



FTAMP 15.01.11

Ғылыми мақала

<https://doi.org/10.32523/3080-1893-2025-153-4-98-116>

Жоғары оқу орындарында студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеудің құрылымдық-практикалық аспектілері

А.Ф. Азизова^{1*}, Л.О. Баймолдина², Г.А. Рахимжанова³

^{1,2}Әл-Фараби атындағы Қазақ Ұлттық университеті, Алматы, Қазақстан

³Alikhan Bokeikhan University, Семей, Қазақстан

(E-mail: ¹*azizova-aziza95@mail.ru, ²Laura.Baimoldina@kaznu.edu.kz, ³gulmira.72-78@mail.ru)

Аңдатпа. Бұл мақалада жоғары оқу орындарында студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеудің құрылымдық-практикалық аспектілерінің мәселелері мен болашағы қарастырылады. Зерттеудің өзектілігі бар мәселелерді қарастырудың маңыздылығы мен қажеттілігімен негізделген. Зерттеудің мақсаты жоғары оқу орындарында студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеу мәселесін негіздеу және тәжірибелік-эксперименттік зерттеу арқылы сүйемелдеу жұмысының ерекшеліктері мен тиімділігін айқындайтын шараларды әзірлеу болып анықталды.

Ғылыми маңыздылығы студенттерді психологиялық сүйемелдеу туралы ғылыми түсініктерді дамыту мен кеңейтуге үлес қосуда. Практикалық маңыздылығы студенттердің психологиялық денсаулығын жақсартуға бағытталған жоғары оқу орындарының психологиялық қызметтерінің диагностикалық, профилактикалық және дамытушы қызмет бағыттарының құрылымдық-практикалық интеграциясының қажеттілігі мен тиімділігін растауда. Келесі әдістер қолданылды: зерттеу тақырыбы бойынша теориялық талдау; эмпирикалық әдістер, сауалнамалық сұрау және стандартты әдістемелер бойынша тестілеу, алынған деректердің сапалық және сандық талдауы. Жоғары оқу орындары студенттерін психологиялық сүйемелдеудің құрылымдық-практикалық тәсілі диагностикалық процедуралардың, профилактикалық іс-шаралардың және дамытушы практикалардың жеке психологиялық ерекшеліктерді және жоғары оқу орнының білім беру ортасының ерекшелігін міндетті түрде ескере отырып интеграциясы ретінде анықталды. Эмпирикалық зерттеулер мен корреляциялық талдау нәтижелері студенттерді құрылым-

Түсті: 30.10.2025; Жөнделді: 12.11.2025; Мақұлданды: 18.12.2025; Онлайн қолжетімді: 29.12.2025

*хат-хабар авторы

дық-практикалық сүйемелдеуді енгізудің тиімділігін растайды. Себебі эксперименттік топта студенттердің психологиялық денсаулығында оң өзгерістер байқалды. Алынған нәтижелер студенттерді психологиялық сүйемелдеу туралы ғылыми түсініктерді дамытуда ғылыми маңызға ие және оның практикалық құндылығын көрсетеді, өйткені жоғары білім беру мекемелерінде енгізілуі мүмкін.

Түйін сөздер: студенттер, жоғары оқу орны, психологиялық денсаулық, сүйемелдеу, құрылымдық-практикалық аспектілер, психологиялық қызмет, жеке психологиялық ерекшеліктер.

Кіріспе

Тақырыпты таңдаудың өзектілігі жоғары білім берудің қазіргі даму кезеңі студенттерді даярлау сапасына жоғары талаптар қоятындығымен айқындалады, бұл әдетте олардың психологиялық денсаулығының жағдайымен де байланысты. Жоғары оқу орнындағы оқу кезеңі – бұл таңдалған мамандыққа және бекітілген білім беру бағдарламасы шеңберіндегі түрлі кезеңдер мен оқу деңгейлерін қамтитын күрделі кезең болып табылады. Осы кезеңде жастардың санасы мен міңез-құлқында оқу жүктемесімен, әрі қарайғы әлеуметтенумен және болашақ кәсіби қызметінің маңыздылығын түсінумен байланысты елеулі өзгерістер орын алады. Мұның бәрі оқу процесінде студенттердің стресс пен мазасыздық деңгейінің жоғары болуына әкеледі, ал бұл психологиялық денсаулыққа әсер ететін негізгі көрсеткіштер болып саналады. Студенттердің психологиялық денсаулығының төмен көрсеткіштері әдетте келесі факторлармен байланысты: жаңа оқу жағдайларына бейімделу, академиялық жүктеме (Исаханова, 2024), жас ерекшелігі және кәсіби дағдарыстар, болашақтағы белгісіздік және сыртқы әлеуметтік тұрақсыздық (Chaudhry, 2024).

Психология, педагогика, әлеуметтану және т.б. салаларда жүргізіліп жатқан қазіргі зерттеулер көптеген студенттердің қиындықтарға тап болатынын көрсетеді, бұл қиындықтар оқу жүктемесімен қатар, студенттердің салауатты құндылықтар жүйесінің жеткілікті қалыптаспағандығымен де байланысты. Оқу процесінде студенттерде әлеуметтік және психологиялық дәрменсіздік байқалады, бұл әсіресе алғашқы курстарда айқын көрінеді. Мұның бәрі олардың жалпы физикалық және психикалық денсаулық деңгейінің төмендеуіне әкеледі, ал бұл өз кезегінде олардың академиялық көрсеткіштеріне және жалпы жағдайына әсер етеді. Сонымен қатар, қазіргі студенттер арасында «тұтынушылық міңез-құлық типі» қалыптасуда, оның мәні – олар өз қажеттіліктерін ең аз күш жұмсап қанағаттандыруға ұмтылады, алайда жоғары оқу орнындағы оқу процесі өз талаптарын қойып, бұл мақсатқа жетуге мүмкіндік бермейді. Осыған байланысты студенттер арасында психологиялық денсаулықтың төмен көрсеткіштері бар топтардың саны артуда, бұл олардың стресс-төзімділігінің төмендігімен, мазасыздығымен, енжарлыққа (депрессияға) бейімділігімен және оқу процесінде міңез-құлықтың бейімделмеген стратегияларын қолдануымен көрініс табады. Қазіргі уақытта Қазақстанның көптеген жоғары оқу орындарында студенттерге

психологиялық сүйемелдеу бойынша жекелеген бағыттар бар, алайда олар әрдайым толыққанды емес, бұл студенттердің психологиялық денсаулығының төмен деңгейімен расталады. Өйткені психологиялық денсаулықты диагностикалау мен тиімді сүйемелдеудің кешенді және ғылыми негізделген әдіснамалық тәсілдері жеткіліксіз.

Аталған бағыттың ғылыми негіздемесі көптеген ғалымдардың, соның ішінде қазіргі зерттеушілердің еңбектерінде көрсетілген (Olsson, 2024). Бұл әдебиеттердің ішінде студенттердің кәсіби қалыптасуының жекелеген ерекшеліктеріне арналған, жоғары оқу орнының білім беру ортасындағы студентті психологиялық сүйемелдеу контекстінде жазылған зерттеулер ерекше орын алады (Pineda, 2024). Студенттердің психологиялық әл-ауқаты мәселелерін жаңа технологиялар мен мультикультуралық білім беру орталарында зерттеу ерекше назар аударарлық Р. Амага және т.б. (2025), Н. Li (2025) бұл мәселені кеңірек қарастыруға және қойылған міндеттерді шешудің тиімді тәсілдерін ұсынуға мүмкіндік береді.

