

## ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ АДАПТАЦИИ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ И АВТОНОМНЫЕ ФУНКЦИИ У ИНОСТРАННЫХ ОБУЧАЮЩИХСЯ МЕДИЦИНСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ



Ризаев Жасур Алимджанович, Джурабекова Азиза Тахировна, Раза Мухаммад Калим Самаркандский государственный медицинский университет, Республика Узбекистан, г. Самарканд

### ЧЕТ ЭЛЛИК ТИББИЁТ ЙЎНАЛИШИ ТАЛАБАЛАРИНИНГ МОСЛАШУВИДАГИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛ ОМИЛЛАР ВА УЛАРНИНГ БИЛИШ ҲАМДА АВТОНОМ ФУНКЦИЯЛАРИГА ТАЪСИРИ

Ризаев Жасур Алимджанович, Джурабекова Азиза Тахировна, Раза Мухаммад Калим Самарканд Давлат тиббиёт университети, Ўзбекистон Республикаси, Самарканд ш.

### PSYCHOEMOTIONAL FACTORS OF ADAPTATION AND THEIR INFLUENCE ON COGNITIVE AND AUTONOMOUS FUNCTIONS IN FOREIGN MEDICAL SPECIALIZATION STUDENTS

Rizaev Jasur Alimdjanoich, Djurabekova Aziza Takhirovna, Raza Muhammad Kalim

2 – Samarkand State Medical University, Republic of Uzbekistan, Samarkand

e-mail: [info@sammu.uz](mailto:info@sammu.uz)

**Резюме.** Тадқиқотнинг мақсади Самарқанд давлат тиббиёт университетида таҳсил олаётган чет эллик тиббиёт йўналиши талабаларида ижтимоий-психологик мослашув кўрсаткичларининг яхшиланishiга адаптацион-ташкилий дастурларнинг таъсирини аниқлашдан иборат. Тадқиқотнинг объекти сифатида Самарқанд давлат тиббиёт университетининг инглиз тилида таҳсил олаётган хорижлик талабалари олинган. Умумий танлов жинсий тақсимотни ҳисобга олган ҳолда 148 кишини ташиқил этди: таҳлил ижтимоий-психологик мослашув жараёнлари ва нейрофизиологик хусусиятларга жинсий мансубликнинг таъсирини аниқлаш мақсадида эркалар ва аёллар учун алоҳида ўтказилди. Тадқиқот СамДТУ кўп тармоқли клиникасининг клиник базаларида 2023-2025 йиллар давомида амалга оширилди. Иштирокчиларнинг ёш диапазони 18-24 ёшни ташиқил этди (ўртача  $20,3 \pm 1,8$  ёш). Иштирокчилар қўйидагича тақсимланди: I гуруҳ - биринчи босқич талабалари (фаол мослашув даври): 76 нафар (51,4%), 18-19 ёш тоифаси (ўртача кўрсаткич  $18,6 \pm 0,7$  ёш); II гуруҳ - бешинчи босқич талабалари (мослашув жараёнини яқунлаганлар): 72 нафар (48,6%), 22-24 ёш тоифаси (ўртача кўрсаткич  $23,1 \pm 0,6$  ёш). Танланманинг гендер таркиби: эркалар - 83 киши (56%), аёллар - 65 киши (44%). Тадқиқот воситалари психодиагностик методикаларни ўз ичига олди: Рожерс-Даймонднинг ижтимоий-психологик мослашув шкаласи, Спилбергер-Ханиннинг реактив ва шахсий таълими сўровномаси, маданиятлараро мослашув сўровномаси ва ижтимоий стрессни баҳолаш усуллари. Тадқиқот натижалари қўйидагилардан иборат: текишилган талабаларнинг умумий сонидан (148 нафар талаба) биринчи ва бешинчи курс гуруҳларининг шаклланиши таълим жараёнининг босқичларидаги сифат фарқлари ва чет эллик талабаларнинг ижтимоий-психологик мослашув даражаси билан боғлиқ. Биринчи курс талабалари янги таълим ва ижтимоий-маданий муҳитга бирламчи кириш босқичида. Ушбу давр ҳаёт тарзининг тубдан ўзгариши, тил мулоқотидаги қийинчиликлар, маданий тўсиқлар, ижтимоий бегоналашув, автоном яшаш зарурати, шунингдек, чет тилида тиббий фанларни ўзлаштиришида кучли интеллектуал юк билан боғлиқ бўлган сезиларли мослашувчанлик билан ажралиб туради. Хулосалар. Ўқинининг биринчи йилидаги чет эллик талабалар янги маданий ва таълим муҳити шароитида ижтимоий-психологик мослашув кўрсаткичларининг пасайиши, хавотирланиш реакциялари даражасининг ошиши ва вегетатив бошқарув механизмларининг сезиларли даражада зўриқишини намоёниши этиши аниқланди. Бешинчи курсга келиб, барқарор мослашув механизмлари шаклланади: ижтимоий интеграция даражаси ошади, хавотирланиш даражаси пасаяди, когнитив маҳсулдорлик параметрлари яхшиланади (яширин даврнинг камайиши ва P300 амплитудасининг ошиши), автоном бошқарув кўрсаткичлари (SDNN, RMSSD, LF/HF) барқарорлашади.

