

GƏNC TƏHSİLALANLARIN PSIXOLOJİ RİFAHININ TƏŞKİLİ: KONSEPTUAL VƏ TƏTBİQƏ YÖNƏLİK ÇƏRÇİVƏ



Məlahət Məmmədova,

*İz Psixoloji İnkişaf və Təlim Mərkəzinin təsisçisi, psixoloq,
Amerika Psixoloqlar Assosiasiyasının (APA) və Dünya Pozitiv
Psixoterapiya Dərnəyinin (WAPP) üzvü
e-mail: malaahatmammadova@gmail.com
<https://doi.org/10.30546/2706-7858.2026.1.221>*

UOT: 159.9: 378

Xülasə. Gənc yetkinlik dövrü psixoloji rifahın formalaşması və möhkəmlənməsi baxımından mühüm inkişaf mərhələsi olduğuna görə ali təhsil mühitləri bu mərhələdə olan gənclər üçün həm dəstək, həm də həssaslıq yaradan əhəmiyyətli kontekstlər kimi çıxış edir. Universitet tələbələri akademik tələblər, yeni sosial mühitə adaptasiya, performans təzyiqi, maliyyə çətinlikləri və ailə gözləntiləri kimi çoxsaylı psixososial faktorlarla üzləşir ki, bu da psixoloji rifahın pozulması riskini artırır. Mövcud elmi sübutlar ali təhsil tələbələri arasında psixoloji simptomların yüksək yayılmasını göstərsə də, institusional cavab mexanizmləri çox zaman fərdi klinik müdaxilələrlə məhdudlaşır.

Məqalədə yeniyetmələr və gənc yetkinlər (təxminən 16 – 25 yaş) üçün ali təhsil mühitlərində psixoloji rifahın təşkili məqsədi ilə mərhələli və tətbiqə yönəlik konseptual çərçivə təqdim olunur. Bu çərçivədə empirik nəticə iddiası irəli sürülmür; əvəzində mövcud elmi ədəbiyyat və beynəlxalq bələdçi sənədlər sintez edilərək praktik icra üçün uyğunlaşdırılmış model təklif edilir. Bütöv-institusional yanaşma və mərhələli dəstək modeli prinsiplərinə əsaslanan bu çərçivə üç qarşılıqlı mərhələni əhatə edir: kampus miqyasında preventiv və psixoloji rifahın təşviqinə yönəlmiş fəaliyyətlər, fərdi psixoloji dəstək və qısa müdaxilələr, ehtiyac yarandıqda ixtisaslaşmış klinik xidmətlərə koordinasiya ilə yönləndirmə. Təklif olunan yanaşma ali təhsil mühitlərində psixoloji rifahın sistemli şəkildə təşkili üçün praktik istinad nöqtəsi kimi nəzərdə tutulur.

Açar sözlər: psixoloji rifah, ali təhsil mühitləri, gənc yetkinlər, preventiv yanaşma, bütöv-institusional yanaşma, mərhələli dəstək modeli.

Keywords: psychological wellbeing, higher education settings, emerging adults, preventive approach, whole-institution approach, stepped-care model.

Ключевые слова: психологическое благополучие, среда высшего образования, молодые взрослые, превентивный подход, целостный институциональный подход, модель поэтапной поддержки.

Uşaqlıq, yeniyetməlik və gənc yetkinlik dövrləri psixoloji sağlamlığın formalaşması və davamlı rifahın qurulması baxımından həlledici inkişaf mərhələləridir. Psixoloji rifah yalnız psixi pozuntuların olmaması ilə məhdudlaşmır, fərdlərin emosional, sosial və akademik funksionallığını davam etdirə bilməsi ilə xarakterizə olunan dinamik və çoxölçülü vəziyyət kimi başa düşülür. Ümumdünya Səhiyyə Təşkilatı və UNICEF uşaqlar və gənclər üçün psixi sağlamlığın qorunmasının təkcə klinik müdaxilə ilə məhdudlaşmayan, təhsil və sosial mühitləri də əhatə edən çoxsəviyyəli yanaşma tələb etdiyini vurğulayır [1].

