

17. Балымова И. Становление субъекта научно-творческой деятельности. - М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2011. - 184 с.
18. Барабанщиков В.А., Б.Ф. Ломов Системный подход к исследованию психики / В.А. Барабанщиков // Психологический журнал / Ред. А.В. Брушлинский. - №4 - 2002. - С. 27-39.
19. Башашкина Ю.В. Формирование навыка понимания текста / В.Ю. Башашкина // Русский язык в школе. - 2008. - №6. - С. 18-25.
20. Бедерханова В.П. Становление личностно ориентированной позиции педагога / В.П. Бедерханова. - Краснодар: Кубанский государственный университет, 2001. - 220 с.
21. Белогуров А.Ю. Гуманитаризация образования в стратегии формирования поликультурной воспитательной среды / А.Ю. Белогуров, Э.Р. Мамонтова // Педагогический процесс: проблемы и перспективы. - Вып. 8. - М.: МПА - Пресс, 2006. - С. 19-26.
22. Белякова И.Г. Влияние интенсивного обучения на профессионально важные качества личности педагога: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13, Москва, 2000 - 120 с.
23. Бережковская Е.Л., Кравцов О.Г., Кудрявцев В.Т. и др. Психология раннего студенческого возраста / под ред. Е.Л. Бережковской. - М.: Проспект, 2014. - 192 с.
24. Бессмертная А.Ю. Социально-психологический тренинг как метод развития мотивации достижения у подростков / А.Ю. Бессмертная // Молодые ученые - московскому образованию: материалы VII городской научно-практической конференции молодых ученых и студентов учреждений высшего и среднего образования городского подчинения / ред. В.В. Рубцов, Ю.М. Забродин, А.А. Марголис. - М.: МГППУ, 2008. - С. 42-44.
25. Богданова Е.Е. Динамика личностных ограничений социально-коммуникативной компетентности на начальном этапе профессионального становления: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01, Краснодар, 2007. - 268 с.
26. Бодалев А.А. О характеристиках идентификации и идентичности на ступени взрослости / А.А. Бодалев // Мир психологии. - 2004. - № 2. - С. 93-98.

УДК 159.98-057.875-054.6:378.4(736.4)

Yaroslav Slutski
 PhD in Pedagogy,
 Head of the Educational and Methodological Center
 Donbas State College of Technology and Management
 Ukraine, Toretsk

THE PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL CONSULTING WORK CONDUCTING WITH FOREIGN STUDENTS AT THE UNIVERSITY OF TEXAS AT AUSTIN (USA)

Слуцкий Ярослав Сергійович
 кандидат педагогічних наук,
 завідувач навчально-методичним кабінетом
 Донбаський державний коледж технологій та управління
 Україна, Торєцьк

ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ ПСИХОЛОГО-КОНСУЛЬТАЦІЙНОЇ РОБОТИ З ІНОЗЕМНИМИ СТУДЕНТАМИ У ТЕХАСЬКОМУ УНІВЕРСИТЕТІ В ОСТІНІ (США)

Summary. The article discusses the experience of practical psychological foreign students' counseling at the University of Texas at Austin. It was revealed that the supporting system consists of seminars and programs holding both in the individual and in group forms. It was emphasized, that the provision of timely psychological support will help to avoid the negative consequences of the cultural shock, which can make an affect on the student's academic and social activities. Indications are marked, the presence of which indicates the need for students to participate in psychological counseling. It is indicated that these indications can have two sources of occurrence, namely: the problems that arose due to the impact of the cultural shock and reasons that don't have connection with being in a new sociocultural environment that a person had before the impact of the cultural shock (for example, problems with self-esteem, personal self-identification and so on). The important role of the resource center for personal self-development, which provides for foreign student an audio and video materials, as well as the space for their study, is pointed out.

Анотація. У статті розглянуто досвід практичного психологічного консультування іноземних студентів у Техаському університеті в Остіні. Виявлено, що система підтримки складається з проведення семінарів та програм як в індивідуальній, так і в груповій формах. Підкреслено, що надання своєчасної психологічної підтримки дозволить уникнути негативних наслідків культурного шоку, які можуть вплинути на академічну та соціальну діяльність студента. Позначено показання, наявність яких свідчить про необхідність участі студентів у психологічному консультуванні. Зазначено, що дані показання можуть

мати два джерела виникнення, а саме: проблеми, які виникли з причини впливу культурного шоку та причини, не пов'язані з перебуванням у новому соціокультурному середовищі, що виникли у особистості до початку впливу культурного шоку (наприклад, проблеми з самооцінкою, особистісною самоідентифікацією тощо). Зазначено щодо важливої ролі ресурсного центру саморозвитку особистості, у якому іноземному студентові надаються аудіо, відеоматеріали, а також простір для їх вивчення.