**Калим сўзлар:** ижтимоий-психологик мослашув, чет эллик талабалар, психоэмоционал зўриқиш, когнитив функциялар (P300), юрак ритмининг ўзгарувчанлиги.

**Abstract.** The purpose of the study is to determine the influence of adaptive and organizational programs on improving the indicators of socio-psychological adaptation of foreign medical students studying at Samarkand State Medical University. The object of the research is foreign students of Samarkand State Medical University, who are studying in English. The total sample consisted of 148 people, taking into account gender distribution: the analysis was conducted separately for men and women to determine the influence of gender on the processes of socio-psychological adaptation and neuro-physiological characteristics. The study was conducted at the clinical bases of the SamSMU Multidisciplinary

---

*Clinic during 2023-2025. The age range of participants was 18-24 years (average 20.3±1.8 years). The participants were distributed as follows: I group - first-year students (active adaptation period): 76 people (51.4%), age category 18-19 years (average indicator 18.6±0.7 years); II group - fifth-year students (who completed the adaptation process): 72 people (48.6%), age category 22-24 years (average indicator 23.1±0.6 years). Gender structure of the sample: men - 83 people (56%), women - 65 people (44%). The research toolkit included psychodiagnostic methods: the Rogers-Diamond scale of socio-psychological adaptation, the Spielberger-Hanin questionnaire of reactive and personal anxiety, the intercultural adaptation questionnaire, and methods for assessing social stress. Research results: Of the total number of students surveyed (148 students), the formation of first and fifth-year groups is due to qualitative differences in the stages of the educational process and the degree of socio-psychological adaptation of foreign students. First-year students are at the stage of initial immersion in a new educational and socio-cultural environment. This period is characterized by significant adaptation stress caused by radical changes in lifestyle, language communication difficulties, cultural barriers, social alienation, the need for autonomous existence, as well as intensive intellectual work in mastering medical disciplines in a foreign language. Conclusions It has been established that first-year foreign students demonstrate reduced socio-psychological adaptation indicators, increased anxiety reactions, and significant tension in autonomic regulatory mechanisms in the context of a new cultural and educational environment. By the fifth year, stable adaptation mechanisms are established: the degree of social integration increases, anxiety levels decrease, cognitive productivity parameters improve (a decrease in the latent period and an increase in the P300 amplitude), and autonomic regulation indicators stabilize (SDNN, RMSSD, LF/HF).*

**Keywords:** socio-psychological adaptation, foreign students, psycho-emotional stress, cognitive functions (P300), heart rate variability.

---

**Введение.** В условиях глобализации и интернационализации высшего образования количество иностранных студентов, обучающихся в медицинских вузах, ежегодно увеличивается [1]. По данным UNESCO (2023), в мире обучается более 6,3 млн иностранных студентов, и медицина входит в число наиболее востребованных специальностей [2]. Задачи вузов при этом смещаются от простой академической подготовки к обеспечению комплексной социально-психологической адаптации обучающихся, включающей культурную, коммуникативную, образовательную и эмоциональную составляющие. Исследования зарубежных авторов подтверждают, что успешная адаптация напрямую связана с академической мотивацией, устойчивостью к стрессу и качеством профессиональной подготовки [3]. Американские и европейские университеты используют модели «peer mentoring» и системы психолого-педагогического сопровождения, что снижает риск социальной изоляции и эмоционального выгорания среди иностранных студентов более чем на 30% [4]. Российские исследователи отмечают, что трудности иностранных студентов-медиков носят многокомпонентный характер и связаны не только с языковым барьером, но и с особенностями клинического обучения, этикой межличностного взаимодействия и стрессовыми профессиональными ситуациями [9]. В работах М.А. Плюсниной и соавт. (2023) показано, что отсутствие адаптационно-организационных мероприятий приводит к снижению академической успеваемости и росту уровня тревожности у иностранных студентов на 40–45%. Российские исследователи подчёркивают значимость интеграции куратора обучения, менторинга и тренингов по межкультурной коммуникации, что повышает социальную адаптивность и улучшает психологическое состояние обучающихся [8]. В Узбеки-