Epidemioloji sübutlar göstərir ki, psixi pozuntuların əhəmiyyətli hissəsi – təxminən üçdə ikisi 25 yaşından əvvəl başlayır [2]. Xüsusilə 16-25 yaş aralığı gec yeniyetməlik və gənc yetkinlik mərhələlərini əhatə edən, artan müstəqillik, şəxsiyyətin formalaşması və emosional dəyişkənliklə səciyyələnən kritik inkişaf dövrüdür [3; 4]. Bu dövrdə artan akademik tələblər, sosial və peşəkar keçidlər, eləcə də gələcək planlarla bağlı qeyri-müəyyənlik psixoloji rifahın pozulması riskini yüksəldir [5; 6]. Bu dövrdə ən çox rast gəlinən diaqnostik kateqoriyalar əhval-ruhiyyə və təşviş pozuntuları olub, xüsusilə major depressiv pozuntu və generalizə olunmuş təşviş pozuntuları üstünlük təşkil edir. Digər tərəfdən yemə pozuntuları, obsessiv-kompulsiv pozuntu və maddə istifadəsi ilə əlaqəli pozuntular yeniyetməlik və erkən gənc yetkinlik mərhələsində ortaya çıxarkən şizofreniya, şəxsiyyət pozuntuları və panik pozuntu kimi xəstəliklərin median başlanğıc yaşı erkən yetkinlik dövrünə təsadüf edir [2]. Eyni zamanda bu yaş qrupunda psixoloji çətinliklər çox zaman subklinik və qeyri-spesifik formada təzahür etdiyindən, onların vaxtında müəyyənləşdirilməsi çətinləşir [7]. Təhsilənlər isə damğalanma qorxusu, psixi sağlamlıq savadlılığının məhdudluğu və akademik nəticələrə mümkün təsirlərlə bağlı narahatlıqlar səbəbindən yardım axtarma davranışını gecikdirə bilirlər [8].

Ali təhsil tələbələri psixoloji çətinliklərin nisbətən yüksək yayılma göstərdiyi xüsusi əhali qrupunu təşkil edir. Bu vəziyyət həm inkişaf mərhələsinə xas psixososial həssaslıq, həm də ali

təhsil mühitinə aid akademik və sosial stress amilləri ilə əlaqələndirilir. Ümumdünya Səhiyyə Təşkilatının “Ümumdünya Psixi Sağlamlıq üzrə Beynəlxalq Kollec Tələbələri” layihəsi çərçivəsində aparılmış genişmiqyaslı çoxölkəli tədqiqatlar göstərir ki, I kurs universitet tələbələrindən təxminən üçdə biri ən azı bir ümumi psixoloji pozuntu meyarlarına cavab verir, bu pozuntuların həyat boyu yayılması təxminən 35%, son 12 ay üzrə yayılması isə 30%-dən yüksəkdir [9].

Son dövrlərə aid genişmiqyaslı bir çatır icmal (umbrella review) dünya üzrə universitet tələbələri arasında psixoloji simptomların davamlı olaraq yüksək yayılmasını təsdiqləyir: depressiv simptomlar tələbələrin üçdə birindən çoxunda, anksiyete simptomları isə 40%-dən artıq hissəsində müşahidə olunur; yuxu pozuntuları, xroniki stress və imtahanla əlaqəli göstəricilər də əhəmiyyətli dərəcədə geniş yayılmışdır [10]. Bu göstəricilərin mühüm tərəfi ondan ibarətdir ki, psixoloji çətinliklər yalnız kiçik bir yüksək riskli qrupla məhdudlaşmır, əksinə, tələbə populyasiyası üzrə geniş şəkildə paylanır. Bu isə problemin fərdi hallar deyil, sistem səviyyəli ictimai sağlamlıq məsələsi olduğunu göstərir. Bu mənzərə ali təhsil mühitində psixoloji çətinliklərin nə müvəqqəti, nə də marjinal xarakter daşdığını, əksinə, akademik fəaliyyətə, ümumi rifaha və uzunmüddətli həyat trayektoriyalarına ciddi təsir göstərən mühüm ictimai sağlamlıq problemi olduğunu ortaya qoyur. Ona görə də ali təhsil müəssisələrində psixoloji rifahın fərdi təşəbbüslərdən kənara çıxaraq institusional səviyyədə planlaşdırılması zərurəti aktuallaşır.

