

**УДК 37.015.3****Психологические трудности обучающихся в современных условиях****Лукашенко Дмитрий Владимирович**

Доктор психологических наук, профессор,  
главный научный сотрудник,  
Научно-исследовательский институт ФСИИ России,  
125130, Российская Федерация, Москва, ул. Нарвская, 15а;  
e-mail: Dim-mail-ru@mail.ru

**Аннотация**

В статье рассматриваются актуальные психологические проблемы, с которыми сталкиваются учащиеся в современной образовательной среде. Авторы анализируют такие явления, как технологический стресс, информационная перегрузка, социальная изоляция, давление успеваемости и проблемы с самоорганизацией. Особое внимание уделяется влиянию дистанционного обучения и цифровых технологий на психологическое состояние учащихся. В статье представлены методы и подходы, способные помочь в преодолении этих трудностей, включая развитие навыков управления временем, поддержку социальных связей, психологическую поддержку, обучение навыкам релаксации и медитации, а также гибкость в образовательном процессе. Автор подчеркивает важность интеграции социально-эмоционального обучения (СЭО), профилактики и раннего вмешательства, а также роли преподавателя в психологической поддержке обучающихся. Статья призвана обратить внимание на комплексный подход к решению психологических проблем в образовании и необходимость создания поддерживающей образовательной среды для всех учащихся. Психологические трудности обучающихся в современных условиях требуют комплексного подхода, включающего технологическую поддержку, социальное взаимодействие и психологическую помощь. Только так можно обеспечить благоприятную образовательную среду, способствующую как академическому, так и личностному развитию учащихся.

**Для цитирования в научных исследованиях**

Лукашенко Д.В. Психологические трудности обучающихся в современных условиях // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2024. Т. 13. № 4А. С. 156-165.

**Ключевые слова**

Психологические трудности, современное образование, технологический стресс, информационная перегрузка, самоорганизация, социально-эмоциональное обучение (СЭО), психологическая поддержка, цифровые технологии.

---

## Введение

В современном мире обучающиеся сталкиваются с множеством психологических трудностей, которые могут оказывать значительное влияние на их успеваемость и благополучие. Современные условия обучения предъявляют высокие требования к адаптивности и психологической устойчивости учащихся. Исследования в этой области подчеркивают важность комплексного подхода к диагностике и преодолению этих трудностей, а также необходимость раннего выявления и коррекции проблем.

В связи с этим, психологические трудности в образовательном процессе становятся актуальной темой для исследования и обсуждения.

## Основная часть

Диагностика и преодоление трудностей рассматривается в исследовании, проведенном Исаевым Е.И. и Марголисом А.А., в котором подчеркивается важность комплексного подхода к диагностике и преодолению трудностей в обучении [Исаев, Марголис, 2023]. Авторы указывают на ограниченность односторонних подходов и предлагают использовать положения культурно-исторической психологии для разработки эффективных методов работы с учащимися.

Канторова Е.В. и Горбачевская Н.Л. в своем исследовании рассматривают предпосылки трудностей школьного обучения у учащихся начальных классов [Канторова, Горбачевская, 2020]. Они выделяют важность раннего выявления и коррекции проблем в интеллектуально-познавательной сфере и процессуальных трудностях.

Современный мир образования постоянно эволюционирует, и вместе с технологическим прогрессом приходят новые вызовы для психологического благополучия обучающихся. В этой статье мы рассмотрим основные психологические трудности, с которыми сталкиваются обучающиеся,

Исходя из проведенного анализа психологические трудности обучающихся в современных условиях могут включать в себя разнообразные аспекты. В этой связи стоит выделить несколько ключевых моментов.

Проблемы мотивации, как отмечают Рубцов В.В., Исаев Е.И. и Косарецкий С.Г. связанные с недостатком интереса к учебе, низкой самомотивации и отсутствием целей могут затруднить обучение [Рубцов, Исаев, Косарецкий, 2023].

*Эмоциональные факторы:* стресс, тревожность, депрессия и другие эмоциональные состояния могут повлиять на учебный процесс.

*Сложности в понимании материала:* некоторые обучающиеся могут столкнуться с трудностями в усвоении учебного материала, особенно в сложных предметах отмечают Столбова Я.А. и Павлова Л.Л. [Столбова, Павлова, www].