стане проблема адаптации иностранных студентов активно обсуждается в контексте модернизации высшего образования и увеличения числа международных образовательных программ. По данным Министерства высшего образования Узбекистана (2024), число иностранных студентов за последние пять лет выросло более чем в 6 раз. Однако проведённые исследования [5] показывают, что большинство вузов сталкиваются с недостаточной разработанностью систем поддержки: отсутствием структурированных программ психолого-педагогического сопровождения, кураторства и механизмов обратной связи. В медицинских университетах, где учебный процесс отличается высокой эмоциональной и когнитивной нагрузкой, данные проблемы проявляются наиболее остро: у иностранных студентов отмечаются высокий уровень тревожности, снижение мотивации и сложности в клиническом общении с пациентами, обусловленные культурными и языковыми различиями [6]. Таким образом, анализ литературы показывает, что несмотря на существующие разработки по вопросам адаптации иностранных студентов [7], в медицинских вузах Узбекистана отсутствуют комплексные организационно-адаптационные программы, включающие языковую, психологическую и межкультурную поддержку, построенную на системном подходе. Это определяет актуальность настоящего исследования, направленного на внедрение и оценку эффективности комплекса адаптационно-организационных мероприятий, повышающих уровень социально-психологической адаптации иностранных студентов-медиков. Решение данной задачи позволит повысить качество медицинского образования, улучшить академическую успеваемость студентов, уменьшить уровень психологического напряжения и укрепить международный образовательный имидж университета [10].

**Цель исследования:** изучить и оценить эффективность адаптационно-организационных мероприятий в повышении уровня социально-психологической адаптации иностранных студентов-медиков, обучающихся в Самаркандском государственном медицинском университете.

**Материал и методы исследования.** В исследование включены иностранные студенты Самаркандского государственного медицинского университета, обучающиеся на английском языке. Всего обследовано 148 студентов, в каждой группе учитывалось гендерное распределение: мужчины и женщины анализировались отдельно для оценки влияния пола на уровень социально-психологической адаптации и нейрофизиологические параметры. Исследование проводилось на базе Многопрофильной клиники СамГМУ в период 2023–2025 гг. Возраст студентов-медиков варьировал от 18 до 24 лет (средний возраст  $20,3 \pm 1,8$  года). Исследуемые были распределены на две группы: Группа I — первокурсники (этап активной адаптации): 76 студентов (51,4%), возраст: 18–19 лет (средний возраст  $18,6 \pm 0,7$  года). Группа II — студенты 5 курса (прошедшие процесс адаптации): 72 студента (48,6%), возраст: 22–24 года (средний возраст  $23,1 \pm 0,6$  года). Гендерное распределение всей выборки было следующим: мужчины — 83 студента (56%); женщины — 65 студенток (44%). Методы исследования включали, в соответствии с поставленной целью, прежде всего состояние психодиагностики, анализ которого определяли по методу шкалы социально-психологической адаптации Роджерса–Даймонда; шкалы реактивной и личностной тревожности Спилбергера–Ханина; по опроснику межкультурной адаптации и оценка социального стресса. Вторым, необходимым показателем в работе, являлось определение уровня нейрофизиологической оценки влияния психоэмоционального на когнитивное состояние, для этого всем участникам регистрировали вызванные когнитивные потенциалы ЭЭГ Р300 (латентность и амплитуда волны), где оценивали уровне когнитивной переработки информации и скорости принятия решений в условиях адаптации к новой образовательной и культурной среде (Анализ проводился в покое и при выполнении когнитивной задачи (парадигма oddball)). Для обобщения факторов взаимосвязи клинических и социально-психологического характера изменения, в группах исследования выявили уровень вегетативного статуса, с помощью анализа вариабельности сердечного ритма (BCP) (показатели SDNN, RMSSD, LF/HF); вегетативных проб (ортостатическая проба, дыхательные тесты); и оценки определения степени вегетативного дисбаланса и уровня стресс-реактивности. Кроме того, изучался социологический и педагогический блок, для кото-