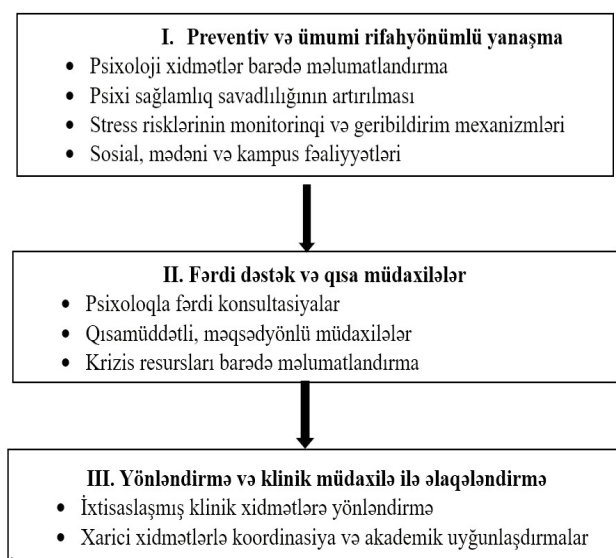
Azərbaycan kontekstində psixoloji xidmətin təşkili üzrə normativ-hüquqi baza mövcuddur: Azərbaycan Respublikası Nazirlər Kabinetinin 2020-ci il 30 aprel tarixli, 157 nömrəli Qərarı ilə “Təhsil müəssisələrində psixoloji xidmətin təşkili Qaydaları” təsdiqlənmişdir [11]. Bununla belə, ali təhsil mühitlərində psixoloji rifah dəstəyinin praktik səviyyədə necə təşkil olunduğu, bu xidmətlərin nə dərəcədə görünən və əlçatan olduğu, eləcə də erkən müəyyənləşdirmə və yönləndirmə mexanizmlərinin real tətbiq formaları üzrə daha aydın və tətbiqi yönəlik konseptual çərçivəyə ehtiyac qalmaqdadır.

Məqalənin məqsədi və yanaşması

Məqalənin məqsədi kollec və universitetlərdə (təxminən 16-25 yaş) təhsil alan yeniyetmələr və gənc yetkinlər üçün psixoloji qiymətləndirmə, erkən müəyyənləşdirmə, dəstək və yönləndirmə proseslərinin praktikada tətbiq oluna bilən şəkildə təşkili üçün konseptual və prosedur çərçivə təqdim etməkdir. Məqalədə empirik nəticə iddiası irəli sürülmür, əvəzində mövcud elmi ədəbiyyatın və beynəlxalq siyasət – bələdçi sənədlərinin əsas prinsipləri sintez edilərək, onları yerli ali təhsil reallıqlarına uyğun icra addımlarına çevirən tətbiqiyyətlilikli yol xəritəsi təklif edilir.

Ali təhsil mühitində psixoloji rifahın təşkili: mərhələli və integrativ çərçivə

Məqalədə təklif olunan model ali təhsil mühitində psixoloji rifahın təşkili üçün mərhələli, preventiv və ehtiyacəsaslı yanaşmanı əsas götürür. Çərçivə beynəlxalq təlimatlarda geniş şəkildə vurğulanan “bütöv-institusional yanaşma”, “mərhələli dəstək” modeli və “erkən müdaxilə” prinsiplərinə uyğun olaraq formalaşdırılmışdır [12; 13; 14; 15]. Modelin əsas məqsədi psixoloji rifahın yalnız fərdi klinik müdaxilə sahəsi kimi deyil, ali təhsil mühitinin struktur və mədəni xüsusiyyətləri ilə qarşılıqlı şəkildə formalaşan institusional məsuliyyət kimi təşkili üçün praktik yol xəritəsi təqdim etməkdir. Təklif olunan mərhələli və integrativ yanaşmanın ümumi strukturu *şəkil 1-də* göstərilmişdir.



