

Рахманова Диляра Рустемовна,
Profi University, доцент кафедры «Педагогика и
психология», кандидат психологических наук

ИНСТИТУЦИОНАЛИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ В ВЫСШЕМ ОБРАЗОВАНИИ УЗБЕКИСТАНА: ПРОГРАММА ВНЕДРЕНИЯ

УДК: 159.9:378

[HTTPS://DOI.ORG/10.34920/SO/VOL_2025_ISSUE_8_4](https://doi.org/10.34920/so/vol_2025_issue_8_4)

РАХМАНОВА Д.Р. ИНСТИТУЦИОНАЛИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ В ВЫСШЕМ ОБРАЗОВАНИИ УЗБЕКИСТАНА: ПРОГРАММА ВНЕДРЕНИЯ

В статье обоснована необходимость создания устойчивой системы психологического сопровождения в вузах Узбекистана в условиях роста психоэмоциональных трудностей студентов. Представлены результаты пилотного исследования, выявлены ключевые проблемы, предложена модель службы, соответствующая международному стандарту IACS, и разработана программа её поэтапного внедрения.

Ключевые слова и понятия: психологическая служба, студенты, психическое здоровье, сопровождение, IACS, модель.

RAKHMANOVA D.R. O'ZBEKISTONNING OLIY TA'LIMIDA PSIXOLOGIK XIZMATINI INSTITUTIONALASH

Maqolada O'zbekiston oliy ta'lim muassasalarida talabalarning ruhiy holati bilan bog'liq muammolar ortib borayotgan sharoitda barqaror psixologik yordam tizimini yaratish zarurati asoslab berilgan. Pilot tadqiqot natijalari tahlil qilingan, muhim muammolar aniqlangan va IACS xalqaro standartiga mos psixologik xizmat modeli hamda uni bosqichma-bosqich joriy etish dasturi ishlab chiqilgan.

Tayanch so'z va tushunchalar: psixologik xizmat, talabalar, ruhiy salomatlik, psixologik yordam, IACS, model.

RAKHMANOVA D.R. INSTITUTIONALIZATION OF PSYCHOLOGICAL SERVICE IN HIGHER EDUCATION OF UZBEKISTAN: IMPLEMENTATION PROGRAM

The article substantiates the need for a sustainable psychological support system in Uzbek universities amid the rising mental health challenges among students. Based on pilot research data, key issues are identified, and a psychological service model aligned with the IACS international standard is proposed, along with a step-by-step implementation program.

Key words and concepts: psychological service, students, mental health, support, IACS, model.

Введение.

Современное высшее образование характеризуется значительным ростом когнитивных, эмоциональных и адаптационных нагрузок на студентов. В условиях цифровизации, глобализации и массовизации образования наблюдается увеличение числа психологических трудностей у студентов, что подтверждается данными международных исследований. Например, исследования Gallagher (2014)¹ и Eisenberg и соавторы (2009)² показывают устойчивую тенденцию к росту стрессовых состояний, тревожности и депрессивных проявлений среди студенческой молодёжи. В контексте Узбекистана, несмотря на предпринимаемые усилия, системный подход к организации и функционированию психологической службы в вузах до настоящего времени отсутствует или реализуется фрагментарно.

Актуальность исследования. Актуальность исследования заключается в необходимости создания устойчивой, нормативно закреплённой и научно обоснованной системы психологического сопровождения в университетской среде, способной эффективно реагировать на психоэмоциональные вызовы современного студенчества. Нарастающие уровни тревожности, эмоционального выгорания, трудностей адаптации, а также сниженная академическая мотивация требуют системного ответа со стороны образовательных учреждений.

Особую значимость придаёт изучению данной проблемы переход системы высшего образования Узбекистана к более открытой, интернационализированной модели, в которой благополучие обучающихся признаётся неотъемлемой частью образовательного качества. На сегодняшний день в вузах республики отсутствуют унифицированные стандарты функционирования психологических служб, наблюдается значительная вариативность в их организационных формах, кадро-

вом составе и функциональных задачах. Это препятствует эффективному удовлетворению потребностей обучающихся и снижает профилактический потенциал таких служб.

Кроме того, адаптация признанных международных моделей психологической помощи (в частности, стандартов IACS) требует учёта национального контекста, что предполагает необходимость разработки собственной программы внедрения, опирающейся на результаты эмпирических исследований и институциональную специфику вузов Узбекистана. В этом контексте представляется особенно важным проведение диагностики психоэмоционального состояния студентов и преподавателей, а также выработка на её основе концептуальной модели и программы поэтапного внедрения психологической службы.