Key words: support, individual and group counseling, depression, psychological session, stressful situation, cultural shock.

Ключові слова: підтримка, індивідуальне та групове консультування, депресія, психологічна сесія, стресова ситуація, культурний шок.

Постановка проблеми. Ефективність академічної та соціальної діяльності іноземних студентів безпосередньо залежить від проведення якісного підготовчого процесу, який складається з лінгвістичної, культурної та психологічної підготовки. Якщо лінгвістичний супровід особистості спрямований на формування здатності проводити комунікацію з опонентом, культурний – на ознайомлення з особливостями приймаючої країни, що можуть бути застосовані при вибудовуванні стратегії взаємодії та комунікації, створюючи, таким чином, лінгво-культурні шаблони; то психологічна підтримка спрямована, перш за все, на створення позитивного емоційного фону особистості, що сприятиме більш швидкому подоланню культурного шоку і можливості застосувати лінгво-культурні навички. Не викликає сумніву, що при перебуванні у негативному психологічному стані, іноземний студент не буде здатен вибудовувати взаємодію з представниками приймаючої країни, більш того, враховувати при цьому певні культурні особливості. Відповідно, психологічна підтримка повинна починатися на перших етапах адаптації, що дозволить, в подальшому, застосовувати наступні адаптаційні стратегії.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Багато дослідників вивчали проблему психологічної підтримки студентів, коли вони опиняються в незвичному академічному та соціальному просторі. Так, розглядалися питання самотності при знаходженні в новому соціокультурному середовищі (М.Патрон [11]), принципи психологічної підтримки при виникненні тривожності (К. Кавагучі [5]), вибудовування міжособистісного контакту в новому соціумі (Дж. Беррі, Ю. Кім, С. Пауер, М. Янг, М. Баякі [1]), проведення поведінкової інкультурації та акультурації, а також основи психологічної підтримки (Б. Кім [6]), вплив бікультуралізму на психологічний стан особистості (Т. Ла-Фромбоз, Г. Колеман, Дж. Гертон [7]), вплив психологічних проблем на академічну успішність студентів (С. Стойнофф [15]), роль психологічної науки в міжкультурному просторі (Ф. Мохаддам, Д. Тейлор, С. Райт [10]), вплив соціокультурних відмінностей на психологічний стан особистості (К. Уорд, У. Сірл [16]).

Однак, проведенню аналізу саме практичного застосування психологічної підтримки в умовах консультаційних заходів в закладах вищої освіти США не приділялося достатньої уваги з боку

вчених, що підтверджує актуальність обраної нами теми дослідження.

Мета статті – проаналізувати практичну психолого-консультаційну роботу з іноземними студентами у Техаському університеті в Остіні (США).

Виклад основного матеріалу дослідження. Система психологічної підтримки іноземних студентів повинна складатися з індивідуального та групового консультування, що сприятиме створенню адаптаційної системи, спроможної до вирішення психологічних питань певної особистості та групи студентів. Тому, для розуміння наявності чи відсутності системної роботи психологічної служби Техаського університету в Остіні, нам необхідно проаналізувати діяльність програм з психологічної підтримки іноземних студентів.

Першою програмою виділимо «Короткострокове індивідуальне консультування (Short-Term Individual Counseling)» [14] – програму, що є однією з основних у Центрі консультування та психологічного здоров'я. Варто підкреслити, що навчання в коледжі або університеті часто пов'язане зі стресовими ситуаціями, які впливають на появу у студентів, особливо іноземних, відчуттів занепокоєння, депресії, психологічної перевантаженості, у тому числі в межах певного моменту часу навчання. Тому, студенти потребують допомоги для подолання проблемних ситуацій, що можуть визначатися особистостями у якості безконтрольних. Таким чином, ефективним методом протидії цим негативним факторам є консультування, яке характеризується як процес, який може допомогти студентам у визначенні найбільш необхідних стратегій, що дозволять розв'язати проблемні ситуації в позитивному напрямі та досягти необхідної мети. Слід враховувати, що для певної кількості осіб, які звертаються за послугами з психологічного консультування, актуальними є емоційні проблеми хронічного плану, що потребують тривалої роботи з особистістю. Однак, якщо ми говоримо про консультування іноземних студентів, які відчувають труднощі від перебування у новому соціокультурному середовищі, в такому випадку достатньо короткострокового психологічного консультування, яке сприятиме не оцінюванню дій студентів, а надасть допомогу у виявленні нових альтернативних шляхів його діяльності, що забезпечить більш успішну взаємодію з представниками приймаючої країни.