Şəkil 1. Ali təhsil mühiti üçün mərhələli və integrativ psixoloji rifah çərçivəsi

Preventiv və ümumi rifahyönümlü yanaşma

Bu mərhələ ali təhsil müəssisəsinin bütün tələbə populyasiyasına, psixoloji rifahın təşviqə və risklərin qarşısının alınmasına yönəlmiş preventiv yanaşmanı əhatə edir. Burada psixoloqların hər bir tələbə ilə fərdi təmasda olması tələb olunmur; əsas hədəf kampus miqyasında rifahı gücləndirən, aşağıbaryerli və inklüziv mühitin formalaşdırılmasıdır. Bu çərçivədə ilkin komponentlərdən biri psixoloji xidmətlər barədə sistemli məlumatlandırmaadır. Universitetə və ya kollecə qəbul mərhələsində təşkil olunan tanışlıq dərsləri və oriyentasiya proqramları çərçivəsində psixoloji xidmətlərin mövcudluğu, psixoloqların rolu və onlara müraciət yolları açıq şəkildə təqdim oluna bilər. Bu məlumatlandırma yalnız formal təqdimatlarla məhdudlaşmamalı, broşürlər, rəqəmsal platformalar və kampusdaxili kommunikasiya kanalları vasitəsilə davamlı şəkildə dəstəklənməlidir. Preventiv yanaşmanın mühüm tərkib hissələrindən biri də psixi sağlamlıq savadlılığının artırılmasıdır. Tələbələrin stress, anksiyete, depressiv simptomlar və adaptasiya çətinlikləri kimi halları tanıya bilməsi, bu əlamətlərin nə zaman normal reaksiya, nə zaman isə əlavə dəstək tələb edən vəziyyət ola biləcəyini anlaması yardım axtarma davranışını asanlaşdırır. Bu məqsədlə qısa seminarlar, maarifləndirici sessiyalar və kampus miqyaslı məlumatlandırma kampaniyaları effektiv alətlər kimi istifadə oluna bilər. Bundan əlavə, akademik mühitdə stress yarada biləcək faktorların sistemli şəkildə qiymətləndirilməsi preventiv mərhələnin vacib komponentidir. Qısa, anonim ölçmə, qiymətləndirmə alətləri, imtahan dövrlərində rifah sorğuları, eləcə də tələbələrin dərslər yükü, qiymətləndirmə üsulları və tədris prosesinə dair rəy bildirməsinə imkan verən geribildirim mexanizmləri tələbələrin səslərinin institusional səviyyədə eşidilməsinə şərait yaradır. Bu cür mexanizmlər yalnız fərdi stressi azaltmaqla kifayətlənmir, eyni zamanda ali təhsil mühitinin struktur problemlərinin erkən mərhələdə müəyyənləşdirilməsinə imkan verir. Nəhayət, bu mərhələdə stressi azalda və sosial bağlılığı gücləndirə bilən fəaliyyətlərin təşviqi mühüm rol oynayır. Sosial və mədəni klublar, idman və yaradıcılıq fəaliyyətləri, eləcə də kampus mühitinin fiziki və sosial baxımdan əlçatan və təhlükəsiz şəkildə

təşkili psixoloji rifahın qorunmasına dolayı, lakin əhəmiyyətli töhfə verir.

Fərdi dəstək və qısa müdaxilələr. Bu mərhələ psixoloji dəstəyə aktiv şəkildə müraciət edən və ya ilkin mərhələdə risk əlamətləri müşahidə olunan tələbələrə psixoloqların fərdi səviyyədə işlədiyi müdaxilə mərhələsini əhatə edir. Həmçinin bu mərhələdə fokus preventiv yanaşmadan fərdi ehtiyacların qiymətləndirilməsinə və məqsədyönlü dəstək tədbirlərinə yönəlik.