*Социальные аспекты:* проблемы в общении с одноклассниками, конфликты или чувство изоляции так же могут влиять на учебу.

*Технологические вызовы:* современные условия обучения включают использование компьютеров, интернета и онлайн-платформ. Некоторые обучающиеся могут испытывать трудности в адаптации к новым технологиям.

Исследования показывают, что своевременная психолого-педагогическая помощь может помочь предотвратить возникновение трудностей в обучении.

Среди основных направлений, которые заслуживают внимания, можно выделить:

1) Индивидуализация обучения – создание условий для учета индивидуальных особенностей каждого обучающегося. Как отмечают Исаев Е.И., Марголис А.А. здесь стоит рассматривать два направления [Исаев Марголис, 2023]:

- использование зоны ближайшего развития для диагностики и коррекции трудностей;
- постепенное углубление индивидуализации: индивидуальное планирование, дополнительные занятия в малых группах, индивидуальные занятия по коррекции.

Индивидуализация обучения – это подход к организации учебного процесса, при котором учитываются индивидуальные особенности каждого обучающегося. В рамках этой технологии используются различные методы и приемы, чтобы адаптировать обучение под потребности и возможности каждого индивида.

Преимущества индивидуализации обучения:

- адаптация: преподаватель может выбирать методы и темпы обучения, учитывая индивидуальные особенности обучаемых;
- контроль: педагог следит за успехами и неудачами каждого обучающегося, оказывая своевременную помощь;
- рациональное использование сил: обучаемый контролирует свою учебную деятельность и работает в удобное для себя время.

Индивидуализация обучения – это важный принцип, который помогает достичь высоких результатов в обучении.

2) Развитие навыков самостоятельной работы – важность формирования у обучающихся способности к самостоятельному решению учебных задач. Развитие навыков самостоятельной работы у обучаемых играет важную роль в их образовании. Самостоятельная работа способствует формированию ответственности, самодисциплины, настойчивости и умения планировать время. Она также развивает мышление и творческий потенциал обучаемых. Педагогические условия для успешного развития навыков самообучения включают актуализацию положительной Я-концепции, формирование личностной позиции и организацию доступа к учебным материалам и современным информационным технологиям.

3) Профилактика и коррекция трудностей – использование современных моделей поддержки, направленных на предотвращение и преодоление трудностей в обучении. В рамках этого направления стоит рассматривать педагогическую терапию по направлениям:

- гибкая модификация взаимодействия педагога и обучающегося для преодоления трудностей;
- применение модели RTI (response to intervention) для помощи обучаемым с трудностями в обучении [Величковская, 2018].

В современных условиях образования существует ряд психологических трудностей, которые могут возникать у обучаемых.

Попробуем разобраться с чем связаны психологические трудности. Разделим основные аспекты на блоки.

*Технологический стресс и информационная перегрузка.* С распространением цифровых технологий обучаемые сталкиваются с необходимостью постоянного взаимодействия с большим объемом информации. Это может привести к чувству перегрузки и утомления, а также к снижению способности к концентрации и глубокому погружению в учебный материал.

В современном мире мы постоянно оказываемся в ситуации информационной перегрузки. Мы подвергаемся огромному потоку новостей, сообщений в социальных сетях, электронной

почте и других источников информации. Это может приводить к чувству стресса, снижению продуктивности и негативному влиянию на наше психическое и физическое здоровье.

Но существуют психологические стратегии, которые помогают эффективно преодолевать информационную перегрузку и стресс:

- 1) Установление границ: одна из основных стратегий – это установление границ и контроль над информацией, которую мы потребляем. Определить, какие источники информации действительно важны для вас, и сократить время, которое вы тратите на остальные. Создать расписание для использования социальных сетей, проверки электронной почты и чтения новостей.
- 2) Практика медитации и осознанности: медитация и практики осознанности позволяют сфокусироваться на настоящем моменте и освободиться от беспокойных мыслей и чувств. Регулярная медитационная практика помогает улучшить внимание и концентрацию, а также снижает уровень стресса.
- 3) Фильтрация информации: осознание того, что не всю информацию необходимо потреблять. Использовать стратегии фильтрации информации, чтобы избежать ненужных и негативных сообщений. Определить приоритеты и сосредоточиться на информации, которая имеет реальную ценность для жизни.
- 4) Физическая активность и релаксация: регулярная физическая активность и релаксационные практики помогают снять стресс и снизить уровень напряжения.
- 5) Общение и поддержка: важно не забывать о значении общения с близкими людьми и получении поддержки. Разговоры с друзьями или членами семьи о своих чувствах и переживаниях. Обсуждение своих эмоций и стрессовых ситуаций может помочь вам получить новую перспективу и поддержку.