Қазақстандық авторлар арасында Б. Дукатаев (2024) жоғары оқу орындары студенттеріндегі стресс көріністерін зерттеп, оны еңсерудің тиімді тәсілдерін көрсеткен. Г.Ж. Лекерова және т.б. (2014) жоғары оқу орнының психологиялық қызметі студенттерге арналған диагностика, кеңес беру және тренингтерді қамтитын бірыңғай жүйе екенін анықтаған; С.В. Васильева және т.б. (2023) студенттердің психологиялық көмек алу және қолдау сұрау жөніндегі ұстанымдары мен сұраныстарын талдаған. Сондақ-ақ, біз өзіміздің алғашқы зерттеулерімізде академиялық жүктеменің студенттердің психологиялық денсаулығына әсер етуі (Azizova, 2025) және психологиялық денсаулық пен кәсіби икемділік арасындағы өзара байланыс мәселелері қарастырылды (Azizova, 2025). Алайда жинақталған ғылыми деректердің айтарлықтай көлеміне қарамастан, жоғары білім беру жүйесінде студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеудің құрылымдық ұйымдастырылуы мен практикалық іске асырылуы мәселелері әлі де жеткілікті түрде ашылмаған. Бұған қоса, бұрынғы зерттеулерде жоғары оқу орындары студенттерінің психологиялық әл-ауқатын сүйемелдеу модельдерінің тиімділігін тәжірибеде нақтылау және тексеру қажеттілігі атап өтілген.

Жоғарыда айтылғандарға сүйене отырып, зерттеу тақырыбы өзекті болып табылады, себебі ол жоғары оқу орындарында оқитын студенттердің психологиялық әл-ауқатын қолдауға және нығайтуға бағытталған психологиялық денсаулықты сүйемелдеудің құрылымдық-практикалық инновациялық шараларын қарастыру мен әзірлеудің маңыздылығы мен қажеттілігін көрсетеді.

Зерттеу мақсаты: жоғары оқу орындарындағы студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеу мәселесін негіздеу және тәжірибелік-эксперименттік зерттеу арқылы сүйемелдеудің ерекшеліктері мен тиімділігін айқындайтын шараларды әзірлеу.

Зерттеу нысаны: жоғары оқу орындарының студенттері.

Зерттеу пәні: студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеу үдерісі.

Зерттеу міндеттері: студенттердің психологиялық денсаулығына қатысты отандық және шетелдік әдебиеттердегі қолданыстағы тәсілдерді талдау; жоғары оқу орындарындағы психологиялық сүйемелдеудің қазіргі тәжірибесіндегі мәселелер мен кемшіліктерді анықтау; жоғары оқу орындарында студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеу үдерістерін оңтайландыруға бағытталған іс-шаралар кешенін әзірлеу және апробациядан өткізу; алынған эксперименттік деректер негізінде ұсынылған шаралардың тиімділігін бағалау.

Зерттеу барысында қолданылған ғылыми тұғарлар: интегративті тұғыр, ол гуманистік психологияның, когнитивті-мінез-құлық бағытының және жүйелік талдаудың қағидаттарын біріктіреді. Мұндай тұғыр жоғары оқу орындары студенттерінің психологиялық денсаулығын сүйемелдеуді құрылымдық-практикалық аспектілерге тәуелді динамикалық үдеріс ретінде қарастыруға мүмкіндік береді: оқу орнының білім беру ортасының ерекшеліктері (жоғары оқу орнында кім қолдау көрсетеді; түрлі мамандар арасындағы өзара әрекет қалай ұйымдастырылған; қандай құрылымдық бөлімдер тартылған; қандай құжаттама қолданылады; міндеттер мен өкілеттіктер қалай бөлінген); студенттердің жеке сипаттары және сыртқы әлеуметтік факторлар ескеріледі.

Зерттеу гипотезасы: студенттердің психологиялық денсаулығын тиімді сүйемелдеу құрылымдық-практикалық аспектілердің интеграциясы жағдайында мүмкін, яғни диагностикалық рәсімдерді профилактикалармен ұштастыру, сонымен қатар олардың жеке психологиялық ерекшеліктері мен жоғары білім беру ерекшеліктерін ескеру қажет.

Жүргізілген зерттеу теориялық тұрғыдан маңызды, себебі ол студенттердің психологиялық денсаулығына әсер ететін факторлар мен механизмдер туралы ғылыми білімді кеңейтеді. Жұмыстың практикалық маңыздылығы жоғары оқу орындарындағы студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеуді оңтайландыруға бағытталған құрылымдық аспектілерге негізделген іс-шаралар кешенін әзірлеуде көрініс табады. Практикалық шаралар жоғары оқу орындарының сүйемелдеу қызметтерінің тиімділігін арттыруға, білім беру процесінің сапасын жақсартуға және студенттердің психологиялық денсаулығын қамтамасыз етуге ықпал ететін нақты ұйымдастырушылық-құрылымдық іс-шаралар мен заманауи технологияларды қамтиды.

Материалдар мен зерттеу әдістері

Зерттеу нысаны болып жоғары оқу орындарының студенттері табылады. Олар ресми түрде мемлекеттік немесе жекеменшік аккредиттелген университеттерге, академияларға, институттарға және басқа да ұқсас мекемелерге жоғары білім алу мақсатында қабылданған тұлғалар ретінде анықталады. Зерттеу нысаны ретінде студенттер екі негізгі ұғым контекстінде қарастырылады: студенттердің психологиялық денсаулығы және студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеу. Студенттердің психологиялық денсаулығы, әдетте, олардың психикалық саласының тұрақты жағдайымен сипатталады, бұл жағдай адамның жоғары оқу орнында оқу процесінде байқалады. Жоғары оқу орындарындағы студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеу олардың психологиялық амандығын сақтау мен нығайтуға бағытталған кешенді, кәсіби түрде ұйымдастырылған іс-шаралар жүйесі ретінде ұсынылады.

Негізгі зерттеу сұрағы – қазіргі жоғары білім беру жағдайында студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеудің ең тиімді құрылымдық-практикалық аспектілері қандай және бұл процесті оңтайландыруға қандай шаралар ықпал етеді. Нақтылай түсетін сұрақтар: студенттердің психологиялық денсаулығын қалыптастыру мен сақтауға әсер ететін негізгі факторлар қандай; қазіргі заманғы білім беру технологиялары студенттердің психологиялық денсаулығын жақсартуға қалай ықпал етеді; студенттердің психологиялық қиындықтарының алдын алу үшін сүйемелдеудің

қандай стратегиялары мен әдістері нәтижелі болып табылады. Интеграциялық жүйені іске асыру студенттерде мазасыздық, депрессия және психологиялық қолайсыздықтың басқа көріністері деңгейінің төмендеуіне, өмірге қанағаттанушылық деңгейінің артуына әкеледі деп болжанады.

Зерттеу барысында келесі әдістер қолданылды:

Теориялық әдістер: ғылыми әдебиеттерді талдау; зерттеу тақырыбы бойынша теориялар мен тұжырымдамаларды салыстырмалы талдау; психологиялық сүйемелдеудің оңтайлы жүйесін модельдеу.

Эмпирикалық әдістер: жоғары оқу орындары студенттерін тестілеу. Тестілеу келесі әдістемелер арқылы жүзеге асырылды: К. Риффтің «Психологиялық әл-ауқат шкаласы» (Шкала психологического благополучия) әдістемесі бойынша (Лепешинскийдің бейімделуінде); А. Перуэ-Бадудың «Субъективті әл-ауқат шкаласы» (Шкала субъективного благополучия) әдістемесі бойынша (М.В. Соколованың бейімделуінде) субъективті әл-ауқаттың эмоционалды компоненті өлшенді. Психологиялық хал-ахуалды және психологиялық қолдауға қанағаттанушылықты бағалау анкета түрінде жүргізілді. Анкета екі топ сұрақтардан тұрды: психологиялық хал-ахуал және психологиялық қолдауға қанағаттанушылық. Нәтижелер бес балдық шкала бойынша бағаланды (толық келісемін; көбіне келісемін; ішінара келісемін; көбіне келіспеймін; мүлдем келіспеймін), кейін бұл көрсеткіштер деңгейлерге (жоғары, орта, төмен) ауыстырылды.

Ұйымдастырушылық әдістер: психологиялық сүйемелдеу бағдарламасын әзірлеу және іс-шараларын өткізу. Сандық және сапалық әдістер алынған мәліметтерді өңдеуге арналған статистикалық әдістер; қорытынды мен тұжырым жасауға арналған аналитикалық әдістер. Аталған әдістердің таңдауы студенттердің психологиялық денсаулығының жағдайы мен оны сүйемелдеудің тиімділігі туралы шынайы көрініс алуға мүмкіндік беретін объективті және сенімді деректер алуға бағытталған.