Psixoloqlar tərəfindən aparılan fərdi konsultasiyalar tələbənin təqdim etdiyi çətinliklərin qiymətləndirilməsinə, funksional təsirin müəyyənəndirilməsinə və uyğun dəstək planının formalaşdırılmasına xidmət edir. Bu dəstək klinik diaqnoz qoymaq məqsədi daşımır; əksinə, qısamüddətli və məqsədyönlü müdaxilələr vasitəsilə tələbənin akademik və şəxsi funksionallığını dəstəkləməyi hədəfləyir. Beynəlxalq təcrübədə bu mərhələ koçinq yönümlü yanaşmalar, stress idarəetmə proqramları və ya qısamüddətli koçnitiv-davranışçı müdaxilə elementlərindən istifadə geniş yayılmışdır. Bu mərhələdə, eyni zamanda tələbələr üçün fəvqəladə vəziyyətlərdə istifadə oluna biləcək resurslar barədə aydın məlumatlandırma vacibdir. Krizis halları üçün əlaqə xətləri, təcili psixoloji dəstək mexanizmləri və müraciət prosedurlarının əvvəlcədən aydın şəkildə təqdim olunması həm tələbələrin təhlükəsizlik hissini artırır, həm də gecikmiş müdaxilə riskini azaldır.

Yönləndirmə və klinik müdaxilə ilə əlaqələndirmə

Bu mərhələ psixoloji çətinliklərin ali təhsil müəssisəsi daxilində göstərilən dəstək imkanlarını aşdığı hallarda tətbiq olunan yönləndirmə və əlaqələndirmə mərhələsidir. Bu mərhələdə əsas məqsəd tələbələrin məhrəmliliyini qorumaqla yanaşı, onları ehtiyaclarına uyğun ixtisaslaşmış klinik xidmətlərə təhlükəsiz və koordinasiyalı şəkildə yönləndirməkdir. Yönləndirmə prosesləri aydın protokollar əsasında aparılmalı, tələbələrə hansı hallarda, hansı xidmətlərə və necə müraciət ediləcəyi barədə şəffaf məlumat verilməlidir. Ali təhsil müəssisələri ilə yerli psixi sağlamlıq xidmətləri arasında qurulan əməkdaşlıq mexanizmləri bu mərhələnin effektivliyini artırır. Xüsusilə, ciddi depressiv simptomlar, intihar riski və ya

digər yüksək riskli klinik vəziyyətlərdə vaxtında və düzgün yönləndirmə tələbənin təhlükəsizliyi baxımından həlledici əhəmiyyət daşıyır. Bu mərhələdə ali təhsil müəssisəsinin rolu klinik müalicəni əvəz etmək deyil, tələbənin uyğun xidmətlərə çıxışını asanlaşdırmaq və akademik mühitdə zəruri dəstəkləyici tədbirləri təmin etməkdir. Beləliklə, üçmərhələli model preventiv yanaşmadan başlayaraq fərdi dəstək və ixtisaslaşmış müdaxilələrə qədər uzanan, çevik və kontekst-həssas psixoloji rifah sistemi kimi formalaşır.

Müzakirə

Ali təhsil mühitində tələbələrin psixoloji rifahının pozulması akademik tələblər, yeni sosial mühitə adaptasiya, performans təzyiqi, maliyyə çətinlikləri və ailə gözləntiləri kimi çoxsaylı psixososial faktorlarla əlaqələndirilir [5; 6]. Gənc yetkinlik dövrü psixoloji çətinliklərin yaranması baxımından həssas inkişaf mərhələsi olmaqla yanaşı, erkən mərhələdə tanınma və profilaktik müdaxilələr üçün mühüm imkanlar da yaradır [2]. Bu səbəbdən psixoloji rifahın gücləndirilməsi təkəllül müdaxilələrlə məhdudlaşa bilməz, əksinə, fərdi, institusional və struktur faktorları eyni anda nəzərə alan sistemli yanaşmaya da ehtiyac vardır.