Информационная перегрузка может быть вызывающей стресс ситуацией, но с психологическими стратегиями вы можете эффективно ее преодолеть.

#### *Социальная изоляция*

Дистанционное обучение, ставшее нормой во время пандемии COVID-19, может вызвать чувство изоляции среди учащихся. Отсутствие прямого общения со сверстниками и преподавателями уменьшает возможности для социального взаимодействия и развития навыков коммуникации.

Социальная изоляция – это явление, которое оказывает влияние на жизнь современного общества. В условиях глобальной пандемии меры социальной изоляции оказывают разнообразное воздействие на людей. Они выделяют определенные социальные слои, усугубляют ощущения социального неравенства и влияют на отношение к власти. Адаптация к пандемии разнонаправлена, и выбор оптимального варианта адаптации зависит от способности общества к трансформации. Важно учитывать как индивидуальные, так и социокультурные аспекты этого явления.

*Давление успеваемости.* Высокие ожидания от родителей и общества могут создавать дополнительное давление на учащихся.

Образование играет важную роль в формировании личности и социализации. Ожидания, которые родители и общество возлагают на учащихся, могут существенно влиять на их успех и самооценку. Давайте рассмотрим некоторые аспекты высоких ожиданий:

#### 1. Роль родителей:

- родители часто ожидают, что их дети будут успешными в учебе, спорте, искусстве и других областях;

- они могут ставить перед детьми высокие цели, мотивируя их к достижению большего;
- однако слишком высокие ожидания могут вызвать стресс и давление на ребенка.

#### 2. Ожидания общества:

- общество также ожидает от обучаемых успеха в учебе и внешней активности;
- высокие ожидания могут стимулировать развитие и поддерживать высокий уровень образования;
- однако они также могут создавать конкуренцию и стресс.

В то же время в дальнейшем формируются последствия обучаемые, которые соответствуют высоким ожиданиям, могут чувствовать себя успешными и уверенными, в то же время те, кто не может их выполнить, могут испытывать чувство неудовлетворенности и недостаточности. Важно найти баланс между ожиданиями и реальными возможностями каждого ребенка.

Высокие ожидания могут быть мощным мотиватором, но они также должны учитывать индивидуальные особенности и потребности каждого обучаемого. Родители и общество должны поддерживать детей, помогая им расти и развиваться, не навязывая слишком жестких стандартов.

Стремление к высоким баллам и достижениям может привести к стрессу и тревожности, особенно в условиях конкурентной образовательной среды.

#### *Проблемы с самоорганизацией*

Самоорганизация – это деятельность и способность личности, связанные с умением организовать себя, планировать и контролировать свои действия. В психологии существует несколько подходов к пониманию самоорганизации:

**Личностный подход:** рассматривает самоорганизацию как личностное образование. Это свойства или способности личности, которые согласуются с индивидуальными особенностями и оптимально воплощаются в деятельности.

**Деятельностный подход:** рассматривает самоорганизацию как процесс, состоящий из компонентов (этапов, операций, функций). Исследует структуру и связи внутри нее, а также их влияние на успешность организации самостоятельной деятельности.

**Интегральный подход:** объединяет личностные и деятельностные аспекты. Самоорганизация – это процесс сознательного конструирования личности, основанный на имеющихся представлениях и самооценке.

Переход к самостоятельному изучению материала требует от обучаемого развития навыков самоорганизации и самодисциплины. Отсутствие этих навыков может стать причиной академических трудностей и снижения мотивации. Самоорганизация играет важную роль в достижении успеха в различных сферах жизни, включая учебу, работу и личные отношения.