Зерттеу бірнеше кезеңнен тұрды және келесі сатыларды қамтыды. Дайындық кезеңі: жоғары оқу орындары студенттерінің психологиялық денсаулығы мен сүйемелдеуі саласындағы сандық отандық және шетелдік тәжірибелерді зерттеу және жүйелеу; диагностикалық әдістемелерді іріктеу және зерттеу мақсаттарына бейімдеу; зерттеу қатысушыларының таңдамасын қалыптастыру. Екінші, диагностикалық кезең, оның аясында жоғары оқу орындары студенттерін стандартталған психодиагностикалық құралдар арқылы бастапқы зерттеу жүргізілді; алынған деректер жиналды; студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеу бағдарламасы әзірленіп, іске асырылды; бағдарлама шеңберінде студенттерге жеке және топтық сабақтар ұйымдастырылды, заманауи технологиялар қолданылды, жеке консультациялар өткізілді; аралық нәтижелердің мониторингі жүргізілді. Бақылау кезеңі: жүргізілген іс-шаралардың тиімділігін анықтау мақсатында зерттелетін көрсеткіштердің соңғы диагностикасы ұйымдастырылды; алынған мәліметтерге сандық талдау жасалды; зерттеу нәтижелері аналитикалық-жалпылау әдістері арқылы интерпретацияланды; қорытындылар мен практикалық ұсынымдар әзірленді.

Зерттеу материалы тәжірибе барысында жиналған бастапқы және екінші реттік деректер жиынтығымен ұсынылды. Эмпирикалық зерттеуге 220 студент қатысты: эксперименттік топ – әл-Фараби атындағы Қазақ Ұлттық университеті мен Alikhan Bokeikhan University (110 студент) және бақылау тобы – Абай атындағы Қазақ Ұлттық

университеті мен Шәкәрім университеті. Іріктеме жасына (1-2 курс) және білім деңгейіне (бакалавриат) сәйкес келеді. Жиналған деректерге анкеталық сауалнамалар және психодиагностикалық әдістемелер нәтижелері кірді. Барлық жиналған мәліметтер ғылыми зерттеулер жүргізу стандарттарында қарастырылған құпиялылық және этика талаптарын сақтай отырып өңделді. Сандық талдау үшін стандартты статистикалық SPSS пакеттері қолданылды. Студенттердің екі тестілеу нәтижелері арасындағы Пирсон корреляция коэффициентті арқылы өңделді.

Қолданылған зерттеу әдіснамасы алынған нәтижелердің жоғары сенімділігі мен қайта жаңғыртылуын қамтамасыз етеді, бұл тек мәселенің ағымдағы жағдайын бағалауға ғана емес, сондай-ақ жоғары оқу орындарында студенттердің психологиялық сүйемелдеудің сапасын арттыруға арналған практикалық ұсынымдарды әзірлеуге де мүмкіндік береді.

Нәтижелер мен талқылау

Әдеби талдау нәтижелері екі бағыт бойынша қарастырылды. Қазақстандық және шетелдік әдебиеттерде студенттердің психологиялық денсаулығына қатысты бар тәсілдерді талдау осы санаттағы адамдардың психологиялық әл-ауқаты мен сүйемелдеуді түсіну мен қамтамасыз етудегі әртүрлілікті анықтауға мүмкіндік берді.

Студенттердің психологиялық денсаулығы эмоционалды бұзылыстардың болмауында, өз тұлғасын адекватты қабылдауында және өз мазасыздық пен стресс сезімдерін сыртқы көмексіз тиімді басқара алу қабілетінде көрінеді. Ол әдетте олардың психикалық саласының тұрақты жағдайымен сипатталады, бұл жағдай жоғары оқу орнында оқу процесінде байқалады (Nielsen, 2024).

Жоғары оқу орындарындағы студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеу (Khan, 2024) мамандардың (психологтардың, сондай-ақ педагогтар мен әкімшілік қызметкерлердің) белсенді өзара іс-қимылы мен ынтымақтастық принципіне, сондай-ақ студенттердің өздерінің белсенді қатысуы мен өзара әрекеттесуіне негізделеді. Бұл кешенді, кәсіби ұйымдастырылған іс-шаралар жүйесі ретінде ұсынылады, ол студенттердің психологиялық әл-ауқатын сақтауға және нығайтуға жәрдемдесуге бағытталған. Қазақстандық контексте зерттеушілердің көпшілігі психологиялық көмекті университет құрылымына біріктірудің маңыздылығын атап өтетін жүйелі және кешенді тәсілдерді сипаттайды. Сонымен қатар, қазақстандық ғалымдар студенттердің психологиялық жағдайына әсер ететін мәдени және әлеуметтік аспектілерге көп көңіл бөледі, сондай-ақ психологиялық денсаулықты жас ұрпақтың кәсіби қалыптасуының маңызды құрамдас бөлігі ретінде қарастырады. Ал шетелдік зерттеулер, керісінше, студенттердің психологиялық әл-ауқатын бақылау және қолдау үшін заманауи білім беру технологиялары мен цифрлық құралдарды қолдануға басты назар аударады. Олардың пікірінше, психикалық гигиена мен превентивті психология тұжырымдамалары ерекше танымалдыққа ие, бұл тұжырымдамалар студенттердің оқу процесінде психологиялық бұзылыстарын ерте диагностикалау және белсенді алдын алу қажеттілігін көздейді. Сонымен бірге шетелдік авторлар да студенттердің жеке ерекшеліктерін ескеруді маңызды деп санайды. Бұрынғы жұмыстарда көрсетілген барлық бағыттар студенттердің психологиялық денсаулығына қатысты қажетті дағдыларды қалыптастыруда университет тарапынан диагностика мен практикалық көмектің басты рөлін мойындауда тоғысады.

Әдеби талдау жоғары оқу орындары студенттерін психологиялық сүйемелдеудің тәжірибесінде бар мәселелер мен кемшіліктерді де көрсетті. Белгіленген кейбір шектеулерге келесілер жатады: студенттердің күнделікті өмірі мен оқу процесінде психологиялық көмектің жеткіліксіз интеграциясы; кадрлық әлеуеттің шектеулілігі және жоғары оқу орындарында жұмыс істеуге арналған арнайы психологтарды даярлау бағдарламаларының жетіспеушілігі; қолданылатын іс-шаралардың басым бөлігі реактивті сипатта, бұл студенттердің психологиялық мәселелерін кеш анықтауға әкеледі (Ryan, 2021); студенттердің хабардарлығының төмендігі мен қолдау іздеуге кедергі келтіретін стереотиптер; студенттердің психологиялық жағдайын бақылау мен бағалаудың сапалы жүйесінің болмауы; кейбір дәстүрлі психологиялық қолдау әдістерінің қазіргі заман талаптары мен цифрлық ұрпақтың қажеттіліктеріне сәйкес келмеуі (Nair, 2021).

Бар материалдарды талдау студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеудің құрылымдық-практикалық аспектілерін дамытудың ең тиімді бағыты дәстүрлі психологиялық көмекті заманауи цифрлық құралдармен үйлестіретін интеграцияланған, көпдеңгейлі жүйе құру болып табылатынын көрсетті. Бұл ретте жоғары оқу орындарындағы студенттердің туындаған мәселелерімен жұмыс жасаудан олардың алдын алуға, ақпараттық құрамдас бөлікті күшейтуге және мамандардың біліктілігін арттыруға назар аудару қажет (Segú-Odrizola, 2025; Shilko, 2022).

Жоғары оқу орындарында студенттердің психологиялық денсаулығын қалыптастыру мен сақтауға әсер ететін негізгі факторлар ретінде келесілер танылды: әлеуметтік қолдаудың маңыздылығы мен студенттік қауымдастыққа белсенді қатысумен көрінетін сүйемелдеудің жеткілікті деңгейі; оқытушылармен және әкімшілікпен қарым-қатынастың сапасын арттыру; студенттердің өзін-өзі реттеу және стресті басқару қабілеттерін дамыту; кәсіби көмекке жүгінуге саналы дайындық пен ашықтық.

Сүйемелдеу саласындағы заманауи және нәтижелі практикалық білім беру технологиялары ретінде келесілер танылды: диагностика, мониторинг және жедел көмек көрсетуге арналған цифрлық платформалар; коучинг және арт-терапия элементтері бар онлайн-кеңестер; эмоционалды интеллект пен күйзеліске төзімділікті дамытуға арналған интерактивті тренингтер. Бұлардың барлығы студенттердің психологиялық денсаулығын жақсартуға тиімді ықпал етіп, қолданылатын психологиялық қолдау түрлерінің тартымдылығы мен қолжетімділігін арттырады.

