

Психологические особенности реагирования на стресс иностранных студентов-медиков

И.Р. Калимуллина [✉], **А.А. Акберова**
Казанский (Приволжский) федеральный университет, Казань, Россия
[✉] k.iniza@gmail.com

Аннотация

Обоснование. В рамках интернационализации высшего образования в последние годы в российские вузы активно привлекаются иностранные студенты. В данном аспекте актуальной проблемой является социально-психологическая адаптация иностранных студентов – обеспечение гармоничного и продуктивного включения иностранных студентов в новый языковой, культуральный, социальный и экономический контексты. **Цель:** выявить психологические особенности реагирования и совладания со стрессом иностранных студентов-медиков. **Организация и материалы.** С иностранными ($n = 34$) и русскоязычными ($n = 77$) студентами обоего пола, обучающимися по программе «Лечебное дело», была проведена психодиагностика с применением теста смысловых ориентаций; шкалы депрессии, тревоги и стресса (DASS) и опросника совладания со стрессом COPE. Полученные данные подвергнуты корреляционному анализу. **Результаты.** Обнаружено, что иностранные студенты демонстрируют сравнительно большую уязвимость к стрессу в связи с недостаточной сформированностью копинг-стратегий. Кроме этого, недостаточно сформированная осмысленность жизни с низким уровнем удовлетворённости ею, слабая организация личных целей и перспектив (либо непринятие навязанных извне ориентиров) не только затрудняет преодоление учебного, социального, культурного и бытового стрессов, но и становится самостоятельным источником напряжения. **Заключение.** Полученные данные можно использовать при организации практической психологической деятельности в работе с иностранными студентами.

Ключевые слова: копинг-стратегии, иностранные студенты, осмысленность жизни, социально-психологическая адаптация, стресс

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Для цитирования: Калимуллина И.Р., Акберова А.А. Психологические особенности реагирования на стресс иностранных студентов-медиков // Психология. Психофизиология. 2025. Т. 18, № 3. С. 46–54. DOI: 10.14529/jpps250305

Original article

DOI: 10.14529/jpps250305

Psychological features of stress response among international medical students

I.R. Kalimullina[✉], A.A. Akberova

Kazan (Volga Region) Federal University, Kazan, Russia

[✉] k.iniza@gmail.com

Introduction: The active integration of Russian education into the multinational and multicultural landscapes serves to enhance the quality of professional training, foster scientific and innovative development, and create opportunities to improve intercultural relations and strengthen the international image of Russian culture. A key issue among these is the challenge of social and psychological adaptation that should facilitate the successful integration of international students into new linguistic, cultural, social, and economic environments. **Materials and methods.** Foreign (n = 34) and Russian-speaking (n = 77) students of both sexes enrolled in the Curative Medicine program were psychodiagnosed using the test of life sense orientations; the depression, Anxiety and Stress Scale (DASS) and the COPE stress management questionnaire. The data obtained has been subjected to correlation analysis. This study **aimed** to identify the primary coping strategies international students employ to manage stress. **Results.** Our findings indicate that these students exhibit a heightened vulnerability to stress, largely attributable to underdeveloped coping mechanisms. Moreover, a lack of life meaning and satisfaction, poorly defined personal goals and prospects, and/or the rejection of externally imposed objectives not only hinder the ability to overcome academic and social stressors but also function as an independent source of psychological strain. **Conclusion.** The data obtained can be effectively applied to organize practical psychological support programs for international students.

Keywords: coping strategies, international students, sense of life meaning, socio-psychological adaptation, stress

The authors declare no conflict of interest.

For citation: Kalimullina I.R., Akberova A.A. Psychological features of stress response among international medical students. *Psikhologiya. Psikhofiziologiya = Psychology. Psychophysiology.* 2025;18(3):46–54. (in Russ.) DOI: 10.14529/jpps250305

Интернационализация высшего образования – настоящее и будущее высшей школы – предполагает расширение международных форм сотрудничества в сфере образования, осмысление и внедрение международных практик и стандартов, теоретическое и практическое взаимное обогащение международными разработками. Одно из направлений интернационализации высшего образования – привлечение иностранных студентов к обучению в российские вузы [1].