Рассмотрим основные пути преодоления психологических трудностей

#### 1. Развитие навыков управления временем и самоорганизации.

Умение эффективно управлять своим временем и организовывать задачи – важный навык, который помогает достичь личных и профессиональных целей. Развитие навыков управления временем и самоорганизации – это постоянный процесс.

2. Поддержка социальных связей. Важно поддерживать общение с сверстниками и друзьями через онлайн-платформы и встречи, чтобы снизить чувство изоляции.

3. Психологическая поддержка. Школы и вузы должны предоставлять доступ к психологической помощи для обучаемых, испытывающих стресс или тревожность.

4. Обучение навыкам релаксации и медитации. Техники релаксации могут помочь обучаемым справляться со стрессом и улучшать концентрацию внимания.

---

5. Гибкость в образовательном процессе. Адаптация учебных программ и методов оценки может помочь обучаемым лучше справляться с академическими и психологическими трудностями.

6. Улучшение организации учебной деятельности:

- создание комфортных условий для обучения, включая поддержку со стороны преподавателей и администрации;
- разработка гибкого учебного расписания, учитывающего потребности обучаемых;
- применение современных методов обучения и интерактивных форм работы.

7. Устранение негативных факторов:

- поддержка обучаемых в период сессионных и семестровых нагрузок;
- работа с учебным стрессом, эмоциональной напряженностью и утомлением;
- предоставление психологической помощи и консультаций.

8. Повышение успешности обучения:

- развитие мотивации и интереса к учебе;
- формирование положительного образа будущей профессиональной деятельности;
- работа над стратегиями преодоления трудностей и повышения эффективности учебной деятельности.

Основными направлениями преодоления психологических трудностей можно считать:

1. Индивидуализация обучения:

- диагностика: персонализированная оценка уровня знаний, умений и навыков каждого обучающегося;
- профилактика: разработка индивидуальных образовательных планов, учет особенностей каждого обучающегося;
- преодоление: индивидуальные занятия, коррекция выявленных психологических дефицитов.

2. Создание поддерживающей образовательной среды:

- диагностика: анализ атмосферы в аудитории, взаимоотношений между обучаемыми;
- профилактика: развитие позитивного образовательного климата, поддержка социальной адаптации;
- преодоление: работа с классом, тренинги по коммуникации.

3. Поддержка мотивации:

- диагностика: определение мотивационных факторов учебной деятельности;
- профилактика: создание интересных задач, поддержка учебной целеустремленности;
- преодоление: мотивационные беседы, поощрения.

4. Развитие навыков саморегуляции:

- диагностика: выявление проблем в самоконтроле, стрессоустойчивости;
- профилактика: обучение стратегиям управления эмоциями, релаксации;
- преодоление: тренинги по саморегуляции.

Образование в современном мире претерпевает значительные изменения. Технологии, культурные факторы и новые методы обучения влияют на процесс образования.

В педагогической и психологической литературе часто встречается понятие «педагогическая технология». Это понятие может быть представлено в трех аспектах:

- 1) Научный аспект: изучение и разработка целей, содержания и методов обучения, а также проектирование педагогических процессов.

- 2) Процессуально-описательный аспект: описание (алгоритм) процесса, включая цели, содержание, методы и средства, необходимые для достижения планируемых результатов обучения.
- 3) Процессуально-действенный аспект: осуществление учебного процесса, функционирование всех личностных, инструментальных и методологических педагогических средств.

Педагогическая технология функционирует как наука, система способов и принципов, а также как реальный процесс обучения. Она базируется на достижениях педагогических, психологических и социальных наук, передовом педагогическом опыте и народной педагогике. Ключевые критерии технологичности включают концептуальность, системность, управляемость, эффективность и воспроизводимость.

*Концептуальность* педагогической технологии предполагает, что каждой педагогической технологии должна быть присуща опора на определенную научную концепцию, включающую философское, психологическое, дидактическое и социально-педагогическое обоснование достижения образовательных целей.

*Системность* означает, что педагогическая технология должна обладать всеми признаками системы: логикой процесса, взаимосвязью его частей, целостностью.

*Управляемость* предполагает возможность диагностического целеполагания, планирования, проектирования процесса обучения, поэтапной диагностики, варьирования средств и методов с целью коррекции результатов.