Құрылымдық-практикалық аспектілер деп екі өзара байланысты құрамдас бөлікті түсінуге болады: жоғары оқу орнындағы психологиялық қызмет құрылымының ұйымдастырылуы және студенттерге көмек немесе сүйемелдеу көрсетуге арналған нақты тәжірибелерді қолдану. Себебі құрылым міндеттерінің нақты бөлінуін, тиісті бөлімшелер мен рәсімдердің болуын көздейді, ал практикалық жақтары студенттермен жұмыс істеудің нақты әдістері мен тәсілдерін қамтиды. Осылайша, сүйемелдеудің құрылымдық-практикалық аспектілері жоғары оқу орындары студенттерінің психологиялық денсаулығын қолдауға бағытталған ұйымдастырушылық негіздер мен тиімді практикалық әдістерді біріктіретін ойластырылған жүйе түрінде болуы тиіс.

Эмпирикалық зерттеу нәтижелері. Жоғары оқу орындарындағы студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеу үдерістерін оңтайландыруға бағытталған іс-шаралар кешені әзірленді. Оның негізіне студенттердің психологиялық денсаулығын

сүйемелдеудің құрылымдық-практикалық аспектілері алынды. Жоғары оқу орындарында студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеу үдерістерін оңтайландыруға арналған іс-шаралар кешені келесілерді қамтиды: университеттің психологиялық қызметін құрылымдық қайта ұйымдастыру; психологиялық жеңілдеу бойынша мамандандырылған кабинеттер құру және жабдықтау; студенттермен практикалық жұмыс жүргізуге арналған инновациялық әдістемелерді пайдалану; студенттердің психологиялық денсаулығын қамтамасыз ету мен сүйемелдеудің тиімділігін бақылау және бағалау жүйесін құру және іске асыру; ақпараттық-ағартушылық қызмет; мекемеаралық ынтымақтастық пен күштерді интеграциялау; өткізілетін іс-шараларды қаржылық және ресурстық қамтамасыз ету; шараларды қаржылық және ресурстық қамтамасыз ету. Университет аясында студенттерге психологиялық қолдау көрсетуге арналған мамандандырылған орталық құрылды. Студенттерге психологиялық көмекке үнемі қол жеткізу қамтамасыз етілді: жеке қабылдаулар, жедел желілер, әлеуметтік желілер және арнайы чат арқылы. Психологиялық жеңілдеу кабинеттері арнайы техникамен жабдықталған, психоэмоциялық денсаулық пен өзін-өзі реттеу мәселелеріне арналған заманауи әдебиеттер кітапханасымен, мультимедиялық тренажерлармен толықтырылған, олар стресс жағдайларын модельдеуге және тиімді реакцияларды қалыптастыруға мүмкіндік береді. Факультетте студенттерді сүйемелдеуге және курс пен кафедралардағы студенттердің психологиялық жағдайын бақылауға жауапты куратор-психолог лауазымы енгізілді. Мониторинг және тиімділікті бағалау жүйесіне 1 курс студенттерін ай сайын, ал кейінгі курстар студенттерін жыл сайын анкеталау кіреді, бұл олардың психологиялық қолдауға қанағаттанушылық деңгейінің динамикасын анықтауға бағытталған, сондай-ақ психологиялық сүйемелдеу алатын студенттердің үлгерімі мен сабаққа қатысуын бақылау жүргізіледі. Ақпараттық-ағартушылық қызмет тұрақты түрде салауатты өмір салты мен психологиялық әл-ауқатты насихаттау іс-шараларынан (дәрістер, семинарлар мен шеберлік сабақтары, ақпараттық буклеттер, бейнероликтер) тұрады. Оқытушылар мен студенттерге арналған бірлескен тренингтер ұжымда қауіпсіз және қолдаушы атмосфера құру мақсатында өткізілді.

Эксперимент барысында практикалық жұмыста дәстүрлі (әрбір студентпен жеке жұмыс және көмек көрсету) және инновациялық әдістемелер мен технологиялар қолданылды. Инновациялық әдістерге келесілер жатады: консультациялар мен қолдаудың қашықтықтан түрлері (мобильді қосымшаны іске қосу; алғашқы диагностика және ұсыныстар алу үшін анонимді өтініштерге арналған онлайн-платформа; күйзеліске төзімділікті дамытуға арналған интерактивті ойын және симуляциялық тренингтер; күрделі өмірлік жағдайларды модельдеу және студенттердің конструктивті мінез-құлық үлгілерін қалыптастыру; оқу мен әлеуметтенуде қиындықтарға тап болған немесе дағдарыстық жағдайда жүрген студенттерге жеке қолдау көрсету үшін тәжірибелі мамандарды тарту; студенттер мен оқытушылардан алынған кері байланыс, ол психологиялық денсаулықтың жақсаруы немесе нашарлауын көрсетеді). 1 және 2 курс студенттерінің психологиялық әл-ауқатын зерттеу бойынша эксперимент нәтижелері эксперименттік топ (ЭТ) және бақылау топтарында (БТ) (әрқайсысында 25 адамнан) 1-кестеде көрсетілген.

1-Кесте

К. Риффтің «Психологиялық әл-ауқат шкаласы» әдіснамасы бойынша студенттердің психологиялық әл-ауқатының нәтижелері (%)

Көрсеткіш	Топ	Жоғары		Орташа		Төмен	
		басы	соңы	басы	соңы	басы	соңы
Дербестік	ЭТ	16	32	44	36	40	32
	БТ	16	16	44	48	40	36
Өзін қабылдау	ЭТ	16	60	48	32	36	8
	БТ	16	16	48	44	36	32
Жеке өсу	ЭТ	16	48	40	36	44	16
	БТ	16	16	40	44	44	40
Өмірлік мақсаттар	ЭТ	16	52	48	52	36	12
	БТ	16	16	48	52	36	32
Құзыреттілік	ЭТ	16	52	44	36	40	12
	БТ	16	16	44	4	40	36
Басқалармен позитивті қатынастар	ЭТ	16	60	48	32	36	8
	БТ	16	16	48	52	36	32

Алынған нәтижелер екі топтағы бастапқы көрсеткіштердің шамамен бірдей болғанын көрсетеді. Эксперимент соңында кешенді сүйемелдеу бағдарламасы енгізілген эксперименттік топ пен мұндай бағдарлама қолданылмаған бақылау тобы арасында психологиялық әл-ауқаттың өзгеруінде айтарлықтай айырмашылық байқалды.

Эксперименттік топта барлық зерттелген көрсеткіштер бойынша жоғары деңгейдегі психологиялық әл-ауқаты бар студенттердің саны бастапқы кезеңдегі 16%-дан соңғы кезеңде 32%-ға дейін артты. Барлық қарастырылған көрсеткіштер бойынша психологиялық әл-ауқаты төмен студенттердің үлесі 8-12%-ға дейін азайды. Ал бақылау тобында айтарлықтай өзгерістер байқалмады: төмен және орта деңгейлер бойынша аз ғана өзгеріс тіркелді, ал жоғары деңгей бастапқы көрсеткіштер деңгейінде сақталды.

Осылайша, алынған деректер студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеу бойынша әзірленген кешенді бағдарламаның тиімділігін дәлелдейді. Бағдарлама студенттердің психологиялық денсаулығының маңызды көрсеткіштері бойынша айтарлықтай ілгерілеуге мүмкіндік берді: тәуелсіз болу қабілеті, әлеуметтік қысымға қарсы тұра білу; өз-өзіне оң көзқарас қалыптастыру; өз өмірін, соның ішінде ЖОО-дағы оқу кезеңін өзін-өзі жүзеге асыру процесі ретінде қабылдауды жақсарту; өмірінің мән-мағынасын түсінудегі уайымның төмендеуі; қоршаған ортамен өзара әрекеттесуді және қалаған нәтижелерге жетуді тиімді басқару; басқа адамдарға жылы, сенімді және қамқор көзқарас танытып, ашық қарым-қатынас орната білу.

