в России / Н.Л. Харченко, О.А. Козлов // Сборник избранных статей по материалам научных конференций ГНИИ «Нацразвитие»: Международная научно-методическая конференция «Проблемы управления качеством образования»; Международная студенческая научная конференция «Поколение будущего», Санкт-Петербург, 29–31 марта 2019 года / Выпускающий редактор Ю.Ф. Эльзесер; Ответственный за выпуск С.В. Викторенкова. Том Часть 2. – Санкт-Петербург: ГНИИ «Нацразвитие», 2019. – С. 183-189. – EDN WAVLAW.
19. Юмашев, А.В. Триггерная концепция стресса: роль стресса в этиологии и патогенезе психосоматических нарушений / А.В. Юмашев // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2018. – Т. 7, № 2(23). – С. 441-445. – EDN XULHRZ.
20. Юмашев, А.В. Фундаментальные основы и практические результаты профилактики и лечения дистресса с помощью мезодиэнцефальной модуляции / А.В. Юмашев // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2017. – Т. 6, № 4(21). – С. 376-379. – EDN YLVFTU.
21. Shershniova, T.V. Analysis of the level of psychological well-being of technical university students / T.V. Shershniova, F. Ni // Bulletin of Bashkir State Medical University. – 2024. – No. 52. – P. 115-121. – EDN HTCVNO.

© Новикова Марина Владимировна (marinov3@yandex.ru), Расулов Абутдин Исамутдинович (Abutdin.rasulov@mail.ru),  
Фомиченко Анна Сергеевна (anzitadel@mail.ru), Усова Наталья Дмитриевна (n\_sevryukova@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»