Зазначимо, що участь студентів у короткострокових індивідуальних консультаціях передбачає можливість відвідування консультаційних занять як безпосередньо в Центрі, так і поза кампусом, що сприяє збільшенню варіантів для встановлення гнучкого графіку консультування. Незалежно від того, в якій формі студент звернувся до Центру (особисто або телефоном), Група з оцінювання (BART (Brief Assessment and Referral Team)) [14] проведе співбесіду, збере коротку інформацію про особу (що складається з ім'я, номеру телефону, наявності або відсутності попередніх звернень до Центру тощо), проведе аналіз потреб студента та складе рекомендації з питання проведення консультаційних заходів у відповідності зі своєю професійною думкою.

При проведенні безпосередньо консультаційних дій, залучаються ліцензовані психологи, соціальні працівники та професійні консультанти, а також можуть залучатися (у якості асистента) консультанти, які проходять навчання (наприклад, студенти старших курсів). В такому випадку, заняття проходять під контролем ліцензованого спеціаліста. Консультаційні заходи є повністю конфіденційними, а їх результати не можуть впливати на академічну діяльність студента. Якщо представник Групи з оцінювання з одного боку та студент з іншого будуть впевнені в необхідності проведення консультаційних занять, студенту пропонується відвідати першу консультаційну сесію, згідно з індивідуальним графіком. Крім того, у межах програми, студенту необхідно проводити зустрічі з консультантом щотижня (тривалістю близько 45 хвилин) протягом певного періоду часу. На первинній стадії, діяльність з консультантом буде спрямована на формулювання цілей, що сприятиме забезпеченню можливості розробки напрямів подальшої діяльності, а також появи можливості контролю своїх досягнень у процесі консультування.

Згідно з інформацією Центру консультування та психологічного здоров'я, показаннями для участі іноземних та американських студентів у консультаційних заходах є [14]:

1. Наявність симптомів стресу, тривоги та депресії;
2. Негативні прояви, пов'язані з адаптацією до незнайомого академічного та соціокультурного простору, наприклад, спогоди про свій дім тощо;
3. Міжособистісні труднощі, викликані неможливістю вибудувати позитивні взаємини з сусідами по кімнаті у гуртожитку, проблеми самоствердження;
4. Наявність невирішених особистісних питань, пов'язаних з ідентичністю, самооцінкою, статтю, релігійними проблемами тощо.

Окреслені чинники є не повним переліком показань до звернення у консультаційний центр, однак є найбільш актуальними саме для іноземних студентів, тому що можуть бути активізовані в період проведення адаптаційних дій.

Однак, зусилля консультантів можуть не мати належного рівня ефективності, якщо сам студент не зацікавлений у подоланні своїх психологічних проблем. Тому, при проведенні консультаційних заходів, учень повинен виконувати певну діяльність особистісного саморозвитку, а саме:

1. Визначити свої цілі (студент повинен дійти висновку щодо необхідності досягнення певних результатів від проведення консультування. Для цього, Центром пропонується написання списку подій, проблем та почуттів, які, на думку студента, сприяють виникненню негативних психологічних явищ. Перед кожною психологічною сесією необхідно виділити час для роздумів з приводу майбутнього заняття, проводячи, таким чином самодослідження);

2. Бути активним учасником (консультування складається також з індивідуальних заходів, тому необхідно витрачати наданий час найбільш активним способом. Крім того, необхідно бути чесним з консультантом та повідомляти йому, за допомогою зворотного зв'язку, своє бачення ефективності консультацій, що проводяться);

3. Бути терплячим до себе (усунення психологічних проблем вимагає часу і зусиль);

4. Необхідно регулярно задавати питання щодо процесу консультування, а також методів, які використовує консультант, щоб краще зрозуміти програму консультаційного заходу);

5. Дотримуватися рекомендацій консультанта (час між сесіями необхідно витратити у тому числі на виконання дій, що були запропоновані консультантом. Слід пам'ятати, що консультування спрямоване на те, щоб якісно поліпшити академічне та повсякденне життя студента у практичній площині, тому, застосування нових методів поведінки або способів мислення можуть стати факторами, що забезпечать успіх всього консультаційного процесу [14].