Общее количество иностранных студентов, получающих высшее образование в России, стабильно растет, интерес к обучению в российских вузах демонстрируют представители как ближайшего зарубежья, так и стран Востока, Азии, Африки и Латинской Америки.

Качественно высокий уровень профессиональной подготовки, богатые университетские традиции, доступность, открытость и комфортность обучения и проживания делают

российские высшие учебные заведения привлекательными для обучения не только для российских, но и иностранных студентов. К примеру, с каждым годом растет количество иностранных студентов, поступающих на обучение в Казанский федеральный университет. По данным сайта КФУ в вузе (на 10.06.2024 г.) обучается 12 680 иностранных студентов, что составляет 23 % от общего количества обучающихся в университете¹. География иностранных студентов чрезвычайно широка: от стран ближнего зарубежья до стран Ближнего Востока и Азии. Увеличение количества иностранных студентов в отечественных вузах требует внимательной, деликатной и тщательной практической работы

¹ Кузница мировых кадров: КФУ – лидер по привлечению студентов из-за рубежа: URL: <https://media.kpfu.ru/news/kuznica-mirovykh-kadrov-kfu-lider-po-privlecheniyu-studentov-iz-za-rubezha> (дата обращения: 30.03.2025).

с ними не только в части организации образовательного процесса, но и в совершенствовании программ социально-психологической адаптации.

Социально-психологическая адаптация есть процесс и результат активного взаимодействия личности и социальной среды (вхождение личности в новую социальную среду), который приводит к нахождению оптимального баланса между ними. При этом стоит отметить, что переезд в другую страну, смена привычных межличностных связей, необходимость включения в новую языковую, культуральную и социальную среду накладываются на серьезные учебные нагрузки, предъявляя дополнительные требования к адаптационным возможностям студента [2–9].

Опыт зарубежных стран доказывает необходимость и важность социально-психологической адаптации иностранных студентов. В европейских странах и США действуют специализированные организации, призванные гармонизировать процесс вхождения международных студентов в новые учебные и социальные условия, а также публикуются тематические издания (например, *Journal of International Students*), что подтверждает значимость подобных мер [10–13]. При этом, по результатам проводимых исследований, адаптация к новым условиям по-прежнему воспринимается большей частью студентов как стрессовая [10].

Всемирная организация здравоохранения определяет стресс как «состояние беспокойства или психического напряжения, вызванное трудной ситуацией»². Умеренный стресс полезен для человека, тогда как избыточный стресс, выходящий за пределы адаптационных возможностей человека, может стать угрозой для его соматического и психического благополучия. Учебные нагрузки, связанные с необходимостью освоения нового материала, подготовками к занятиям и сессиям, большинством студентов оцениваются как стрессовые. Например, профессиональная подготовка студентов-медиков отличается интенсивностью теоретического и практического освоения материала, значительными информационными нагрузками, высокими стандартами оценки знаний. При этом период студен-

чества связан не только с учебными стрессами, но и с бытовыми, социальными, межличностными трудностями. Таким образом, период обучения в высшей школе предъявляет повышенные требования к адаптации. Особенно это касается иностранных студентов, которым необходимо дополнительно адаптироваться к языку, культуре, контактам, быту и даже климату.

В оценке любого стресса важно учитывать способ реагирования на него человеком. Даже длительно действующая и изнуряющая стрессовая ситуация может завершиться качественным адаптивным ответом, который лишь разнообразит и обогатит опыт человека. При этом незначительная трудность может запустить совершенно дезадаптивную и даже опасную реакцию, которая приведет к серьезному неблагоприятному. Таким образом, важно учитывать не только факт наличия стресса, но и каким образом человек адаптируется к нему [14–16].

Цель исследования: выявить психологические особенности реагирования на стресс у иностранных студентов-медиков.

Организация и материалы

В качестве испытуемых в исследовании приняли участие 111 студентов:

1) экспериментальная выборка – иностранные студенты. Все студенты, участвовавшие в исследовании, проходят обучение по специальности «Лечебное дело», обучение проходит на английском языке. Выборка 34 человека (20 девушек и 14 юношей; средний возраст – 26,5 года). Национальная принадлежность: 32 гражданина Ирана, 1 гражданин Турции и 1 гражданин Индии. Продолжительность проживания в России – в среднем 1,5 года;

2) контрольная выборка – русскоязычные студенты. Студенты проходят обучение по специальности «Лечебное дело». Выборка 77 студентов (58 девушек и 19 юношей; средний возраст – 19,5 года).