А. Перуэ-Баду ұсынған «Субъективті әл-ауқат шкаласы» көмегімен психологиялық денсаулықтың негізгі көрсеткіші ретінде субъективті әл-ауқаттың эмоциялық компоненті өлшенді. Бұл шкалалар адамның эмоциялық күйінің сапасын оң көрсеткіштер бойынша (оптимизм, сергектік, өзіне сенімділік) және теріс көрсеткіштер бойынша

(мазасыздық, тұнжырау, ашуланшақтық және жалғыздық сезімі) бағалауға мүмкіндік береді. Оның нәтижелері 2-кестеде көрсетілген.

2-Кесте

«Субъективті әл-ауқат шкаласы» бойынша бағалау нәтижелері (%)

Көрсеткіш	Топ	Жоғары		Орташа		Төмен	
		басы	соңы	басы	соңы	басы	соңы
Шиеленіс және сезімталдық	ЭТ	44	26	36	30	20	34
	БТ	44	40	36	44	20	16
Психоэмоционалдық симптоматикамен қатар жүретін белгілер (мазасыздық, депрессия, обсессия, енжарлық)	ЭТ	48	20	36		16	
	БТ	48	44	36	48	16	16
Көңіл-күй өзгерістері	ЭТ	44	12	32		24	44
	БТ	44	40	36	40	20	20
Әлеуметтік ортаның маңыздылығы	ЭТ	16	36	64		20	
	БТ	16	16	60	64	24	20
Денсаулықтың өзіндік бағалануы	ЭТ	16	44	60	32	24	8
	БТ	16	20	64	64	20	16
Күнделікті қызметке қанағаттану деңгейі	ЭТ	20	36	44	48	36	16
	БТ	20	20	44	48	36	32

Алынған нәтижелерді талдау көрсеткендей, эксперименттік топта зерттелген көрсеткіштердің көпшілігі бойынша айтарлықтай оң өзгерістер байқалады: жоғары шиеленіс пен сезімталдық деңгейі 18%-ға төмендеген, ал төмен деңгей 14%-ға артқан; негізгі психоэмоционалдық симптоматикамен қатар жүретін белгілер де 28%-ға азайған; көңіл-күй өзгерістері 22%-ға төмендеген; әлеуметтік ортаның маңыздылығының жоғары деңгейі 20%-ға артқан, ал төмен деңгейі 20%-ға азайған; денсаулықтың өзіндік бағалануы 28%-ға жоғарылаған; күнделікті қызметке қанағаттану деңгейі 16%-ға өскен. Бақылау тобында да кейбір өзгерістер болғанымен, олар шамалы сипатқа ие (мысалы, шиеленіс пен сезімталдықтың жоғары деңгейі 44%-дан 40%-ға дейін төмендеген, ал төмен деңгей 20%-дан 16%-ға дейін азайған). Көптеген көрсеткіштер бұрынғы қалпында қалған.

Алынған деректер кешенді психологиялық сүйемелдеу бағдарламасын жүзеге асыру студенттердің субъективті әл-ауқатына оң әсер еткенін дәлелдейді. Ең айқын жақсарулар эксперименттік топта эмоционалды тепе-теңдік, әлеуметтік белсенділік және денсаулықтың өзіндік бағалануы көрсеткіштері бойынша байқалады. Бұл студенттердің мазасыздық пен эмоционалдық тұрақсыздық деңгейінің төмендеуін көрсетеді, соның нәтижесінде оларда тұрақтырақ эмоционалдық фон қалыптасады. Күнделікті қызметке қанағаттанудың артуы студенттердің өз өміріне және әлеуметтік белсенділігіне қатысты неғұрлым позитивті көзқарас қалыптастырғанын білдіреді. Эксперименттік топтағы студенттер әлеуметтік қолдауды көбірек бағалай бастайды, бұл

олардың денсаулығына және салауатты тұлғааралық қатынастардың дамуына оң ықпал етеді. Денсаулықтың өзіндік бағалануының артуы студенттердің өз физикалық және психологиялық жағдайларына сенімділігінің артқанын білдіреді, бұл түрлі аурулардың даму қаупін төмендетеді және салауатты өмір салтына деген уәждемені күшейтеді.

Студенттердің психологиялық денсаулығын құрылымдық-практикалық сүйемелдеу аясында жүргізілген анкетаның нәтижелері 3-кестеде көрсетілген.

3-Кесте

Студенттер анкетасының нәтижелері (%)

Көрсеткіш	Топ	Жоғары		Орташа		Төмен	
		басы	соңы	басы	соңы	басы	соңы
Психологиялық хал-жағдай	ЭТ	24	48	44	36	32	16
	БТ	24	28	40	38	36	34
Психологиялық қолдау қызметіне қанағаттану	ЭТ	16	48	50	46	44	8
	БТ	20	20	40	44	40	36

Алынған деректер келесі қорытындылар жасауға мүмкіндік береді. Эксперименттің бастапқы кезеңінде екі топтың (эксперименттік және бақылау) психологиялық көңіл-күйі мен психологиялық қолдауға қанағаттанушылық көрсеткіштері ұқсас болды, бұл олардың салыстырмалылығын растайды. Эксперимент соңында ЭТ-да айтарлықтай оң динамика байқалды: өзін жақсы сезінетін студенттердің саны 24%-дан 40%-ға дейін артты; өзін нашар сезінетіндердің үлесі 32%-дан 16%-ға дейін азайды; психологиялық қолдау сапасына жоғары қанағаттанушылық 16%-дан 48%-ға дейін өсті, ал төмен деңгей 44%-дан 6%-ға дейін төмендеді. Ал БТ-да кейбір өзгерістер болғанымен, олар елеулі сипатқа ие емес. Мұндай нәтижелер эксперименттік топта іске асырылған студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеу шараларының тиімділігін дәлелдеуге мүмкіндік береді.

Пирсонның корреляциялық талдауының нәтижелері эксперименттік топтағы екі жұп арасындағы өзара байланыстарды көрсетеді және 4-кестеде берілген.

4-Кесте

Пирсон бойынша екі жұп арасындағы корреляциялық байланыстар

Параметр 1	Параметр 2	Корреляция коэффициенті	Интерпретация
Психологиялық әл-ауқат пен анкета нәтижелері арасындағы байланыс			
Дербестік	Психологиялық көңіл-күй	-0,68	Орташа теріс байланыс
Өзін қабылдау	Қолдауға қанағаттанушылық	+0,72	Орташа тікелей байланыс
Жеке өсу	Психологиялық көңіл-күй	+0,55	Әлсіз тікелей байланыс

Өмірлік мақсаттар	Қолдауға қанағаттанушылық	+0,63	Орташа тікелей байланыс
Құзыреттілік	Психологиялық көңіл-күй	+0,71	Күшті тікелей байланыс
Позитивті қарым-қатынас	Қолдауға қанағаттанушылық	+0,82	Күшті тікелей байланыс
Субъективті әл-ауқат пен анкета нәтижелері арасындағы байланыс			
Шиеленіс	Психологиялық көңіл-күй	-0,75	Күшті теріс байланыс
Психоэмоционалдық симптоматика белгілері	Қолдауға қанағаттанушылық	-0,69	Орташа теріс байланыс
Көңіл-күй өзгерістері	Психологиялық көңіл-күй	-0,58	Әлсіз теріс байланыс
Денсаулықтың өзіндік бағалануы	Қолдауға қанағаттанушылық	+0,73	Күшті тікелей байланыс
Күнделікті өмірге қанағаттану деңгейі	Психологиялық көңіл-күй	+0,65	Орташа тікелей байланыс

Талдау нәтижелері ең күшті оң корреляциялар келесі көрсеткіштер арасында байқалатынын көрсетті:

- позитивті қатынастар мен қолдауға қанағаттанушылық арасында ($r=0,82$), бұл қолдаушы тұлғааралық байланыстардың әлеуметтік ортамен қанағаттану сезімімен тікелей байланысты екенін көрсетеді;
- денсаулықтың өзіндік бағалануы мен қолдауға қанағаттанушылық ($r=0,73$), сондай-ақ құзыреттілік пен психологиялық көңіл-күй ($r=0,71$) арасындағы байланыстар. Бұл нәтижелер жеке денсаулықты субъективті қабылдау мен жеке тиімділік сезімі жалпы әл-ауқат сезімін қалыптастыруда маңызды рөл атқаратынын дәлелдейді.