Таким чином, можна відзначити, що програма Короткострокового індивідуального консультування призначена у тому числі для іноземних студентів, яким притаманні негативні психологічні прояви, пов'язані з перебуванням у новому культурному середовищі та незнайомому соціумі. Програма консультування носить індивідуальний характер, тому план занять розробляється для конкретного студента у відповідності з його проблемами. Однак, необхідно враховувати важливість роботи над своїм психологічним станом і з боку студента, що дозволить говорити про повноцінний процес консультування.

Другою програмою психологічної підтримки Техаського університету в Остіні, яку ми розглянемо є «Кризова лінія Центру консультування та психологічного здоров'я» (Counseling and Mental Health Center Crisis Line) [2] що є конфіденційною службою та надає студентам навчального закладу можливість проведення міжособистісного комунікаційного контакту з кваліфікованим консультантом (який має

підготовку у питаннях ефективного реагування на кризові ситуації особистісного характеру) з питань проблем невідкладного характеру, наприклад, необхідності вирішення особистісної кризи, наявності почуття пригніченості, необхідності в проведенні комунікаційного контакту з ким-небудь. Консультант гарячої лінії може надати психологічну допомогу кожного дня, включаючи святкові.

Отже, Центр консультування та психологічного здоров'я надає психологічні послуги у якості телефону довіри, де, на конфіденційній основі, студент навчального закладу має можливість отримати консультацію з турбуючих його питань та запобігти, таким чином, погіршенню свого психологічного стану та його негативним наслідкам.

Необхідно також проаналізувати діяльність «Комплексної програми охорони здоров'я» (Integrated Health Program (IHP)) [4], що є результатом співпраці Університетської служби охорони здоров'я (University Health Services) і Центру консультування та психологічного здоров'я при Техаському університеті в Остіні.

Зазначимо, що команда Комплексної програми охорони здоров'я складається з психологів, соціальних працівників та психіатрів. Програма підкреслює широке визначення здоров'я, у межах якого модель здорової особистості розглядається у якості комплексу фізичної, психологічної, емоційної та духовної рівноваги. Таким чином, студентам пропонуються наступні послуги: первинні консультації для вирішення питань з приводу здоров'я учнів; проведення короткого індивідуального консультування; надання допомоги у вирішенні таких негативних проявів, як тривога, депресія, тощо; отримання допомоги з боку психіатра (якщо є необхідність); можливість використання лабораторії розуму і тіла (MindBody Lab) [9], що характеризується наданням простору самодостатнього типу, створеного для допомоги студентам університету у вивченні різних ресурсів для підвищення рівня свого емоційного та фізичного здоров'я. Лабораторія пропонує аудіо та відео інструкції з різної тематики. Більша частина матеріалу заснована на практичному досвіді. Таким чином, лабораторія має ознаки ресурсного центру з вдосконалення свого психологічного та фізичного здоров'я, іншими словами, можливість самовдосконалення. Однак, необхідно враховувати, що такого роду заняття не повинні бути основою для психологічної підтримки іноземного студента. Застосування ресурсів лабораторії може бути найбільш ефективним у якості комплексної психологічної адаптації до нового соціуму.

Важливо розуміти, що в основу Комплексної програми охорони здоров'я покладено принцип уважності, що передбачає проведення практики застосування цілеспрямованої уваги в даний момент часу. Така діяльність сприяє більш чіткому баченню того, як рішення особистості впливають

на психологічне здоров'я, що, згодом, може сприяти позитивним змінам. Так, зниження уваги по відношенню до поточного моменту призводить до обмеження здатності особистості виявляти різноманітності потенційного вибору, що необхідно для реагування на конкретну ситуацію [4]. Тому, сформувавши навички управління увагою, особистість отримує можливість одержання більш активної ролі у впливі на своє психологічне здоров'я.