Методы и методики исследования

Тест смысложизненных ориентаций (Crumbaugh L. Maholic (1964) в адаптации Д.А. Леонтьева (1988)) позволяет оценить общую осмысленность жизни. Шкала депрессии, тревоги и стресса (Depression Anxiety and Stress Scale, DASS) (Lovibond S., Lovibond P. (1995) в адаптации А.А. Золотаревой (2021)) позволяет определить степень психологического дистресса. Опросник совладания со

² Стресс. Всемирная организация здравоохранения. URL: <https://www.who.int/ru/news-room/questions-and-answers/item/stress> (дата обращения: 30.03.2025).

стрессом COPE (Carver C., Scheier M., Weintraub J. (1989) в адаптации Т.О. Гордеевой, Е.Н. Осина, Е.И. Рассказовой и др. (2010)) позволяет оценить выраженность способов совладания с трудностями.

Математико-статистическая обработка полученных данных, анализ корреляционных взаимосвязей реализован с помощью программы Jamovi.

Результаты и их обсуждение

1. Анализ полученных данных показывает граничные значения между умеренным и высоким уровнем стресса в обеих выборках (см. таблицу). При этом сравнение экспериментальной и контрольной выборок показало отсутствие статистически достоверных отличий по уровню стресса – хронического неспецифического напряжения. Показатели тревоги (преимущественно ситуационная тревога) и депрессии (переживания дисфории, безнадежности, обесценивания жизни, ангедонии и апатии) находятся в пределах низких значений.

2. Проведенный статистический анализ с вычислением t-критерия Стьюдента (расчёты велись с помощью программы Jamovi) показал значимые отличия в выборках (см. таблицу), где испытуемые контрольной выборки демонстрируют выраженность в использовании следующих способов реагирования на трудности.

По результатам сравнения можно отметить, что у студентов-иностранцев значительно слабее сформирована система реагирования на стресс, что определенно снижает общий адаптационный потенциал. У русскоязычных студентов система совладания со стрессом более разнообразна: мы наблюдаем выраженность адаптивных поведенческих (например, позитивное переформулирование и личностный рост и активное совладание) и эмоциональных (например, концентрация на эмоциях) копингов. При этом выражены и стратегии избегающего совладания (например, использование успокоительных, поведенческий уход от проблемы, юмор).

Также в контрольной группе обнаружены значимые отличия по показателю «общая осмысленность жизни» ($p \leq 0,001$).

3. Проведенный анализ способов совладающего поведения в выборке иностранных студентов продемонстрировал в целом выбор в пользу активных, адаптивных поведенческих и эмоциональных способов реагирова-

ния: планирование (12,1 балла), позитивное переформулирование и личностный рост (11,4), использование инструментальной социальной поддержки (обращение за помощью, советом и др.) (11,1), активное совладание (11,1), обращение к религии (10,2), принятие (10,0) и подавление конкурирующей деятельности (10,0).

4. Проведенный анализ корреляционных взаимосвязей показал (расчёты велись с помощью программы Jamovi):

Контрольная выборка (русскоязычные студенты)

Положительная значимая корреляционная взаимосвязь показателя стресса и копинг-стратегий: концентрация на эмоциях ($p \leq 0,001$), отрицание ($p \leq 0,05$), обращение к религии ($p \leq 0,05$), поведенческий уход от проблемы ($p \leq 0,05$), использование успокоительных ($p \leq 0,05$). Отрицательная значимая корреляционная взаимосвязь показателя стресса и копинг-стратегий: юмор ($p \leq 0,01$). Отрицательная значимая корреляционная взаимосвязь показателя стресса и общей осмысленности жизни ($p \leq 0,05$).

Таким образом, можно сделать предположение, что осмысленность жизни в группе русскоязычных студентов выступает в качестве регулятора стресса: понимание своих целей, смыслов и перспектив помогает и воспринимать, и эффективно преодолевать трудности. При этом стоит отметить, что в группе русскоязычных студентов обнаружены взаимосвязи стресса и избегающих копинг-стратегий, что может свидетельствовать об ухудшении совладания и росте напряжения через использование пассивных и малоадаптивных копингов.