Орташа оң корреляциялар (0,55-0,70 диапазонында) өзін қабылдау, тұлғалық өсу, мақсат қоя білу және қолдауға қанағаттанушылық деңгейі арасындағы байланыстарда байқалады, бұл психологиялық жайлылықты сақтау үшін ішкі тұрақтылық пен өзін-өзі жүзеге асырудың маңыздылығын көрсетеді.

Сонымен қатар ең айқын теріс корреляциялар келесі көрсеткіштер арасында тіркелді:

- шиеленіс пен психологиялық көңіл-күй ($r= -0,75$),
- автономдылық пен психологиялық көңіл-күй ($r= -0,68$),
- психоэмоционалдық симптоматика белгілері мен қолдауға қанағаттанушылық ($r= -0,69$).

Бұл мәліметтер жоғары психоэмоционалдық шиеленіс пен симптоматика деңгейі субъективті психологиялық әл-ауқаттың төмендеуімен қатар жүретінін, сондай-ақ әлеуметтік осалдық пен қанағаттанбаушылық сезімін күшейтетінін көрсетеді. Корреляциялық талдау нәтижелері зерттеу гипотезасын растап, эксперименттік топта жүргізілген іс-шаралардың тиімділігін дәлелдейді.

Осылайша, жүргізілген зерттеу студенттердің психологиялық денсаулығын сүйемелдеу бағдарламасының жоғары нәтижелілігін айқын дәлелдеп, оны жоғары оқу орындарында еңгізудің мүмкіндігін көрсетеді.

Алынған нәтижелерді бұрынғы еңбектермен, олардың талдаулары мен қорытындыларымен салыстыру көрсеткендей, бұл зерттеу қазіргі отандық және шетелдік еңбектерді толықтырады: Е.М. Семенова мен Н.Н. Ворошила студенттерге жеке тұрғыдан

қараудың маңыздылығын атап өтеді, себебі ЖОО-ның білім беру ортасы тұлғалық өсуді және кәсіби өзін-өзі анықтауды қамтамасыз етуі керек; Г.Ж. Пекерова және т.б. – ЖОО психологиялық қызметіне диагностиканы, кеңес беруді және тренингтік сабақтарды біріктіретін кешенді тәсіл ұсынады; А.Г. Самохвалова және т.б. – студенттердің психологиялық әл-ауқатының құрылымдық-функционалдық моделінің ерекшеліктерін инновациялық құзыреттілік, өмірдің мағыналылығы және қолайлы әлеуметтік климат негізінде қарастырады; Селигман мен Эдвард Динер – студенттердің психологиялық әл-ауқатын нығайтуға ықпал ететін тиімді педагогикалық тәжірибелерді талдайды.

Біздің зерттеу олардың көзқарастарын растай отырып, диагностикалық процедураларды профилактикалық шаралар мен дамытушы тәжірибелермен біріктіру арқылы ЖОО аясында студенттердің психологиялық денсаулығын жақсартуға болатынын көрсетеді. Сонымен қатар, алынған практикалық нәтижелер студенттердің психологиялық әл-ауқатына жетудің механизмдері мен жолдары туралы түсініктерді кеңейтіп, ЖОО тәжірибесіне енгізуге арналған нақты құралдар мен стратегияларды ұсынады.

Қорытынды

Жүргізілген зерттеу қойылған мақсатқа жетуге және студенттерді психологиялық сүйемелдеудің құрылымдық-практикалық тәсілінің тиімділігін қарастыруға бағытталған барлық міндеттерді шешуге мүмкіндік берді, ол бізбен жоғары оқу орнының білім беру ортасының ерекшеліктері мен студенттердің жеке психологиялық сипаттарын міндетті түрде ескере отырып, диагностикалық процедураларды, профилактикалық іс-шараларды және дамытушы практикалық интеграциялау ретінде анықталды.

Эмпирикалық зерттеулердің нәтижелері құрылымдық-практикалық сүйемелдеу негізінде кешенді тәсілді енгізу студенттердің психологиялық жағдайында елеулі оң өзгерістерге алып келгенін растады. Себебі эксперименттік топта, бақылау тобындағы студенттермен салыстырғанда, психологиялық денсаулықтың барлық зерттелген параметрлері бойынша айтарлықтай жақсарулар тіркелді. Корреляциялық талдау қолданылған кешенді тәсілдің орынды және тиімді екенін дәлелдейді. Жалпы алғанда, зерттеу гипотезасы расталды, өйткені студенттердің психологиялық денсаулығын тиімді сүйемелдеу құрылымдық-практикалық аспектілерді біріктіру жағдайында ғана мүмкін болатыны дәлелденді, ол студенттерге жан-жақты қолдау көрсетуді көздейді және олардың психологиялық денсаулығын жақсартуға бағытталған.

Алынған нәтижелер ғылыми және практикалық маңызға ие. Олар студенттерді психологиялық сүйемелдеу туралы ғылыми түсініктердің дамуына маңызды үлес қосады және жоғары оқу орындарындағы психологиялық қызметтердің диагностикалық, профилактикалық және дамытушы бағыттарының құрылымдық-практикалық интеграциясының қажеттілігі мен тиімділігін растайды. Ерекше назар студенттердің жеке психологиялық ерекшеліктері мен білім беру ортасының ерекшеліктерін ескеруге аударылған, бұл ұсынылған тәсілдің практикалық құндылығы мен іске асырылуын арттырады. Жоғары мектептегі студенттерді психологиялық сүйемелдеудің ғылыми негізделген моделін қалыптастыру үшін қолданылуы мүмкін және білім беру мекемелеріне енгізілуі ықтимал. Тақырыпты одан әрі дамыту келешектермен әрі қарайғы зерттеу бағыттарын ұсынады: студенттердің психологиялық әл-ауқатындағы қол

жеткізілген өзгерістердің ұзақ мерзімді кезеңде тұрақтылығын зерттеу; студенттердің психологиялық денсаулығын қалыптастыруға құрылымдық-практикалық кешеннің жеке компоненттерінің әсер ету механизмдерін терең түсіну; түрлі типтегі білім беру мекемелерінде және әртүрлі білім беру бағдарламаларында оқитын студенттер арасында психологиялық сүйемелдеудің әртүрлі құрылымдық-практикалық модельдерінің тиімділігін салыстырмалы талдау.

Авторлардың үлесі

Азизова А.Ф. – зерттеудің тұжырымдамасы мен әдіснамасын әзірлеу; мақсатты, міндеттер мен гипотезаны тұжырымдау; отандық және шетелдік әдебиеттерге теориялық талдау жүргізу; студенттерді психологиялық сүйемелдеудің бағдарламасын әзірлеу; корреляциялық талдау нәтижелерін интерпретациялау; «Кіріспе», «Әдіснама» және «Қорытынды» бөлімдерін жазу; мақаланың жалпы мәтінін редакциялау.

Баймолдина Л.О. – эмпирикалық зерттеуді ұйымдастыру және жүргізу; қатысушылар іріктемесін қалыптастыру; студенттерге стандартталған әдістемелер бойынша диагностика жүргізу; сауалнама мен тестілеу арқылы бастапқы деректерді жинау; алынған деректерді SPSS статистикалық пакеті арқылы сандық өңдеу; корреляция коэффициенттерін есептеу; кестелер мен графикалық материалдарды рәсімдеу; «Нәтижелер мен талқылау» бөлімін жазу.

Рахимжанова Г.А. – жоғары оқу орындарындағы эксперименттік жұмысты үйлестіру; студенттерді психологиялық сүйемелдеудің іс-шаралар кешенін енгізуді ұйымдастыру; эксперименттік топ студенттерімен топтық және жеке кеңестер өткізу; эксперименттің аралық нәтижелерін мониторингтеу; қатысушылардың кері байланысына сапалық талдау жүргізу; практикалық ұсынымдар әзірлеу; әдебиеттер тізімін және мақаланың техникалық элементтерін рәсімдеу.