*Эффективность* указывает на то, что современные педагогические технологии существуют в конкурентных условиях и должны быть эффективными по результатам и оптимальными по затратам, гарантировать достижение определенного стандарта обучения.

*Воспроизводимость* подразумевает возможность применения (повторения, воспроизведения) педагогической технологии в других однотипных образовательных учреждениях, другими субъектами.

Понятие «педагогическая технология» шире, чем понятие «методика обучения». Технология отвечает на вопрос, как наилучшим образом достичь целей обучения, управления этим процессом. Технология направлена на последовательное воплощение на практике заранее спланированного процесса обучения.

Давайте рассмотрим некоторые современные методы обучения, которые меняют образование:

1. Видеообучение:
  - видео на платформах, таких как YouTube, позволяют получать знания более интересно и эффективно это необходимо использовать в ходе подготовки занятий;
  - удобство просмотра и возможность повторения материала способствуют лучшему усвоению.
2. Геймификация обучения:
  - использование игровой механики для вовлечения обучаемых;
  - соревнования, баллы, достижения помогают улучшить мотивацию и результаты обучения.
3. Смешанное обучение:
  - комбинация традиционных и онлайн-форматов;
  - позволяет учиться гибко, в любое время и в любом месте.
4. Обучение на основе проектов:

- практическое применение знаний через решение реальных задач;
- способствует развитию креативности и аналитических навыков.

Современные методы обучения помогают адаптироваться к быстро меняющемуся миру и создают более эффективные образовательные среды.

### Заключение

Итак, психологические трудности обучающихся в современных условиях требуют комплексного подхода, включающего технологическую поддержку, социальное взаимодействие и психологическую помощь. Только так можно обеспечить благоприятную образовательную среду, способствующую как академическому, так и личностному развитию учащихся.

### Библиография

1. Величковская С.Б. Психологические трудности студентов в учебном процессе и возможности их преодоления // Вестник Московского государственного лингвистического университета. Образование и педагогические науки. 2018. № 2 (796). С. 212-224.
2. Елагина А.С., Оздамирова Л.М. Концептуальные подходы к формированию когнитивной модели эмоционального интеллекта // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2022. Т. 11. № 3А. С. 274-279. DOI: 10.34670/AR.2022.85.75.035
3. Елагина А.С., Смирнова О.О. Development of institutions of psychological support in rural areas: opportunities and restrictions // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2017. Т. 6. № 4В. С. 257-265.
4. Елагина А.С., Смирнова О.О. International experience in organizing psychological counseling for rural adolescents // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2018. Т. 7. № 5В. С. 238-244.
5. Елагина А.С., Смирнова О.О. The impact of the EU political integration process on the psychological and social state of regional rural elites // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2018. Т. 7. № 5В. С. 257-263.
6. Исаев Е.И., Марголис А.А. Трудности в обучении: диагностика, профилактика, преодоление // Психологическая наука и образование. 2023. Т. 28. № 5. С. 7-20.
7. Канторова Е.В., Горбачевская Н.Л. Предпосылки трудностей школьного обучения у учащихся начальных классов // Психологическая наука и образование. 2020. Т. 25. № 6. С. 113-125.
8. Рубцов В.В., Исаев Е.И. и Косарецкий С.Г. Трудности в обучении и школьная неуспешность в фокусе психолого-педагогических исследований // Психологическая наука и образование. 2023. Т. 28. № 5. С. 4-6.
9. Смирнов О.А., Елагина А.С. Психологический феномен доверия в современных исследованиях // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2021. Т. 10. № 6А. С. 163-169. DOI: 10.34670/AR.2021.60.73.018
10. Столбова Я.А., Павлова Л.Л. Актуальные проблемы профессиональной деятельности педагога в современных условиях. URL: <https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2021/08/19/aktualnye-problemy-professionalnoy-deyatelnosti-pedagoga-v>

### Psychological difficulties of students in modern conditions

**Dmitrii V. Lukashenko**

Doctor of Psychology, Associate Professor,  
Leading Researcher,  
Research Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia,  
125130, 15a, Narvskaya str., Moscow, Russian Federation;  
e-mail: Dim-mail-ru@mail.ru