Экспериментальная выборка (иностранцы)

Положительная значимая корреляция показателя стресса и копинг-стратегий: поиск инструментальной социальной поддержки ($p \leq 0,05$), обращение к религии ($p \leq 0,05$), поведенческий уход от проблемы ($p \leq 0,001$), использование успокоительных ($p \leq 0,05$). Положительная значимая корреляция показателя стресса и общей осмысленности жизни ($p \leq 0,05$).

Таким образом, можно предположить, что необходимость поиска самого себя, смыслов, целей и перспектив, рефлексия на эти темы усиливает уже имеющийся дистресс и одновременно выступает в качестве самостоятель-

Результаты диагностики копинг-стратегий, уровня стресса, тревоги, депрессии
 и общей осмысленности жизни в выборках испытуемых
 Coping strategies, stress, anxiety, depression, and purpose in life by study group

Шкала методики Scale	Студенты, обучающиеся на русском языке (n = 77), контрольная выборка Control group (Russian-taught, n = 77)	Студенты, обучающиеся на иностранном языке (n = 34), экспериментальная выборка Experimental group (foreign language-taught, n = 34)
Способы совладающего поведения / Coping behavior		
Позитивное переформулирование и личностный рост / Positive reframing and personal growth	13,18 *	11,41
Мысленный уход от проблемы Mental disengagement	9,83	9,56
Концентрация на эмоциях Focus on emotions	11,45 *	9,53
Инструментальная социальная поддержка Instrumental social support	12,31	11,09
Активное совладание / Active coping	13,55 ***	11,06
Отрицание / Denial	7,71 **	5,97
Обращение к религии / Turning to religion	9,64	10,24
Юмор / Humor	10,17 **	7,76
Поведенческий уход от проблемы Behavioral disengagement	7,16 *	5,71
Сдерживание совладания / Restraint coping	9,82	9,06
Эмоциональная социальная поддержка Emotional social support	11,94 **	9,65
Использование успокоительных Use of sedatives	5,03 ***	3,82
Принятие / Acceptance	12,13 **	10,0
Подавление конкурирующей деятельности / Suppression of competing activities	12,21 **	10,0
Планирование / Planning	13,58	12,09
Смысложизненные ориентации / Purpose in life		
Общая осмысленность жизни Total purpose in life score	104,43	82,94
Шкалы DASS 21		
Стресс / Stress	9,14	9,18
Тревога / Anxiety	6,58	5,71
Депрессия / Depression	5,14	6,71

Примечание: * – значимость различий при $p \leq 0,05$; ** – при $p \leq 0,01$; *** – при $p \leq 0,001$.
 Note: * – significance of differences at $p \leq 0.05$; ** – at $p \leq 0.01$; *** – at $p \leq 0.001$.

ной причины напряжения. Кроме этого, как и в контрольной выборке, в группе иностранных студентов были обнаружены взаимосвязи стресса и отвлекающих и пассивных способов совладания, что очевидно демонстрирует низкую эффективность избегающих копингов. Интересна взаимосвязь поиска инструментальной социальной поддержки и стресса. Данную взаимосвязь мы можем объяснить тем, что поиск помощи и поддержки у окру-

жения может сопровождаться дополнительными трудностями (например, языковыми или культуральными), что не только не помогает, но и утяжеляет имеющийся дистресс.

Выводы

1. Студенты-медики, проходящие обучение на русском языке, демонстрируют большее разнообразие способов совладающего поведения (как продуктивных, так и непро-

дуктивных копингов). Пассивные копинги, направленные на отвлечение, показывают свою неэффективность в работе со стрессом, при использовании стратегий избегания стресс эффективно не снижается. Кроме этого, у студентов «русскоязычных» групп наблюдается лучшая сформированность общей осмысленности жизни – как понимание целей и собственных перспектив. И именно осмысленность жизни, понимание своих целей и перспектив помогает минимизировать учебный и социальный стресс.

2. Иностранцы студенты-медики демонстрируют достоверную большую выраженность лишь по одному виду копинга – обращение к религии. Также в этой группе обследуемых выше уровень общего стресса. При этом качественный анализ показывает ориентацию на использование активных, адаптивных поведенческих и эмоциональных способов реагирования через планирование, позитивное переформулирование и личностный рост, использование инструментальной социальной поддержки, активное совладание, обращение к религии, принятие и подавление конкурирующей деятельности.