Целью исследования стало научное обоснование и разработка эффективной модели системы психологического сопровождения студентов вузов Узбекистана на основе анализа международного опыта, выявления актуальных проблем на местном уровне и проведения эмпирической диагностики. В ходе работы были сформированы задачи по изучению моделей психологических служб в развитых странах, анализу текущей ситуации в вузах Узбекистана и Центральной Азии, проведению диагностики распространённости психологических трудностей среди студентов и преподавателей, а также конструированию модели, соответствующей международным стандартам, в частности, требованиям IACS³.

Объект исследования. Объектом исследования выступают высшие учебные заведения Республики Узбекистан: Узбекский государственный университет мировых языков (УзГУМЯ), Ташкентский Государственный Медицинский университет (ТГМУ), Profi University.

Предмет исследования. Предметом исследования является психологическая помощь и поддержка студентов, преподавателей и сотрудников системы высшего образования Узбекистана.

¹ Gallagher, R. P. (2014). National Survey of College Counseling Centers 2014. The International Association of Counseling Services.

² Eisenberg, D., Hunt, J., & Speer, N. (2009). Mental health in American colleges and universities: Variation across student subgroups and across campuses. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 197(1), 60–67. <https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e3181924d2c>

³ Hunt, J., & Eisenberg, D. (2010). Mental Health Problems and Help-Seeking Behavior Among College Students. *Journal of Adolescent Health*, 46(1), 3–10. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.08.008>

Методы исследования. В исследовании были использованы методы теоретического анализа научной и нормативной литературы, сравнительно-сопоставительного анализа зарубежного и регионального опыта, разработка диагностического опросника на основе международных инструментов АСНА-NCHA¹ и АСНА-WBA². Пилотное скрининговое исследование было проведено в трёх высших учебных заведениях Узбекистана — в Узбекском Государственном университете мировых языков (УзГУМЯ), Ташкентском национальном медицинском университете (ТГМУ) и Profi University (частный университет). В опросе приняли участие 298 студентов и 101 преподаватель. Сбор данных осуществлялся с помощью онлайн- и бумажных анкет (таблица 1).

С учётом социокультурных, институциональных и этических особенностей системы высшего образования Узбекистана, оригинальный опросник прошёл этап культурно-языковой и содержательной адаптации, в ходе которого была проведена глубокая переработка структуры и содержания инструмента.

Адаптированная версия включает 9 разделов, отражающих наиболее актуальные проблемы вузовской среды Узбекистана:

1. Общее состояние здоровья
2. Учебная активность и академическая мотивация
3. Психическое здоровье и эмоциональные нарушения
4. Стресс и психоэмоциональное напряжение
5. Психологическое благополучие и самооценка
6. Влияние психологических трудностей на обучение
7. Адаптация и копинг-стратегии
8. Ресурсы и доступность психологической помощи
9. Социально-демографические характеристики

В процессе адаптации:

- Были исключены разделы и вопросы, не соответствующие социокультурным нормам (например, вопросы о сексуальной активности, употреблении определенных наркотиков, идентичности, требующие отдельного этико-правового рассмотрения в национальном контексте).

- Формулировки были переработаны и упрощены для лучшего понимания респондентами на русском и узбекском языках.

- Добавлены локально значимые вопросы, отражающие проблемы академической перегрузки, взаимоотношений с преподавателями, социального давления, уровня доверия к психологу.

- Объём анкеты был оптимизирован до 138 вопросов, сохранив при этом диагностическую полноту.

Основная часть.

Анализ текущего состояния психологических служб в вузах Узбекистана показал ряд существенных проблем: отсутствие нормативной базы и институционального признания службы, нехватка квалифицированных кадров, ограниченность материально-технических ресурсов, низкий уровень информированности студентов о возможности получения психологической помощи, а также стигматизация обращений к специалистам. По данным опроса, 83% студентов сообщили о высоком уровне стресса, 47% — о наличии тревожных и депрессивных состояний, 32% испытывают трудности в обучении, связанные с психоэмоциональными факторами. При этом лишь 12% когда-либо обращались за психологической помощью, а 74% отметили, что не знают, существует ли такая служба в их вузе.

Среди преподавателей 71% указали на отсутствие нормативной и организационной базы для работы психологов в университете, 56% отметили дефицит специалистов, а 49% — отсутствие мотивации у студентов обращаться за помощью. При этом более 60% преподавателей выразили заинтересованность в существовании полноценной психологической службы как элемента поддержки образовательного процесса.

В ответ на выявленные проблемы была разработана модель службы, соответствующая международному стандарту IACS, адап-

¹ American College Health Association. (2019). National College Health Assessment III: Undergraduate Student Reference Group Executive Summary Spring 2019. ACHA.

² American College Health Association. (2020). Well-being Assessment (ACHA-WBA) Reference Group Executive Summary 2020. ACHA.