**Abstract**

The article examines the current psychological problems faced by students in the modern educational environment. The authors analyze such phenomena as technological stress, information overload, social isolation, academic performance pressure and problems with self-organization. Special attention is paid to the impact of distance learning and digital technologies on the psychological state of students. The article presents methods and approaches that can help overcome these difficulties, including the development of time management skills, support for social connections, psychological support, training in relaxation and meditation skills, as well as flexibility in the educational process. The author emphasizes the importance of integrating social and emotional learning (SEA), prevention and early intervention, as well as the role of the teacher in psychological support of students. The article aims to draw attention to an integrated approach to solving psychological problems in education and the need to create a supportive educational environment for all students. Modern teaching methods help adapt to a rapidly changing world and create more effective educational environments. The psychological difficulties of students in modern conditions require an integrated approach, including technological support, social interaction and psychological assistance. This is the only way to ensure a favorable educational environment that promotes both academic and personal development of students.

**For citation**

Lukashenko D.V. (2024) Psikhologicheskie trudnosti obuchayushchikhsya v sovremennykh usloviyakh [Psychological difficulties of students in modern conditions]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 13 (4A), pp. 156-165.

**Keywords**

Psychological difficulties, modern education, technological stress, information overload, self-organization, socio-emotional learning (SEA), psychological support, digital technologies.

**References**

1. Elagina A.S., Ozdamirova L.M. (2022) Kontseptual'nye podkhody k formirovaniyu kognitivnoi modeli emotsional'nogo intellekta [Conceptual approaches to the formation of a cognitive model of emotional intelligence]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 11 (3A), pp. 274-279. DOI: 10.34670/AR.2022.85.75.035
2. Elagina A.S., Smirnova O.O. (2017) Development of institutions of psychological support in rural areas: opportunities and restrictions. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 6 (4B), pp. 257-265.
3. Elagina A.S., Smirnova O.O. International experience in organizing psychological counseling for rural adolescents // *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 7 (5B), pp. 238-244.
4. Isaev E.I., Margolis A.A (2023) Trudnosti v obuchenii: diagnostika, profilaktika, preodolenie [Difficulties in learning: diagnosis, prevention, overcoming]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological Science and Education.], 28, 5, pp. 7-20.
5. Kantorova E.V., Gorbachevskaya N.L. (2020) Predposylki trudnostei shkol'nogo obucheniya u uchashchikhsya nachal'nykh klassov [Preconditions for difficulties in school learning among primary school students]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological Science and Education], 25, 6, pp. 113-125.
6. Rubtsov V.V., Isaev E.I. i Kosaretskii S.G. (2023) Trudnosti v obuchenii i shkol'naya neuspeshnost' v fokuse psikhologo-pedagogicheskikh issledovaniy [Difficulties in learning and school failure in the focus of psychological and pedagogical research]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological Science and Education], 28, 5, pp. 4-6.
7. Smirnov O.A., Elagina A.S. (2021) Psikhologicheskii fenomen doveriya v sovremennykh issledovaniyakh [The

- 
- psychological phenomenon of trust in modern research]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 10 (6A), pp. 163-169. DOI: 10.34670/AR.2021.60.73.018
8. Smirnova O.O., Elagina A.S. (2018) The impact of the EU political integration process on the psychological and social state of regional rural elites. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 7 (5B), pp. 257-263.
  9. Stolbova Ya.A., Pavlova L.L. *Aktual'nye problemy professional'noi deyatel'nosti pedagoga v sovremennykh usloviyakh* [Current problems of professional activity of a teacher in modern conditions]. Available at: <https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2021/08/19/aktualnye-problemy-professionalnoy-deyatelnosti-pedagoga-v> [Accessed 04/04/2024]
  10. Velichkovskaya S.B. (2018) Psikhologicheskie trudnosti studentov v uchebnom protsesse i vozmozhnosti ikh preodoleniya [Psychological difficulties of students in the educational process and the possibilities of overcoming them]. *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo lingvisticheskogo universiteta. Obrazovanie i pedagogicheskie nauki* [Bulletin of the Moscow State Linguistic University. Education and pedagogical sciences ], 2 (796), pp. 212-224.