3. В целом более слабую сформированность совладания к стрессу демонстрируют иностранные студенты-медики с выраженным переживанием напряжения. Иностранцы студенты-медики демонстрируют недостаточную сформированность удовлетворенности своей жизнью, понимания своих целей и реализации своего потенциала. Рефлексия на эти темы может выступать в качестве самостоятельного источника напряжения и тормозить процесс адаптации. По комментариям иностранных студентов, выбор профессии за них (в большинстве) сделала семья: родители – в случае молодых людей и незамужних девушек, муж и его родители – в случае замужних девушек. В связи с этим полноценная включенность в учебный процесс у них затруднена, а дополнительное напряжение вызывает факт возможного провала – страх разочаровать семью и не оправдать их ожиданий. Этим можно объяснить полученные результаты

корреляционного анализа: непонимание своих целей, желаний и перспектив ухудшает имеющийся дистресс.

Заключение

В современных условиях повышенной академической мобильности повышается теоретическая и практическая значимость исследований социально-психологической адаптации иностранных студентов. Теоретическая значимость определяется необходимостью расширения представлений о социально-психологической адаптации и ее составляющих. Практическая значимость связана с важностью организации и внедрения в практику программ, направленных на создание условий для успешной адаптации студентов.

Россия сравнительно недавно стала активно привлекать иностранных студентов к обучению в высших учебных заведениях, и поэтому ряд вопросов, связанных с оптимизацией этого процесса, требует доработки. Все вышесказанное должно учитываться в формировании программ социально-психологической адаптации иностранных студентов для повышения качества их интеграции в учебный и социокультурный контекст. Программа социально-психологической адаптации иностранных студентов должна включать не только вовлеченность в языковую и культурную среду (успешно практикуется в Казанском федеральном университете), но также и организацию групп поддержки с обязательным участием кураторов-старшекурсников (выходцев из тех же стран, что и участники группы). Рекомендуем включить в программу социально-психологической адаптации и группы психологической помощи и поддержки (консультации, тренинги по стрессоустойчивости и семинары). Наконец, целесообразной кажется организация системы студенческой волонтерской помощи иностранцам (например, помощь в решении бытовых вопросов) с учетом особенностей культуры и традиций обеих сторон. Все это помогает иностранным студентам быстрее освоиться в новой среде, избегая недоразумений и конфликтов.

Список источников

1. Николаев В.К. Экспорт образования в вузах России в условиях новой реальности // Высшее образование в России. 2022. Т. 31, № 2. С. 149–166. DOI: 10.31992/0869-3617-2022-31-2-149-166