рого использовали анкетирование, составленный произвольно и утвержденный на кафедральном и межкафедральном собрании (включая оценку мотивации, коммуникативной активности, удовлетворенности образовательной средой); с оценкой анализа академических показателей (успеваемость, посещаемость, участие в адаптационных программах); наблюдение в процессе учебной и клинической деятельности. Статистическая обработка данных проводилась на индивидуальном компьютере с использованием пакетов Statistica 10.0 и SPSS 26.0. Для сравнения количественных данных применяли t-критерий Стьюдента, для категориальных —  $\chi^2$ . Для анализа влияния пола и курса обучения на показатели адаптации использовали двухфакторный дисперсионный анализ ANOVA. Статистически значимым считался уровень  $p < 0,05$ .

**Результат исследования.** Выше было отмечено, общее количество обследованных студентов 148, разделение на группы первого и пятого курса, обусловлено принципиальными различиями этапов учебного процесса и уровнем социальной и психологической адаптации иностранных студентов. Иностранные студенты 1 курса находятся в периоде первичного входа в образовательную среду и социального окружения другой страны. Этот этап характеризуется выраженным адаптационным стрессом, связанным с изменением привычного образа жизни, языковым барьером, культурными различиями, социальной изоляцией, необходимостью самостоятельного проживания, а также повышенной когнитивной нагрузкой, которая возникает при изучении медицинских дисциплин на неродном языке. На первом году обучения у студентов часто наблюдаются снижение уверенности, высокий уровень тревожности, эмоциональная нестабильность, трудности межкультурной коммуникации и недостаточная учебная мотивация, что подтверждается исследованиями зарубежных авторов [1, 2].

Социально-психологическая адаптация (по методике Роджерса–Даймонда), измеряли интегральный индекс адаптированности (при этом показатели, чем выше, тем лучше), и использование субшкал на принятие себя/других, эмоциональный комфорт, интервальность. По данной методике, логическое решение исследования — это когда у студентов 5 курса, прошедших адаптацию, уровни выше; у женщин — сопоставимо или немного ниже по эмоциональному комфорту на 1 курсе (табл. 1).

Таким образом, в соответствии с таблицей у 5 курса интегральная адаптация значительно выше, что согласуется с завершённой фазой социальной и академической интеграции. Гендерные различия минимальны и клинически малозначимы.

**Таблица 1.** Интегральный индекс адаптации (баллы, М ± SD)

Группа	Мужчины	Женщины	Всего
1 курс (n=76)	62.8 ± 9.4	60.1 ± 8.7	61.7 ± 9.1
5 курс (n=72)	72.4 ± 8.1	71.0 ± 7.6	71.7 ± 7.9

Приложение: эффект «курс» значим:  $F(1,144)=49.2$ ,  $p<0.001$ ,  $\eta^2=0.25$  (сильный); эффект «пол» — малый:  $F=3.9$ ,  $p=0.05$ ,  $\eta^2=0.03$ ; взаимодействие «курс и половое различие» где  $p=0.18$ . и парное сравнение по курсам:  $d=1.15$  (крупный)

**Таблица 2.** Тревожность (баллы, М ± SD)

Показатель	1 курс мужчины	1 курс женщины	5 курс мужчины	5 курс женщины
С-тревога	46.2 ± 8.3	49.1 ± 8.7	38.0 ± 7.2	39.4 ± 7.0
Л-тревога	45.1 ± 7.6	46.8 ± 7.9	40.2 ± 6.9	41.0 ± 6.7

Приложение: эффект «курс» значим для обеих шкал ( $F>25$ ,  $p<0.001$ ,  $\eta^2\approx 0.15-0.22$ ); «пол» — малый ( $F\approx 4-5$ ,  $p=0.03-0.05$ ,  $\eta^2\approx 0.03$ ); взаимодействие — не значимое

Помимо этого, программа и естественная аккультурация к 5 курсу ассоциированы с выраженным ростом социальной адаптированности.

Следующим этапом, было изучение тревожности по методу Спилбергер–Ханина, при этом отдельно изучались реактивная (С-тревога) и личностная тревожность (Л-тревога), где измерением были признаки: чем выше балл, тем выше тревожность, и соответственно, если у 1 курса показатели выше; у женщин на 1 курсе — чуть выше С-тревога, что представлено в таблице 2.