Beynəlxalq təcrübə göstərir ki, psixoloji rifahın ali təhsil mühitlərində təşkili çox zaman bütöv-institusional yanaşma çərçivəsində həyata keçirilir. Avstraliyada tətbiq olunan Ruhi Sağlamlıq Universiteti proqram çərçivəsində universitetləri psixoloji cəhətdən sağlam mühit kimi formalaşdırmağı hədəfləyir və rifahın təşviqində bütün universitet icmasının kollektiv məsuliyyətini vurğulayır [12]. Kanadada ali təhsil tələbələri üçün hazırlanmış milli standart rifahın planlaşdırılması, tətbiqi və qiymətləndirilməsi üçün strukturlaşdırılmış normativ çərçivə təqdim edilir və davamlı monitorinq əsas komponent kimi önə çıxarılır [13]. Finlandiya modelində isə psixoloji rifah ali təhsil müəssisələrinin ayrıca təşəbbüsü kimi deyil, daha geniş sosial rifah sistemi ilə inteqrasiya olunmuş şəkildə təşkil edilir [15]. Birləşmiş Krallıqda bütöv-institusional yanaşma erkən ehtiyacların müəyyənəndirilməsi və rifahın ölçülməsi üçün standartlaşdırılmış qiymətləndirmə alətlərinin əhəmiyyətini vurğulayır [14]. Bu nümunələr bir sıra or-

taq prinsipləri ön plana çıxarır: psixoloji rifahın institusional səviyyədə tanınması, erkən müdaxilə və aşağı baryerli dəstək mexanizmlərinin prioritetləşdirilməsi, eləcə də xidmətlərin effektivliyinin davamlı şəkildə qiymətləndirilməsi və s.

Meta-analitik sübutlar ali təhsil mühitlərində psixoloji rifahın reaktiv böhran müdaxilələri əvəzinə erkən tanınma və profilaktik yanaşmalar vasitəsilə təşviq edilməsinin daha əlverişli nəticələr verdiyini göstərir [16]. Bununla yanaşı, universitet psixoloji məsləhət xidmətlərinin mövcudluğunu yardım axtarma davranışını avtomatik şəkildə təmin etmir. Sistemik icmalar damğalanma qorxusu, psixi sağlamlıq savadlılığının və institusional koordinasiyanın zəifliyinin bu davranışın əhəmiyyətli dərəcədə məhdudlaşdırdığını göstərir [8; 17; 18].

Azərbaycan kontekstində ali təhsil mühitində psixoloji rifahın təşkili üzrə əsas qayə milli səviyyədə koordinasiya olunmuş və kontekst-həssas sistemin formalaşdırılmasıdır. Mövcud ədəbiyyat göstərir ki, ölkədə ali təhsil tələbələrinin psixoloji rifahı, psixi sağlamlıq savadlılığı və xidmətlərə çıxış imkanları üzrə sistemli empirik məlumatlar məhduddur. Bu məlumat boşluğu tələbələrin real ehtiyaclarının dəqiq qiymətləndirilməsini və uyğun müdaxilə mexanizmlərinin planlaşdırılmasını çətinləşdirir. Bununla yanaşı, mövcud araşdırmalar ailə münasibətləri, sosial mühit və kollektiv gözləntilərlə bağlı faktorların yerli kontekstdə daha ön planda olduğunu göstərir [19]. Bu xüsusiyyətlər psixoloji rifahın təşkili üzrə yanaşmaların sosial və mədəni mövzuları nəzərə alan şəkildə formalaşdırılmasının vacibliyini vurğulayır.

Nəticə. Təhlillərdən görürük ki, məqalə Azərbaycan ali təhsil mühitlərində psixoloji rifahın təşkili üçün konseptual və tətbiqi yönəlik çərçivə təqdim edərək, mövcud normativ bazanı praktik icra mexanizmləri ilə tamamlayan ilkin yol xəritəsi rolunu oynayır. Təklif olunan mərhələli və interaktiv yanaşma ali təhsil müəssisələrinin rəhbərliyi, tələbəyə dəstək xidmətləri və psixoloji məsləhət strukturları üçün psixoloji rifahın sistemli təşkili baxımından praktik istinad çərçivəsi təqdim edir. Lakin bu çərçivə mövcud ədəbiyyat və beynəlxalq təlimatlara əsaslansa da, empirik olaraq sınaqdan keçirilməmişdir. Ümid

edirik ki, gələcək tədqiqatlar modelin müxtəlif ali təhsil kontekstlərində tətbiq imkanlarını və effektivliyini qiymətləndirəcəkdir. Təklif olunan yanaşma empirik tədqiqatlarla dəstəklənmək və yerli ehtiyaclara uyğun şəkildə inkişaf etdirilmək üçün açıqdır.