Таблица 1. Оценка важности отдельных психологических проблем студентов Узбекистана, средний балл (стандартное отклонение)

Проблема	В вузе	В стране
Стресс	3,97 (2,13)	3,70 (2,31)
Тревожность	3,94 (1,86)	3,79 (2,06)
Депрессия	3,76 (1,79)	3,67 (2,20)
Нарушения сна	4,13 (2,0)	3,55 (2,11)
Проблемы саморегуляции	3,88 (1,97)	3,55 (2,09)
Физическая агрессия	3,76 (1,97)	3,70 (1,93)
Психологическая агрессия (в том числе буллинг, stalking и др.)	3,85 (1,73)	3,39 (2,0)
Проблемы сексуального поведения	2,85 (1,59)	2,88 (1,80)
Гендерная дискриминация	2,91 (1,65)	2,91 (1,88)
Проблемы в отношениях со сверстниками	3,41 (1,60)	3,31 (1,86)
Проблемы в семье, домашнее насилие	3,39 (1,48)	3,32 (1,89)
Проблемы в отношениях с преподавателями	3,42 (1,71)	3,70 (1,99)
Проблемы в отношениях с сотрудниками и руководством вуза	3,35 (1,77)	3,48 (2,05)
Конфликты на этнической и религиозной почве	3,31 (1,69)	3,26 (1,97)
Приверженность экстремистским идеологиям и взглядам	2,97 (1,76)	2,97 (1,99)
Проблемы поддержания здорового образа жизни	3,64 (1,78)	3,29 (2,04)
Употребление алкоголя, психоактивных веществ	3,03 (1,85)	3,10 (1,89)
Проблемы успеваемости	3,59 (1,93)	3,52 (2,05)
Проблемы самоопределения и личностного развития	3,67 (1,93)	3,56 (2,09)

тированная к условиям Узбекистана. Модель включает цели (профилактика нарушений, поддержка адаптации, оказание кризисной помощи), основные функции (диагностика, консультирование, просвещение, сопровождение, кризисная интервенция), структуру (центральный координационный отдел, кабинеты психологов, мобильные бригады, онлайн-платформы), формы работы (индивидуальное и групповое консультирование, тренинги, семинары, дистанционные формы сопровождения, использование телеграм-ботов и анонимных анкет). В качестве критериев эффективности предложены: охват студентов, уровень удовлетворённости, динамика снижения дистресса, частота обращений и влияние на академическую успеваемость.

Сравнительный анализ показал, что международный опыт, в частности модели, реализуемые в университетах США, Великобритании, Нидерландов и Сингапура, может быть адаптирован для условий Узбекистана. Однако реализация такой системы требует этапного внедрения, подготовки специалистов, нормативного оформления и стратегической поддержки со стороны Министерства высшего образования, а также развития механизмов внутриуниверситетского взаимодействия.

Разработка и внедрение устойчивой системы психологического сопровождения студентов является актуальной задачей системы высшего образования Узбекистана. Предложенная модель психологической службы, соответствующая международному стандарту IACS и прошедшая предварительную апробацию, может стать основой для формирования национального стандарта в этой сфере. Её реализация позволит обеспечить профилактику нарушений психического здоровья, повышение адаптационного потенциала студентов, снижение уровня тревожности и эмоционального дистресса, а также повышение качества образования и снижение уровня отсева. В перспективе модель может быть внедрена через пилотные проекты в ведущих вузах страны с последующим расширением на национальном уровне.

Исходя из вышеизложенного, разработана программа поэтапного внедрения и развития системы психологического сопровождения, ориентированная на создание устойчивой, научно обоснованной и институционализированной психологической службы в университетской среде. Программа базируется на модели, адаптированной к национальному контексту и соответствующей международному стандарту IACS (International

Accreditation of Counseling Services). Её реализация направлена на формирование благоприятной социально-психологической среды в вузах, обеспечение системной профилактики нарушений психического здоровья, поддержку личностного и профессионального развития студентов, а также повышение эффективности образовательного процесса.

Главной целью Программы является создание зрелой системы психологического сопровождения, интегрированной в структуру высшей школы, обеспечивающей квалифицированную помощь обучающимся, преподавателям и сотрудникам вуза. В качестве основной задачи рассматривается обеспечение доступности психологических услуг, снижение уровня психоэмоционального дистресса и формирование устойчивых механизмов адаптации студентов к условиям высшего образования.

Реализация Программы предполагает прохождение четырёх взаимосвязанных этапов:

Первый этап (подготовительный) включает организационно-нормативное оформление службы: утверждение положения о психологической службе, штатного расписания, разработку методического обеспечения, подбор специалистов, подготовку помещений и технического оснащения, а также создание защищённой электронной системы документооборота. На этом этапе формируются механизмы взаимодействия с администрацией и другими подразделениями вуза, а также отбираются студенческие группы для пилотной апробации.