Розглянемо також програму «Консультанти академічного проживання» (Counselors in Academic Residence Program (CARE)) [3], що передбачає наявність ліцензованих консультантів у сфері психічного здоров'я в коледжах та університетах. Вони працюють з тими студентами, які отримали направлення на участь у таких заняттях від викладачів та співробітників навчального закладу.

Основною місією програми є забезпечення доступу до психіатричної допомоги тим студентам, які відчують емоційні або академічні труднощі. Одним з принципів CARE є зменшення бар'єрів шляхом проведення занять із студентами в зручному для них місці [3]. Слід додати, що така практика відрізняється від стандартних психологічних сесій в кабінеті тим, що виявляє можливість створення невимушеної атмосфери, звичної для студента, в якій він зможе відчувати себе більш впевнено і, відповідно, процес психологічної підтримки буде мати позитивні наслідки через підвищення бажання отримати психологічну консультацію.

Під час проведення діяльності, консультанти програми визначають проблеми, які є актуальними для студентів їх навчального закладу та проводять консультації з питань психічного здоров'я. Такого роду мета виокремлена і у програмі «Профілактика та інформування» (Prevention and Outreach) [12]. Семінари, що проводяться у межах цієї програми сприяють підвищенню рівня обізнаності щодо психологічного здоров'я, надання допомоги в подоланні перешкод на шляху до академічної успішності. Крім того, програма «Профілактика та інформування» організує семінари, найбільш необхідними для психологічної адаптації іноземного студента з яких є: семінар з формування навичок для подолання наслідків невдач при міжособистісній взаємодії (Bouncing Back: Coping with Failure and Rejection) [13]; семінар з формування здатності подолання наслідків стресових ситуацій (Stress Management); семінар з навчання того, як надати допомогу своїм друзям, які знаходяться у важкому адаптаційному періоді (Real Talk: Helping Friends in Distress (for student audiences only)). Таким чином, програма має інформативний характер та спрямована на формування теоретичної бази психологічного стану особистості.

Щодо практичного елементу психологічного супроводу, його можна простежити у «Програмі навчання однолітків Центру консультування та психологічного здоров'я» (Counseling and Mental

Health Center Peer Educator Program) [8]. Метою програми є активне залучення студентів у процес формування навичок для становлення особистості у якості ефективного фахівця з підтримки позитивного рівня психологічного здоров'я в кампусі. Для досягнення мети, студенти проходять курс «Лідерство у підтримці здоров'я однолітків – Зміцнення психологічного здоров'я», спрямований на вивчення стратегії розвитку культури кампусу, що передбачає практику підвищення рівня психологічного здоров'я. Таким чином, програма надає студентам можливість проводити діяльність у якості консультантів для надання психологічної підтримки іншим особистостям. Зазначимо також, що ініціатива може бути корисна й іноземним студентам.

Зазначимо на ще одному практично спрямованому семінарі «Тривожний інструментарій» (Anxiety Toolbox) [17], що складається з трьох сесій та має за мету формування вміння протистояти особистісним страхам та вирішувати проблемні ситуації, пов'язані з відчуттям тривоги. У період проведення сесій, студенти отримують інформацію щодо розуміння сутності тривоги та ролі розумового процесу у розвитку тривожного стану; виявлення тривожних думок; способів управління тривожним станом; можливості застосування інструментів (емоційних, поведінкових та фізіологічних) для управління основними проявами тривоги.

Отже, програма має важливе значення в адаптаційному процесі іноземного студента, який піддається впливу стресових ситуацій (що сприяють формуванню відчуття тривоги, пов'язаної з переживаннями щодо ефективності міжособистісної взаємодії) у зв'язку з необхідністю проведення діяльності у новому соціумі. Схожим прикладом є семінар «Як долати?» (How to Deal?) [17], що складається з 4 сесій та спрямований на розвиток навичок, сприяючих вмінню управляти своїм емоційним станом, а також підвищенню якісного рівня процесу міжособистісних відносин з представниками іншого соціуму.