İstifadə edilmiş ədəbiyyat

1. World Health Organization, United Nations Children's Fund. Mental health of children and young people: Service guidance. World Health Organization, 2024.

2. Solmi M., Radua J., Olivola M., Croce E., Soardo L., Salazar de Pablo G., Shin J.I., Kirkbride J.B., Jones P., Kim J.H., Kim J.Y., Carvalho A.F., Seeman M.V., Correll C.U., Fusar-Poli, P. Age at onset of mental disorders worldwide: Large-scale meta-analysis of 192 epidemiological studies. *Molecular Psychiatry*, 2022, 27 (1), pp.281-295.

<https://doi.org/10.1038/s41380-021-01161-7>

3. Matud M.P., Díaz A., Bethencourt J.M., Ibáñez I. Stress and psychological distress in emerging adulthood: A gender analysis. *Journal of "Clinical Medicine"*, 2020, 9 (9), p.2859.

<https://doi.org/10.3390/jcm9092859>

4. Sisk L.M., Gee D.G. Stress and adolescence: Vulnerability and opportunity during a sensitive window of development. *Current Opinion in Psychology*, 2022, 44, pp.286-292.

<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.10.005>

5. Lane J.A. Counseling emerging adults in transition: Practical applications of attachment and social support research. *The Professional Counselor*, 2015, 5(1), pp.15-27.

<https://doi.org/10.15241/jal.5.1.15>

6. Campbell F., Blank L., Cantrell A., Dowler L., Kipping R., Rhodes S., Pearson M. Factors that influence mental health of university and college students in the UK: A systematic review. *BMC Public Health*, 2022.

<https://doi.org/10.1186/s12889-022-13943-x>

7. Jaiswal R., Maddeshiya R., Gupta S. Prevalence of subclinical depression and anxiety among medical students during clinical rotations. *Journal of Education and Health Promotion*, 2023, 12, pp.113-116.

8. Koutra K., Pantelaiou V., & Mavroeides G.

Breaking barriers: Unraveling the connection between mental health literacy, attitudes towards mental illness, and self-stigma of psychological help-seeking in university students. *Psychology International*, 2024, 6(2), pp.590-602.

<https://doi.org/10.3390/psycholint6020035>

9. Auerbach R.P., Mortier P., Bruffaerts R., Alonso J., Benjet C., Cuijpers P., Demyttenaere K., Ebert D.D., Green J.G., Hasking P., Murray E., Noc M.K., Pinder-Amaker S., Sampson N.A., Stein D.J., Vilagut G., Zaslavsky A.M., Kessler R.C. The WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and distribution of mental disorders. *Psychological Medicine*, 2018, 48(4), pp.623-638.

<https://doi.org/10.1017/S0033291717001665>

10. Paiva U., Cortese S., Flor M., Moncada-Parra A., Lecumberri A., Eudave L., Magallón S., García-González S., Sobrino-Morras Á., Piqué I., Mestre-Bach G., Solmi M., Arrondo G. (Prevalence of mental disorder symptoms among university students: An umbrella review. *Neuroscience Biobehavioral Reviews*, 2025, 162, 105081.

<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2025.105081>

11. Cabinet of Ministers of the Republic of Azerbaijan. Rules for organising psychological services in educational institutions. Resolution No. 157; 30 April 2020. Available from:

<https://e-qanun.az/framework/44991>

12. Orygen. Australian University Mental Health Framework. 2020.

13. Canadian Standards Association. Mental health and well-being for post-secondary students (CSA Z2003:20). CSA Group, 2020.

14. Public Health England. Promoting children and young people's mental health and well-being: A whole school or college approach. UK Government, 2021.

15. Ministry of Education and Culture (Finland). Strengthening young people's wellbeing through multidisciplinary measures: National youth work and youth policy programme 2024-2027.