Әдебиеттер тізімі

Исаханова, А.А., Абенова, Я.Б. (2024). Адаптация студентов первого курса в высших учебных заведениях. Педагогический вестник Казахстана, 1(74), 32-46. <https://doi.org/10.52301/1991-0614-2024-1-32-46>.

Chaudhry, S., Tandon, A., Shinde, S., & Bhattacharya, A. (2024). Student psychological well-being in higher education: The role of internal team environment, institutional, friends and family support and academic engagement. Plos one, 19(1), 1-23. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0297508>.

Olsson, T., Broberg, M., Frisk, S., Wackenhut, A., Kjellin, D., Gullstrand, S., Rost, S., & Skoog, T. (2024). Health-Promoting Learning Environments in Higher Education: A Scoping Review of Structural Interventions to Protect Student Mental Health. European Journal of Education, 2, 1-18. <https://doi.org/10.1111/ejed.12772>.

Pineda, D., Lozano-Jiménez, J., & Moreno-Murcia, J. (2024). Autonomy support in higher education: a key strategy for the well-being of university students. F1000Research, 13, 1-18. <https://doi.org/10.12688/f1000research.144803.1>.

Amaro, P., Fonseca, C., Pereira, A., Afonso, A., Barros, M., Serra, I., Marques, M., Erfidan, C., Valente, S., Silva, R., & De Pinho, L. (2025). Mental health-promoting intervention models in university students: a systematic review and meta-analysis protocol. BMJ Open, 15(3), 1-15. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2024-091297>.

Li, H. (2025). Students' wellbeing in positive higher education: conceptual frameworks and influencing factors. *Frontiers in Education*, 10, 1-5. <https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1607364>.

Duketayev, B., Myrzabosynov, Ye., Zhakiyanova, Zh., Kassenov, Kh., Bekbossynov, D., (2024). Developping positive value-based healthbehaviorof young students. Вестник КазНПУ имени Абая. Серия: Педагогические науки, 82(2), 119-131. <https://doi.org/10.51889/2959-5762.2024.82.2.011>

Лекерова, Г.Ж., Джekсенбаева, К.О., Есекешова, М.Д., Исабекова, А.О., Исабаева, А.С. (2014). Комплексный взгляд на психологическую службу вуза как единую систему, включающую диагностику, консультирование и тренинги для студентов и абитуриентов. *Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований*, 1, 228-229. <https://applied-research.ru/article/view?id=4638>

Васильева, С.В., Васько, Т.П., Курмашева, А.Р., Поссель, Ю.А. (2023). Опыт, установки и запросы студентов Республики Казахстан в сфере получения психологической помощи. *Журнал «Психология человека в образовании»*, 4(4), 489-500.

Azizova, A.F., Baimoldina, L.O., Zhangaliyeva, Z.N., Kabirova, N.Y. (2025). The impact of academic workload on students' psychological health: a diagnostic aspect. *Bulletin of Abai KazNPU, series Psychology*, 1(82), 161-173. <https://doi.org/10.51889/2959-5967.2025.82.1.014>

Азизова, А., Баймолдина, Л., Гелишли, Ю., Орынғалиева, Ш. (2025). ЖОО студенттерінің психологиялық денсаулығы – кәсіби қалыптасудың негізі ретінде. Абай атындағы ҚазҰПУ-нің хабаршысы, «Психология» сериясы, 3(84), 232-241. <https://doi.org/10.51889/2959-5967.2025.84.3.021>

Nielsen, L., Bermejo-Martins, E., Nelausen, M., Madsen, C., Riva, E., Koushede, V., & Meilstrup, C. (2024). The ABCs of mental health at the university: a multi-level intervention design for promoting mental well-being. *Frontiers in Public Health*, 12, 1-15. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1382393>.

Khan, A., Zeb, I., Yan, Z., Fazal, S., & Ding, J. (2024). Relationship between psychological capital and mental health at higher education: Role of perceived social support as a mediator. *Heliyon*, 10, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e29472>.

Ryan, T., Baik, C., & Larcombe, W. (2021). How can universities better support the mental wellbeing of higher degree research students? A study of students' suggestions. *Higher Education Research & Development*, 41, 867 - 881. <https://doi.org/10.1080/07294360.2021.1874886>.

Nair, B., & Otaki, F. (2021). Promoting University Students' Mental Health: A Systematic Literature Review Introducing the 4M-Model of Individual-Level Interventions. *Frontiers in Public Health*, 9, 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.699030>.

Segú-Odriozola, M. (2025). The Mental Health of University Students: A Social Ecology Perspective. *Societies*, 15, 1-18. <https://doi.org/10.3390/soc15040110>

Shilko, R., Egorov, S., Zinchenko, Y., & Emelin, V. (2022). Positive education for students' mental health support. *European Psychiatry*, 65, 630 - 632. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2022.1614>.

Структурно-практические аспекты сопровождения психологического здоровья студентов в высших учебных заведениях

А.Ф. Азизова^{1*}, Л.О. Баймолдина², Г.А. Рахимжанова³

^{1,2}Казахский национальный университет им. аль-Фараби, Алматы, Казахстан

³Alikhan Bokeikhan University, Семей, Казахстан

Аннотация. В настоящей статье рассматриваются проблемы и перспективы структурно-практических аспектов сопровождения психологического здоровья студентов в высших учебных заведениях. Актуальность исследования обусловлена важностью и необходимостью рассмотрения имеющихся проблем. Целью исследования определено обоснование проблемы сопровождения психологического здоровья студентов в высших учебных заведениях и выработка мер, определяющих особенности и эффективность работы по сопровождению посредством опытно-экспериментального исследования.

Научная значимость состоит во внесении вклада в развитие и расширение научных представлений о психологическом сопровождении студентов. Практическая значимость заключается в подтверждение необходимости и эффективности структурно-практической интеграции диагностических, профилактических и развивающих направлений деятельности психологических служб вузов, направленных на улучшение психологического здоровья студентов. Использованы следующие методы: теоретический анализ по теме исследования; эмпирические методы, анкетный опрос, тестирование по стандартным методикам, качественный и количественный анализ полученных данных. Дано определение структурно-практического подхода к психологическому сопровождению студентов вузов как интеграции диагностических процедур, профилактических мероприятий и развивающих практик с обязательным учётом индивидуальных психологических особенностей и специфики образовательной среды вуза. Результаты эмпирических исследований и корреляционного анализа подтвердили эффективность внедрения структурно-практического сопровождения студентов, так как в экспериментальной группе отмечены позитивные изменения в психологическом здоровье студентов. Полученные результаты имеют научную значимость в развитии научных представлений о психологическом сопровождении студентов и показывают ее практическую ценность, так как могут быть внедрены в высшие образовательные учреждения.

Ключевые слова: студенты, вуз, психологическое здоровье, сопровождение, структурно-практические аспекты, психологическая служба, индивидуальные психологические особенности.

Structural and practical aspects of supporting the psychological health of students in higher education institutions

A.F. Azizova^{1*}, L.O. Baimoldina², G.A. Rakhimzhanova³

^{1,2}Al-Farabi Kazakh National University, Almaty, Kazakhstan

³Alikhan Bokeikhan University, Semey, Kazakhstan

Abstract. This article examines the problems and prospects of structural and practical aspects of supporting the psychological health of students in higher education institutions. The relevance of the

study is due to the importance and necessity of addressing the existing problems. The aim of the study is to substantiate the problem of supporting the psychological health of students in higher education institutions and to develop measures that determine the characteristics and effectiveness of support through experimental research.

The scientific significance lies in contributing to the development and expansion of scientific ideas about psychological support for students. The practical significance lies in confirming the necessity and effectiveness of the structural and practical integration of diagnostic, preventive, and developmental activities of university psychological services aimed at improving the psychological health of students. The following methods were used: theoretical analysis of the research topic; empirical methods, questionnaire surveys and testing using standard methods, qualitative and quantitative analysis of the data obtained. A definition of a structural and practical approach to psychological support for university students was established as the integration of diagnostic procedures, preventive measures, and developmental practices, with mandatory consideration of individual psychological characteristics and the specifics of the university educational environment. The results of empirical research and correlation analysis confirmed the effectiveness of implementing structural and practical support for students. Positive changes in the psychological health of students were noted in the experimental group. The results obtained are scientifically significant for the development of scientific ideas about psychological support for students and demonstrate its practical value, as they can be implemented in higher education institutions.