Висновки та пропозиції. Отже, підсумовуючи проаналізовані програми та семінари з психологічної підтримки у Техаському університеті в Остіні, маємо зазначити, що:

1. Психологічне консультування навчального закладу складається з індивідуальних та групових програм і тренінгів, що надає можливість проведення психологічної підтримки в конкретному питанні як для окремої особистості іноземного студента, так і для групи осіб, що мають схожі проблеми психологічного характеру;

2. В університеті активно застосовується дистанційне психологічне консультування із застосуванням телефонного зв'язку, що дозволяє надати підтримку студенту у важкій психологічній ситуації, коли відсутня можливість проведення індивідуальних або групових сесій;

3. Важливу роль в процесі психологічного консультування відіграє ресурсний центр

особистісного самовдосконалення, який може використовуватися студентами в якості допоміжного компоненту до індивідуального або групового консультування.

Таким чином, зазначені напрями психологічної роботи з іноземними студентами сприяють запобіганню складних наслідків у академічному та соціальному просторах, причинами яких є проблеми психологічного плану. Подолання негативного прояву проблем або їх вирішення на ранніх стадіях забезпечують проходження процесу адаптації в більш успішному форматі. З огляду на розгалуженість програм, семінарів, а також способів отримання психологічної консультації іноземними студентами, ми можемо говорити про наявність у Техаському університеті в Остіні системи психологічної підтримки.

Однак, дослідження адаптаційних заходів, частиною яких є психологічна підтримка, не може обмежуватися тільки лише даним навчальним закладом. Перспективними напрямками подальших досліджень можна виділити: вивчення практичного досвіду вибудовування системи психологічної підтримки інших закладів вищої освіти США, а також порівняння цього досвіду з роботою психологічних служб України, що дозволить виявити проблемні аспекти та впровадити в практику психологічного консультування позитивні новації.

Список літератури

1. Berry J.W., Kim U., Power S., Young M., et al. Acculturation attitudes in plural societies. *Applied Psychology: An International Review*. 1989;(38):185–206.
2. Counseling and Mental Health Center Crisis Line / The University of Texas at Austin. URL: <https://cmhc.utexas.edu/24hourcounseling.html>.
3. Counselors in Academic Residence Program (CARE). Counseling and Mental Health Center / The University of Texas at Austin. URL: <https://cmhc.utexas.edu/CARE.html>.
4. Integrated Health Program (IHP). Counseling and Mental Health Center / The University of Texas at Austin. URL: <https://cmhc.utexas.edu/integratedhealth.html>.
5. Kawaguchi K. Daigakusei no i bunka tekiō to shinri-teki fuan no henka ni kansuru kenkyū. [Study on the cross-cultural adaptation and change in the psychological anxiety of college students]. *Aomori University of Health and Welfare Journal*. 2006;7(1):37–43.
6. Kim B.S.K. Behavioral Enculturation and Acculturation, Psychological Functioning, and Help-Seeking Attitudes Among Asian American Adolescents. *Asian Am J Psychol*. 2010;1(3):175–185.
7. LaFromboise T, Coleman H.L.K., Gerton J. Psychological impact of biculturalism: Evidence and theory. *Psychological Bulletin*. 1993;(114):395–412.
8. Mental Health Peer Educator Program. Counseling and Mental Health Center / The University

- of Texas at Austin. URL: <https://cmhc.utexas.edu/peereducation.html>.
9. MindBody Labs. Counseling and Mental Health Center / The University of Texas at Austin. URL: <https://cmhc.utexas.edu/mindbodylab.html>.
10. Moghaddam F. M., Taylor D. M., Wright S. C. Social psychology in cross-cultural perspective. New York, NY: W.H. Freeman; 1993.
11. Patron M. Loss and loneliness among international students. Psychology Journal. 2014;11(1):24–26.
12. Prevention and Outreach. Counseling and Mental Health Center / The University of Texas at Austin. URL: <https://cmhc.utexas.edu/preventionoutreach.html>.
13. Request a Presentation. Counseling and Mental Health Center / The University of Texas at Austin. URL: <https://cmhc.utexas.edu/presentations.html>.
14. Short-Term Individual Counseling. Counseling and Mental Health Center / The University of Texas at Austin. URL: <https://cmhc.utexas.edu/individualcounseling.html>.
15. Stoyhoff S. Factors associated with international students' academic achievement. Journal of Instructional Psychology. 1997;(24):56–68.
16. Ward C., Searle W. The impact of value discrepancies and cultural identity on psychological and sociocultural adjustment of sojourners. International Journal of Intercultural Relations. 1991;(15):209–225.
17. Wellness Workshops and Events. . Counseling and Mental Health Center / The University of Texas at Austin. URL: <https://cmhc.utexas.edu/workshops.html>