Второй этап (пилотный) направлен на реализацию модели службы в ограниченном формате — среди студентов первого курса. Он включает проведение регулярной психодиагностики, организацию групповых и индивидуальных консультаций, адаптационных тренингов и информационных мероприятий, а также сбор и анализ обратной связи. Проводится апробация методик и определение приоритетных направлений работы, выявляются ключевые проблемы и оценивается эффективность предложенных подходов.

Третий этап (масштабное внедрение) предполагает распространение деятельности службы на всех студентов вуза, расширение спектра оказываемых услуг, органи-

зацию взаимодействия с внешними структурами (медицинскими, социальными, образовательными), развитие системы студенческого волонтерства и внутреннего консультирования. Также предусмотрено регулярное проведение мониторинговых исследований и создание универсальных психопросветительских ресурсов, направленных на формирование культуры обращения за психологической помощью.

Четвёртый этап (стратегическое развитие) ориентирован на устойчивость и интеграцию службы в стратегические процессы развития вуза. На этом этапе запускаются коммерческие формы оказания психологических услуг, разрабатываются цифровые платформы и онлайн-программы поддержки, расширяется работа с преподавателями и сотрудниками, формируются межвузовские партнерства и профессиональные сообщества. В перспективе планируется выработка национального стандарта психологического сопровождения, основанного на модели, апробированной в рамках данной Программы.

Ожидаемыми результатами реализации Программы являются: повышение уровня психологического благополучия студентов, снижение академического стресса, рост доверия к психологической службе, активизация студенческого участия в работе службы, а также повышение качества образовательной среды в целом. Программа предусматривает внедрение мультиуровневой диагностики, создание русскоязычных и узбекоязычных инструментов оценки и коррекции психоэмоционального состояния, развитие профессиональных компетенций сотрудников службы и формирование устойчивых механизмов координации психологического сопровождения на уровне вуза.

Таким образом, данная Программа представляет собой стратегический инструмент трансформации университетской инфраструктуры, обеспечивающий интеграцию психологической помощи в систему высшего образования Узбекистана на современном, научно обоснованном и устойчивом уровне.

Предложения и рекомендации.

1. Разработать и утвердить на государственном уровне нормативно-правовую базу функционирования психологической службы в вузах, обеспечив её соответствие международным стандартам и адаптацию к национальному социокультурному контексту.

2. Ввести в организационную структуру вузов самостоятельные центры психологической помощи с чётко регламентированными функциями, штатной численностью и подведомственностью.

3. Обеспечить подготовку, переподготовку и повышение квалификации специалистов психологической службы путём организации сертификационных программ, супервизий, научно-методических стажировок и создания профессионального сообщества.

4. Разработать единый методический и диагностический инструментарий, адаптированный к особенностям студенческой аудито-

рии Узбекистана и основанный на культурно чувствительном подходе.

5. Внедрить поэтапную программу мониторинга эффективности функционирования службы с опорой на количественные и качественные индикаторы (охват, удовлетворённость, динамика обращений, уровень академической адаптации).

6. Обеспечить интеграцию психологической службы в систему управления качеством образования, включая участие в комиссиях по академической успеваемости, советах по воспитательной работе, а также в профилактических и медико-психологических мероприятиях.

Приведённые предложения направлены на формирование устойчивой, профессионально управляемой и эффективно функционирующей системы психологической поддержки студентов, способной стать ключевым элементом университетской среды нового типа.

Список литературы:

1. Eisenberg D., Hunt J., Speer N. Mental health in American colleges and universities: variation across student subgroups and across campuses. *Journal of Nervous and Mental Disease*. 2009;197(1):60–67.
2. Gallagher R.P. National Survey of Counseling Center Directors. International Association of Counseling Services. 2014.
3. Trow M. Problems in the Transition from Elite to Mass Higher Education. Carnegie Commission on Higher Education. 1973.
4. ACHA-NCHA. American College Health Association – National College Health Assessment. www.acha.org
5. IACS Standards – International Accreditation of Counseling Services. www.iacsinc.org
6. Lipson S.K., Zhou S., Abelson S., Heinze J., Eisenberg D. Trends in college students' mental health and use of services, 2013–2021. *Journal of Affective Disorders*. 2022;306:138–147. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.03.038>
7. Healthy Minds Network. Healthy Minds Study 2023–2024 Data Report. University of Michigan, 2024. URL: <https://healthymindsnetwork.org>
8. Inside Higher Ed & College Pulse. Student Voice Survey: Mental Health in Higher Education, May 2024. URL: <https://www.insidehighered.com>
9. Harmony Healthcare IT. College Student Mental Health Survey Report. Fall 2023. URL: <https://www.harmonyhit.com>
10. Malvern Behavioral Health. University Student Mental Health Trends, July 2024. URL: <https://malvernbh.com>