2. Белова О.С., Соловьев А.Г., Парняков А.В. Социально-психологическая адаптация иностранных студентов в российском вузе // *Обозрение психиатрии и медицинской психологии имени В.М. Бехтерева*. 2021. Т. 55(2). С. 21–26. DOI: 10.31363/2313-7053-2021-55-2-21-26.
3. Адаптация иностранных студентов к обучению в медицинском вузе Российской Федерации / А.И. Кошель, А.Б. Ходжаян, К.Р. Амлаев и др. // *Медицинское образование и вузовская наука*. 2017. № 1(9). С. 49–51.
4. Апасова М.В., Кулагина И.Ю., Апасова Е.В. Условия адаптации иностранных студентов в ВУЗах // *Современная зарубежная психология*. 2020. Т. 9(4). С. 129–137. DOI: 10.17759/jmfp.2020090412
5. Анализ социально-психологической адаптации иностранных студентов в медицинских вузах Южного федерального округа / В.М. Смирнов, В.В. Болучевская, Л.В. Михайлова и др. // *Мир науки. Педагогика и психология*. 2020. Т. 8, № 4. DOI: 10.15862/19PSMN420
6. Ван Ю. Социально-психологическая адаптация иностранных студентов: проблемы исследований в англоязычной литературе // *Мир науки. Педагогика и психология*. 2018. Т. 6, № 2. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/63PSMN218.pdf> (дата обращения: 09.05.2025).
7. Bierwiazzonek K., Waldzus S. Socio-Cultural Factors as Antecedents of Cross-Cultural Adaptation in Expatriates, International Students, and Migrants: A Review // *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 2016. Vol. 47(6). P. 767–817. DOI: 10.1177/0022022116644526
8. Yerken A., Urbán R., Nguyen Luu L.A. Sociocultural Adaptation Among University Students in Hungary: The Case of International Students From Post-Soviet Countries // *Journal of International Students*. 2022. Vol. 12(4). P. 867–888. DOI: 10.32674/jis.v12i4.4076
9. Russel J., Rosenthal D., Thomson G. The international student experience: three styles of adaptation // *Higher Education*. 2010. Vol. 60(2). P. 235–249.
10. Akanwa E.E. International Students in Western Developed Countries: History, Challenges, and Prospects // *Journal of International Students*. 2015. Vol. 5(3). P. 271–284. DOI: 10.32674/jis.v5i3.421
11. Güzel H., Glazer S. Demographic Correlates of Acculturation and Sociocultural Adaptation: Comparing International and Domestic Students // *Journal of International Students*. 2019. Vol. 9(4). P. 1074–1094. DOI: 10.32674/jis.v10i1.614
12. Measuring Cultural Competencies: The Development and Validation of a Revised Measure of Sociocultural Adaptation / J. Wilson, C. Ward, V.H. Fetvadjeiev, A. Bethel // *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 2017. Vol. 48(10). P. 1475–1506. DOI: 10.1177/0022022117732721
13. Yu B., Bodycott P., Mak A.S. Language and Interpersonal Resource Predictors of Psychological and Sociocultural Adaptation: International Students in Hong Kong // *Journal of Studies in International Education*. 2019. Vol. 30. P. 572–588. DOI: 10.1177/1028315318825336
14. Битюцкая Е.В. Современные подходы к изучению совладания с трудными жизненными ситуациями // *Вестник Московского университета. Серия 14: Психология*. 2011. № 1. С. 100–111.
15. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения. Кострома: Авантитул. 2004. 343 с.
16. Рассказова Е.И., Гордеева Т.О. Копинг-стратегии в психологии стресса: подходы, методы и перспективы исследований // *Психологические исследования*. 2011. № 3. С. 4.

Поступила 12.05.2025; одобрена после рецензирования 16.07.2025; принята к публикации 20.06.2025.

Информация об авторах

Калимуллина Иниза Рафаиловна, кандидат психологических наук, старший преподаватель кафедры неврологии с курсами психиатрии, клинической психологии и медицинской генетики, Казанский (Приволжский) федеральный университет (Россия, 420008, Казань, ул. Кремлевская, 18); ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-6619-4894>; e-mail: k.iniza@gmail.com

Акберова Анна Александровна, преподаватель кафедры неврологии с курсами психиатрии, клинической психологии и медицинской генетики, Казанский (Приволжский) федеральный университет (Россия, 420008, Казань, ул. Кремлевская, 18); e-mail: akberovanna@gmail.com

Заявленный вклад авторов

Калимуллина И.Р. – научное руководство, дизайн исследования, обзор литературы на русском языке, сбор эмпирических данных на выборке русскоязычных студентов, интерпретация и анализ данных, написание и техническое редактирование рукописи.

Акберова А.А. – обзор литературы на английском языке, сбор эмпирических данных по выборке иностранных студентов, интерпретация и анализ данных, техническое редактирование рукописи.

Авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи.