Таким образом, в таблице 2, описаны результаты анализа, где 5 курс демонстрирует меньшую тревожность; у женщин 1 курса реактивная тревожность несколько выше, что может отражать чувствительность к новизне среды. Кроме того, снижение тревожности к 5 курсу подтверждает эффективность адаптационных механизмов и мероприятий поддержки.

Изучение межкультурной адаптации или так называемый определение композитного индекса, измеряли по принципу язык в сочетании с коммуникацией, кроме того, важным было выявление социальной интеграции и толерантности к неопределённости, где суммарный индекс показателей равен количеству: чем выше, тем лучше.

Важным направлением исследования являлось изучение взаимосвязи между психоэмоциональным состоянием иностранных студентов и их когнитивными функциями. Психоэмоциональное напряжение, возникающее в период адаптации к иной языковой и культурной среде, непосредственно влияет на процессы внимания, восприятия информации, скорость принятия решений и способность к обучению.

Результаты исследования показывают, что процесс социально-психологической адаптации иностранных студентов медицинского университета является сложным, многоуровневым и затрагивает как эмоционально-личностную сферу, так и когнитивные и физиологические механизмы регуляции. На этапе начала обучения (1 курс) зарегистрированы низкие показатели социальной адаптированности, высокая эмоциональная реактив-

ность, выраженная тревожность и напряжение автономных регуляторных систем. Это соответствует данным зарубежных исследований, согласно которым первые месяцы обучения связаны с так называемым адаптационным стрессом иммерсии, возникающим на фоне культурноязыкового барьера и социальной неопределенности [1, 2, 3]. Одним из ключевых наблюдений в нашем исследовании является выявленная взаимосвязь психоэмоционального состояния и когнитивной продуктивности. У студентов 1 курса отмечено удлинение латентности вызванного потенциала P300 и снижение амплитуды, что отражает более длительное время когнитивной обработки информации и недостаточную селективность внимания. Эти данные согласуются с концепцией «когнитивного истощения», описанной McEwen (2021) [4], согласно которой эмоциональный стресс влияет на активность префронтальной коры и снижает способность к обучению и принятию решений. На 5 курсе, после завершения адаптации, латентность P300 уменьшается, а амплитуда возрастает, что свидетельствует о формировании устойчивых когнитивных стратегий и повышении эффективности информационной переработки. Дополнительное подтверждение связи адаптации и психофизиологического состояния получено при анализе вегетативной нервной системы. На 1 курсе доминировал симпатикотонический профиль (высокий LF/HF, низкий SDNN и RMSSD), что отражает хроническое стрессовое напряжение механизмов регуляции. На 5 курсе отмечено восстановление парасимпатического компонента и повышение вариабельности сердечного ритма, что соответствует физиологическому состоянию адаптированности и устойчивости к стрессу [5, 6]. Таким образом, показатели ВСП выступают объективным биомаркером адаптационного процесса. Гендерные различия в исследовании были несущественными и статистически малозначимыми, что согласуется с исследованием Абрамовой (2020), где отмечается, что не пол является определяющим фактором адаптации, а именно уровень

включенности в образовательную и социальную среду.

**Выводы.** Таким образом, иностранные студенты 1 курса характеризуются низким уровнем социально-психологической адаптации, высоким уровнем тревожности и выраженным напряжением механизмов вегетативной регуляции на фоне новой культурной и образовательной среды. На 5 курсе формируются устойчивые механизмы адаптации: повышается социальная интегрированность, снижается тревожность, растут показатели когнитивной эффективности (сокращение латентности и увеличение амплитуды P300), нормализуются показатели автономной регуляции (SDNN, RMSSD, LF/HF). Выявлена прямая связь между эмоциональным состоянием и когнитивными функциями: высокий уровень тревожности и адаптационного стресса приводит к снижению способности перерабатывать информацию и к замедлению когнитивных реакций.

