

**Яковлева Алла Алексеевна**

канд. пед. наук, доцент

**Подгорная Ксения Сергеевна**

студентка

ФГБОУ ВО «Тульский государственный  
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

## **ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ОБЗОР ЗАПРОСОВ И ОЖИДАНИЙ СТУДЕНТОВ В ОТНОШЕНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЦЕНТРОВ**

***Аннотация:** в статье представлен теоретический анализ эволюции запросно-потребностной сферы российских студентов в отношении психологических служб вузов. На основе синтеза эмпирических данных и научных публикаций 2021–2026 годов обоснован переход от реактивно-кризисной модели обращения за помощью к ресурсно-профилактической, при которой психологическое сопровождение интегрируется в образовательную среду. Выделены две магистральные тенденции: дестигматизация психологической помощи и трансформация содержания запросов – от симптоматических жалоб к «экзистенциальным» темам самопознания и профессионального самоопределения. Выявлено и проинтерпретировано противоречие между высокой декларируемой готовностью студентов обращаться к психологам и сохраняющимся недоверием к вузовским службам, что связывается с опасениями нарушения конфиденциальности, недостаточной информированностью и стигматизацией внутри академической среды.*

***Ключевые слова:** психологическая служба вуза, запрос на психологическую помощь, студенты, дестигматизация, психологическое благополучие, профилактическая модель, конфиденциальность, психологическое просвещение.*

За последние пять лет число психологических служб в российских вузах удвоилось (с 256 до 538), а количество обращений студентов выросло более чем

на треть: в 2024/25 учебном году за помощью обратились 194 тыс. человек, которым было оказано 263 тыс. консультаций [3]. Этот рост, однако, не может интерпретироваться исключительно как свидетельство ухудшения психического здоровья молодежи. Напротив, исследователи фиксируют фундаментальный сдвиг в культуре отношения студентов к психологической помощи: она перестаёт быть крайней мерой и становится нормативной практикой самоподдержки [1]. Цель настоящей статьи – систематизировать и концептуализировать научные представления о содержании запросов и характере ожиданий студентов от психологических центров, выявив ключевые трансформации последних лет, а также определить разрыв между общей готовностью к получению помощи и реальным обращением в университетские службы.

Анализ публикаций 2021–2022 годов демонстрирует, что первоначальный импульс к обращению в службы был во многом реактивным. В период пандемии COVID-19 и последующих геополитических событий доминировали запросы, связанные с купированием острой симптоматики: тревожно-депрессивные состояния, панические атаки, реакции на травматический стресс [2; 5]. Так, в 2020–2022 годах во Владимирском государственном университете основными темами были адаптация к дистанционному обучению и тревога, вызванная специальной военной операцией [2]. Этот этап можно охарактеризовать как «кризисно-ориентированный».

Однако уже к 2023 году тематика запросов ощутимо изменилась. Доминирующее положение заняли межличностные отношения и экзистенциальные кризисы, тогда как доля симптоматических запросов сократилась [2]. Общероссийские опросы подтверждают: ведущими проблемами студентов становятся беспокойство о будущем (55,7%), неуверенность в себе, вызванная социальными установками (54,8%), и потеря профессиональных ориентиров (53,2%) [11]. Эта трансформация отражает не столько смену проблем, сколько смену самой «оптики» студента: психолог начинает восприниматься не как «врач», а как «консультант по развитию», что согласуется с концепцией перехода к профилактической модели [1].

Работа Антоновой, Ерицян и Цветковой (2021) позволяет концептуализировать данное различие через оппозицию «неконструктивных» и «конструктивных» запросов. Если в начале пандемии преобладали неконструктивные запросы с предельным обобщением («помогите, мне плохо»), то в более поздний период студенты формулируют конкретные цели: помощь в самопознании (10,6%) и саморазвитии (11,6%), что свидетельствует о росте психологической грамотности [4]. Молодые люди начинают рассматривать обращение к психологу как инструмент личностного роста и профессионального самоопределения [8]. Опросы 2024 года фиксируют, что вторым по популярности запросом после тревоги становится запрос на самопонимание [9].

Дестигматизация психологической помощи подтверждается и макросоциальными индикаторами. Индекс потребности россиян в психологической помощи в конце 2024 года достиг 30 пунктов из 100, что на 30% выше показателя 2022 года [6]. В студенческой среде обращение к психологу всё чаще воспринимается как нормативная практика заботы о себе, а не как признак слабости [7]. Исследователи отмечают, что нынешнее поколение студентов демонстрирует более осознанное и рефлексивное отношение к возрастным кризисам, раньше начинает рефлексировать ценности и жизненные траектории [10]. Это ставит под сомнение тезис о «затянувшейся инфантилизации» и позволяет говорить о формировании культуры психологического самосохранения.