References

1. Nikolaev V.K. Exporting Russian Higher Education in the Conditions of a New Reality. *Vysshee obrazovanie v Rossii = Higher Education in Russia*. 2022;31(2):149–166. (in Russ). DOI: 10.31992/0869-3617-2022-31-2-149-166
2. Belova O.S., Soloviev A.G., Parnyakov A.V. Social and psychological adaptation of foreign students in a Russian university. *Obzrenie psikiatrii i meditsinskoi psikhologii imeni V.M. Bekhtereva = V.M. Bekhterev review of psychiatry and medical psychology*. 2021;55(2):21–26. (in Russ.). DOI: 10.31363/2313-7053-2021-55-2-21-26
3. Koshel A.I., Khodzhayan A.B., Amlaev K.R. Adaptation of foreign students to training at Russian medical universities. *Meditsinskoe obrazovanie i vuzovskaya nauka = Medical education and university science*. 2017;1(9):49–51. (in Russ.).
4. Apasova M.V., Kulagina I.Yu., Apasova E.V. Conditions for the adaptation of foreign students to universities. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya = Journal of Modern Foreign Psychology*. 2020;9(4):129–137. (in Russ.). DOI: 10.17759/jmfp.2020090412
5. Smirnov V.M., Boluchevskaya V.V., Mikhailova L.V. et al. Analysis of the socio-psychological adaptation of foreign students at medical universities in the Southern Federal District. *Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya = World of Science. Pedagogy and psychology*. 2020;4(8). (in Russ.). DOI: 10.15862/19PSMN420
6. Wang Y.Y. Socio-psychological adaptation of international students: problems of research in Englishlanguage literature. *Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya = World of Science. Pedagogy and psychology*. 2018;2(6). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/63PSMN218.pdf> (in Russ.).
7. Bierwiazzonek K., Waldzus S. Socio-Cultural Factors as Antecedents of Cross-Cultural Adaptation in Expatriates, International Students, and Migrants: A Review. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 2016;47(6):767–817. DOI: 10.1177/0022022116644526
8. Yerken A., Urbán R., Nguyen Luu L.A. Sociocultural Adaptation Among University Students in Hungary: The Case of International Students From Post-Soviet Countries. *Journal of International Students*. 2022;12(4):867–888. DOI: 10.32674/jis.v12i4.4076
9. Russel J., Rosenthal D., Thomson G. The international student experience: three styles of adaptation. *Higher Education*. 2010;60(2):235–249. DOI: 10.1007/s10734-009-9297-7
10. Akanwa E.E. International Students in Western Developed Countries: History, Challenges, and Prospects. *Journal of International Students*. 2015;5(3):271–284. DOI: 10.32674/jis.v5i3.421
11. Güzel H., Glazer S. Demographic Correlates of Acculturation and Sociocultural Adaptation: Comparing International and Domestic Students. *Journal of International Students*. 2019;9(4):1074–1094. DOI: 10.32674/jis.v10i1.614
12. Wilson J., Ward C., Fetvadjiev V.H., Bethel A. Measuring Cultural Competencies: The Development and Validation of a Revised Measure of Sociocultural Adaptation. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 2017;48(10):1475–1506. DOI: 10.1177/0022022117732721
13. Yu B., Bodycott P., Mak A.S. Language and Interpersonal Resource Predictors of Psychological and Sociocultural Adaptation: International Students in Hong Kong. *Journal of Studies in International Education*. 2019;30:572–588. DOI: 10.1177/1028315318825336
14. Bityutskaya E.V. Modern approaches to the research of coping with the difficult life situations. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14: Psikhologiya = Lomonosov Psychology Journal*. 2011;1:100–111

15. Kryukova T.L. *Psikhologiya sovladayushchego povedeniya* [Psychology of coping behavior]. Kostroma: Avantitul Publ. 2004;343. (in Russ.).

16. Rasskazova E.I.1, Gordeeva T.O. Coping strategies in the psychology of stress: approaches, methods, perspectives. *Psikhologicheskie issledovaniya = Psychological research*. 2011;3:4. (in Russ.).

Submitted 12.05.2025; approved after reviewing 16.07.2025; accepted for publication 20.06.2025.

About the authors

Iniza R. Kalimullina, PhD in Psychological Sciences, Senior Lecturer at the Department of Neurology with Courses in Psychiatry, Clinical Psychology, and Medical Genetics, Kazan (Volga Region) Federal University (18 Kremlevskaya str., Kazan, 420008, Russia); ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-6619-4894>; e-mail: k.iniza@gmail.com

Anna A. Akberova, Lecturer at the Department of Neurology with Courses in Psychiatry, Clinical Psychology, and Medical Genetics, Kazan (Volga Region) Federal University (18 Kremlevskaya str., Kazan, 420008, Russia); e-mail: akberovanna@gmail.com

Contribution of the authors

Kalimullina I.R. – scientific supervision, research design, literature review in Russian, collection of empirical data from the sample of Russian-speaking students, data interpretation and analysis, writing and technical editing of the manuscript.

Akberova A.A. – literature review in English, collection of empirical data from the sample of international students, data interpretation and analysis, technical editing of the manuscript.

All authors have read and approved the final manuscript.