16. Correll C.U., Galling B., Pawar A., Krivko A., Bonetto C., Ruggeri M., Craig T.J., Nordentoft M., Srihari V.H., Guloksuz S., Hui C.L. M., Chen E.Y.H., Valencia M., Juarez F.,

Robinson D.G., Schooler N.R., Brunette M.F., Mueser K.T., Rosenheck R.A., Kane J.M. Comparison of early intervention services vs treatment as usual for early-phase psychosis: A systematic review and meta-analysis. *JAMA Psychiatry*, 2018, 75(6), pp.555-565.

<https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2018.0623>

17. Vasquez A.E. Mental Health literacy among college students: conceptualizations of mental and emotional health. Social Sciences Capstone Projects. 2016, pp.40.

18. Cerolini S., Zagaria A., Franchini C., Maniaci V.G., Fortunato A., Petrocchi C., Speranza A.M., Lombardo C. Psychological counseling among university students worldwide: A systematic review. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 2023, 13(9), pp.1831-1849.

<https://doi.org/10.3390/ejihpe13090133>

19. Asgarova V. Tsang K.K. Students' self-determination in Azerbaijan. *International Journal of Comparative Education and Development*, 2022, 24(2), pp.69-85.

<https://doi.org/10.1108/IJCED-08-2021-0080>

M.Mammadova

Organizing the psychological well-being of young learners: a conceptual and application-oriented framework

Abstract

Emerging adulthood is a critical developmental period for the formation and consolidation of psychological wellbeing, making higher education settings particularly important contexts for both support and vulnerability. University students are exposed to multiple psychosocial stressors, including academic demands, social transition, performance pressure, financial concerns, and family expectations, which may compromise psychological wellbeing. Although existing evidence highlights the high prevalence of psychological symptoms among higher education students, institutional responses often remain limited to individual clinical interventions rather than structured, system-level approaches.

This paper proposes a staged and application-oriented conceptual framework for organising psychological wellbeing support in higher

education settings for adolescents and emerging adults (approximately aged 16-25). The paper does not present empirical findings; instead, it synthesises existing scientific literature and international guidance to translate core principles into a practical, context-sensitive framework. Drawing on whole-institution and stepped-care principles, the proposed model comprises three interconnected stages: campus-wide preventive and wellbeing-promoting approaches, individual psychological support and brief interventions, and coordinated referral to specialised clinical services when needed. By integrating institutional responsibility with individual support pathways, this framework aims to support the systematic organisation of psychological wellbeing services in higher education and to inform future research and implementation efforts.

М.Мамедова

Организация психологического благополучия молодых обучающихся: концептуальная и прикладная рамка

Аннотация

Период ранней взрослости является важным этапом развития с точки зрения формирования и укрепления психологического благополучия, поэтому среды высшего образования выступают значимыми контекстами, которые могут одновременно оказывать поддержку и создавать уязвимость для молодых людей на этом этапе. Студенты университетов сталкиваются с многочисленными психосоциальными факторами, такими как академические требования, адаптация к новой социальной среде, давление, связанное с ус-

певаемостью, финансовые трудности и ожидания семьи, что может повышать риск нарушения психологического благополучия. Несмотря на то, что существующие научные данные свидетельствуют о высокой распространённости психологических симптомов среди студентов высших учебных заведений, институциональные механизмы реагирования зачастую ограничиваются индивидуальными клиническими вмешательствами.

В статье представлен поэтапный и ориентированный на практическое применение концептуальный подход к организации психологического благополучия в условиях высшего образования для подростков и молодых взрослых (примерно 16–25 лет). Работа не претендует на эмпирические результаты; вместо этого на основе синтеза существующей научной литературы и международных руководящих документов предлагается модель, адаптированная для практической реализации. Основанная на принципах целостного институционального подхода и модели поэтапной поддержки, данная концепция включает три взаимосвязанных этапа: профилактические мероприятия и программы по продвижению психологического благополучия на уровне кампуса, индивидуальная психологическая поддержка и краткосрочные вмешательства, при необходимости – координированное направление к специализированным клиническим службам. Предложенный подход предназначен в качестве практической основы для системной организации психологического благополучия в среде высшего образования.