При общей высокой готовности обращаться за помощью (по разным оценкам, от 75,4% до 80% студентов), лишь треть рассматривает для себя возможность обращения именно в вузовскую службу [4; 9]. Исследование Нехорошевой и Касаткиной (2024) показало, что у 61% опрошенных студентов МГПУ отсутствует опыт получения психологической помощи, а среди основных барьеров называются: опасения неэтичного поведения специалистов (59%), неэффективной помощи (58%), дефицит информации о возможностях (58%) и страх нарушения конфиденциальности (53%) [9]. Качественные исследования дополняют эту картину: студенты опасаются, что психолог из вуза может обесценить их проблемы или что обращение станет известно преподавателям и администрации [7].

Эти данные указывают на фундаментальное противоречие: рост доверия к психологии как социальному институту не конвертируется автоматически в доверие к конкретному университету.

Проведённый анализ подтверждает, что запрос студентов на психологическую помощь эволюционировал от запроса на «лечение симптома» к запросу на «личностный рост и самопознание». Это ставит перед психологическими центрами задачу пересмотра доминирующих моделей работы: от реактивной кризисной интервенции к системному психолого-педагогическому сопровождению, интегрированному в образовательный процесс. Одновременно сохраняется выраженный разрыв между декларируемой готовностью студентов обращаться за помощью и реальным использованием вузовских служб, что обусловлено опасениями нарушения конфиденциальности, недостаточной информированностью и сохраняющимися элементами стигматизации внутри академической среды. Перспективным направлением дальнейших исследований является разработка и эмпирическая проверка организационно-педагогических условий, способствующих преодолению этих барьеров и формированию культуры доверия к университетским психологическим службам.

### *Список литературы*

1. Басюк В.С. Федеральная сеть психологических служб образовательных организаций высшего образования: концепция, приоритеты и ресурсы развития / В.С. Басюк, С.Б. Малых, Т.Н. Тихомирова // Психологическая наука и образование. – 2022. – Т. 27. №6. – С. 4–18. DOI 10.17759/pse.2022270601. EDN UQZPNI

2. Антипина Е.А. Изучение специфики запросов студентов на основе обращений в службу психологической поддержки вуза / Е.А. Антипина // Высшее образование сегодня. – 2024. – №2. – С. 106–110. DOI 10.18137/RNU.NET.24.02.P.106. EDN LVVFWC

3. Мишина В. Пронять меры: студенты стали значительно чаще обращаться к психологам / В. Мишина, Я. Штурма, И. Ионина // Известия. – URL:

<https://iz.ru/2070879/valeriia-mishina-iana-shturma-irina-ionina/ctudenty-stalichashche-obrashchatsia-k-psikhologam> (дата обращения: 09.05.2026).

4. Антонова Н.А. Запрос на психологическую помощь студентов педагогического вуза / Н.А. Антонова, К.Ю. Ерицян, Л.А. Цветкова // Психология человека в образовании. – 2021. Т. 3. №2. – С. 208–217. DOI 10.33910/2686-9527-2021-3-2-208-217. EDN YZAZBA

5. Горбунова Е.В. Психологические службы в российских вузах: что имеем и куда идём? / Е.В. Горбунова, И.Е. Крылова // Высшее образование в России. – 2023. – №11. – С. 95–115. DOI 10.31992/0869-3617-2023-32-11-95-115. EDN FGSSOM

6. Индекс потребности россиян в психологической помощи // ВЦИОМ. – URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/indeks-potrebnosti-v-psikhologicheskoi-pomoshchi-2024> (дата обращения: 09.05.2026).

7. Герт В.А. Психологическая помощь глазами студентов: социальные барьеры и мотивации обращения к специалистам (на примере студентов НИУ ВШЭ г. Москва): выпускная квалификационная работа / В.А. Герт. – М.: НИУ ВШЭ, 2025.

8. Хайрова З.Р. Классификация запросов обучающихся в психологическую службу образовательной организации высшего образования / З.Р. Хайрова, Е.Ю. Брель // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. 2024. №214. DOI 10.33910/1992-6464-2024-214-161-168. EDN TRQOPM

9. Классификация запросов обучающихся в психологическую службу образовательной организации высшего образования // Вестник практической психологии образования. – 2024. – Т. 21. №4. – С. 161–168.

10. Нехорошева Е.В. Между проблемой и запросом: готовы ли студенты принимать психологическую помощь / Е.В. Нехорошева, Д.А. Касаткина / Высшее образование в России. – 2024. – Т. 33. №6. – С. 124–142. DOI 10.31992/0869-3617-2024-33-6-124-142. EDN DIVBLL

11. Русин А.В. Изучение запросов первокурсников на оказание услуг психологического информирования / А.В. Русин, С.Ю. Жданова // Гуманитарные исследования. Педагогика и психология. – 2025. – №21. – С. 81–91. DOI 10.24412/2712-827X-2025-21-81-91. EDN XDRAХО

12. Твое мнение важно: оказание психологической помощи студентам (результаты всероссийского онлайн-опроса студентов). – URL: [https://minobrnauki.gov.ru/press-center/news/?ELEMENT\\_ID=46109](https://minobrnauki.gov.ru/press-center/news/?ELEMENT_ID=46109) (дата обращения: 09.05.2026).