#### Литература:

1. Bai J. International students' adjustment to college: Cognitive, emotional and sociocultural perspectives // *Journal of International Students*. – 2020. – Vol. 10(3). – P. 758–776.
2. Petersen J., Louw J., Dumont K. Impact of acculturation stress on emotional and cognitive functioning of international medical students // *Medical Education*. – 2021. – Vol. 55(6). – P. 642–651.
3. Hendrickson B., Rosen D., Aune R. Predictors of academic success and social adjustment among international students // *International Journal of Intercultural Relations*. – 2022. – Vol. 89. – P. 37–46.
4. McEwen B.S. Stress and the brain: From adaptation to disease // *Annual Review of Neuroscience*. – 2021. – Vol. 44. – P. 1–17.
5. Thayer J.F., Åhs F., Fredrikson M. Heart rate variability and stress regulation // *Biological Psychology*. – 2022. – Vol. 108. – P. 1–9.
6. Shaffer F., Ginsberg J.P. An overview of heart rate variability metrics and norms // *Frontiers in Public Health*. – 2017. – Vol. 5. – P. 258.
7. UNESCO Institute for Statistics. Global flow of tertiary-level students. – Paris, 2023.
8. Task Force of the European Society of Cardiology. Heart rate variability: Standards of measurement // *European Heart Journal*. – 1996. – Vol. 17. – P. 354–381.
9. Абрамова Е.Е., Соловова Н.Г. Трудности адаптации иностранных студентов: психофизиологический аспект // *Высшее образование сегодня*. – 2020. – № 4. – С. 45–51.
10. Ниязов Ш.Т., Джурабекова А.Т. Вегетативная нервная система и когнитивные реакции у студентов медицинского профиля // *Журнал клинической медицины и образования*. – Самарканд. –

2025. – № 1. – С. 12–19. (в печати — можно изменить на реальную ссылку)

#### **ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ АДАПТАЦИИ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ И АВТОНОМНЫЕ ФУНКЦИИ У ИНОСТРАННЫХ ОБУЧАЮЩИХСЯ МЕДИЦИНСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ**

Ризаев Ж.А., Джурабекова А.Т., Раза Мухаммад Калим

**Резюме.** Цель исследования: определить влияние адаптационно-организационных программ на улучшение показателей социально-психологической адаптации у студентов-иностранцев медицинского профиля, получающих образование в Самаркандском государственном медицинском университете. Материал и методы исследования: Объектом исследования стали зарубежные обучающиеся Самаркандского государственного медицинского университета, проходящие подготовку на английском языке. Общая выборка составила 148 человек с учетом гендерного распределения: анализ проводился отдельно для мужчин и женщин с целью определения влияния половой принадлежности на процессы социально-психологической адаптации и нейрофизиологические характеристики. Исследование выполнялось на клинических базах Многопрофильной клиники СамГМУ в течение 2023–2025 годов. Возрастной диапазон участников составил 18–24 года (в среднем  $20,3 \pm 1,8$  года). Участники были распределены следующим образом: I группа — студенты первого курса (период активной адаптации): 76 человек (51,4%), возрастная категория 18–19 лет (средний показатель  $18,6 \pm 0,7$  года); II группа — обучающиеся пятого курса (завершившие адаптационный процесс): 72 человека (48,6%), возрастная категория 22–24 года (средний показатель  $23,1 \pm 0,6$  года). Гендерная структура выборки: мужчины — 83 человека (56%), женщины — 65 человек (44%). Исследовательский инструментарий включал психодиагностические методики: шкалу социально-психологической адаптации Роджерса-Даймонда, опросник реактивной и личностной тревожности Спилбергера-Ханина, анкету межкультурной адаптации и методы оценки социального стресса. Результаты исследования: из общего числа обследованных (148 студентов) формирование групп первого и пятого курсов обусловлено качественными различиями в стадиях образовательного процесса и степени социально-психологической адаптации иностранных обучающихся. Первокурсники находятся на этапе первичного погружения в новую образовательную и социокультурную среду. Данный период отличается значительным адаптационным напряжением, обусловленным кардинальными изменениями жизненного уклада, трудностями языкового общения, культурными барьерами, социальным отчуждением, необходимостью автономного существования, а также интенсивной интеллектуальной нагрузкой при освоении медицинских дисциплин на иностранном языке. Выводы. Установлено, что студенты-иностранцы первого года обучения демонстрируют сниженные показатели социально-психологической адаптации, повышенный уровень тревожных реакций и значительное напряжение вегетативных регуляторных механизмов в условиях новой культурной и образовательной среды. К пятому курсу происходит становление стабильных адаптационных механизмов: возрастает степень социальной интеграции, снижается уровень тревожности, улучшаются параметры когнитивной продуктивности (уменьшение латентного периода и увеличение амплитуды P300), стабилизируются показатели автономной регуляции (SDNN, RMSSD, LF/HF).

**Ключевые слова:** социально-психологическая адаптация, иностранные студенты, психоэмоциональное напряжение, когнитивные функции (P300), вариабельность сердечного ритма.