Keywords: students, university, psychological health, support, structural and practical aspects, psychological services, individual psychological characteristics.

References

- Isahanova, A.A., Abenova, Ia.B. (2024). Adaptatsiia studentov pervogokursa v vysshiih uchebnykh zavedeniiah [Adaptation of first year students in higher educational institutions]. *Pedagogicheski vestnik Kazakhstana*, 1(74), 32-46. <https://doi.org/10.52301/1991-0614-2024-1-32-46>.
- Chaudhry, S., Tandon, A., Shinde, S., & Bhattacharya, A. (2024). Student psychological well-being in higher education: The role of internal team environment, institutional, friends and family support and academic engagement. *Plos one*, 19(1), 1-23. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0297508>.
- Olsson, T., Broberg, M., Frisk, S., Wackenhut, A., Kjellin, D., Gullstrand, S., Rost, S., & Skoog, T. (2024). Health-Promoting Learning Environments in Higher Education: A Scoping Review of Structural Interventions to Protect Student Mental Health // *European Journal of Education*, 2, 1-18. <https://doi.org/10.1111/ejed.12772>.
- Pineda, D., Lozano-Jiménez, J., & Moreno-Murcia, J. (2024). Autonomy support in higher education: a key strategy for the well-being of university students. *F1000Research*, 13, 1-18. <https://doi.org/10.12688/f1000research.144803.1>.
- Amaro, P., Fonseca, C., Pereira, A., Afonso, A., Barros, M., Serra, I., Marques, M., Erfidan, C., Valente, S., Silva, R., & De Pinho, L. (2025). Mental health-promoting intervention models in university students: a systematic review and meta-analysis protocol // *BMJ Open*, 15(3), 1-15. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2024-091297>.
- Li, H. (2025). Students' wellbeing in positive higher education: conceptual frameworks and influencing factors. *Frontiers in Education*, 10, 1-5. <https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1607364>.
- Duketayev, B., Myrzabosynov, Ye., Zhakiyanova, Zh., Kassenov, Kh., Bekbossynov, D., (2024). Developping positive value-based healthbehaviorof young students. *Vestnik KazNPU imeni Abaia. Seriya: Pedagogicheskie nauki*, 82(2), 119-131. <https://doi.org/10.51889/2959-5762.2024.82.2.011>.

Lekeroval, G.J., Djeksenbaeva, K.O., Esekeshova, M.D., Isabekova, A.O., Isabaeva, A.S. (2014). Kompleksnyj vzglyad na psihologicheskuyu sluzhbu vuza kak edinuyu sistemu, vklyuchayushchuyu diagnostiku, konsul'tirovanie i treningi dlya studentov i abiturientov [A comprehensive view of the psychological service of the university as a single system, including diagnostics, counseling and training for students and applicants]. *Mejdunarodnyi jurnal prikladnyh i fundamentalnyh issledovanii*, 1, 228-229. <https://applied-research.ru/ru/article/view?id=4638>.

Vasileva, S.V., Vasko, T.P., Kurmasheva, A.R., Possel, Iu.A. (2023). Opyt, ustanovki i zaprosy studentov Respubliki Kazahstan v sfere polucheniya psihologicheskoy pomoshchi [The experience, attitudes and requests of students of the Republic of Kazakhstan in the field of psychological assistance]. *ZHurnal Psihologiya cheloveka v obrazovanii*, 4(4), 489-500.

Azizova, A.F., Baimoldina, L.O., Zhangaliyeva, Z.N., Kabirova, N.Y. (2025). The impact of academic workload on students' psychological health: a diagnostic aspect. *Bulletin of Abai KazNPU, series Psychology*, 1(82), 161-173. <https://doi.org/10.51889/2959-5967.2025.82.1.014>

Azizova, A., Bajmoldina, L., Gelishli, YU., Oryngaliev, SH. (2025). ZHOO studentterinin psihologiyalyk densaulygy – kasibi kalyptasudyn negizi retinde [Psychological health of university students as the basis of professional formation]. *Abaj atyndagy KazUPU-nin habarshysy, «Psihologiya» seriyasy*, 3(84), 232-241. <https://doi.org/10.51889/2959-5967.2025.84.3.021>

Nielsen, L., Bermejo-Martins, E., Nelausen, M., Madsen, C., Riva, E., Koushede, V., & Meilstrup, C. (2024). The ABCs of mental health at the university: a multi-level intervention design for promoting mental well-being. *Frontiers in Public Health*, 12, 1-15. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1382393>.

Khan, A., Zeb, I., Yan, Z., Fazal, S., & Ding, J. (2024). Relationship between psychological capital and mental health at higher education: Role of perceived social support as a mediator. *Heliyon*, 10, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e29472>.

Ryan, T., Baik, C., & Larcombe, W. (2021). How can universities better support the mental wellbeing of higher degree research students? A study of students' suggestions. *Higher Education Research & Development*, 41, 867-881. <https://doi.org/10.1080/07294360.2021.1874886>.

Nair, B., & Otaki, F. (2021). Promoting University Students' Mental Health: A Systematic Literature Review Introducing the 4M-Model of Individual-Level Interventions. *Frontiers in Public Health*, 9, 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.699030>.

Segú-Odriozola, M. (2025). The Mental Health of University Students: A Social Ecology Perspective // *Societies*, 15, 1-18. <https://doi.org/10.3390/soc15040110>.

Shilko, R., Egorov, S., Zinchenko, Y., & Emelin, V. (2022). Positive education for students' mental health support. *European Psychiatry*, 65, 630-632. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2022.1614>.

Авторлар туралы мәліметтер:

Азизова Азиза Фарухқызы – хат-хабар авторы, 8D03107 «Психология» білім беру бағдарламасының 2 курс докторанты, әл-Фараби атындағы Қазақ Ұлттық университеті, әл-Фараби даңғылы, 71, 050000, Алматы, Қазақстан. E-mail: azizova-aziza95@mail.ru

Баймолдина Лаура Оразбековна – PhD, Жалпы және қолданбалы психология кафедрасының аға оқытушысы, әл-Фараби атындағы Қазақ Ұлттық университеті, әл-Фараби даңғылы, 71, 050000, Алматы, Қазақстан. E-mail: Laura.Baimoldina@kaznu.edu.kz

Рахимжанова Гульмира Амиржановна – PhD, ақпараттық технологиялар және экономика факультетінің деканы, Alikhan Bokeikhan University, Ленин көшесі 11, 071400, Семей, Қазақстан. E-mail: gulmira.72-78@mail.ru

Сведения об авторах:

Азизова Азиза Фарухкызы – автор для корреспонденции, докторант 2 курса 8D03107 ОП «Психология», Казахский национальный университет им. аль-Фараби, пр. аль-Фараби, 71, 050000, Алматы, Казахстан, E-mail: azizova-aziza95@mail.ru

Баймолдина Лаура Оразбековна – PhD, старший преподаватель кафедры общей и прикладной психологии, Казахский национальный университет имени аль-Фараби, пр. аль-Фараби, 71, 050000, Алматы, Казахстан, E-mail: Laura.Baimoldina@kaznu.edu.kz

Рахимжанова Гульмира Амиржановна – PhD, декан факультета информационных технологий и экономики, Alikhan Bokeikhan University, ул. Ленина, 11, 071400, Семей, Казахстан. E-mail: gulmira.72-78@mail.ru

Information about the authors:

Azizova Aziza Farukhkyzy – corresponding author, 2nd-year doctoral student in the educational program 8D03107 «Psychology», Al-Farabi Kazakh National University, 71 Al-Farabi Ave, 050000, Almaty, Kazakhstan. E-mail: azizova-aziza95@mail.ru

Baimoldina Laura Orazbekovna – PhD, Senior Lecturer, Department of General and Applied Psychology, Al-Farabi Kazakh National University, 71 Al-Farabi Ave, 050000, Almaty, Kazakhstan. E-mail: Laura.Baimoldina@kaznu.edu.kz

Rakhimzhanova Gulmira Amirzhanovana – PhD, Dean of the Faculty of Information Technology and Economics, Alikhan Bokeikhan University, 11 Lenin Street, 071400, Semey, Kazakhstan. E-mail: gulmira.72-78@mail.ru