

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Российский государственный педагогический
университет им. А. И. Герцена»

На правах рукописи

ЦИНЬ ПЭНФЭЙ

**ЖИЗНЕННЫЕ ОРИЕНТАЦИИ КАК ФАКТОР КАЧЕСТВА ЖИЗНИ
КИТАЙСКИХ СТУДЕНТОВ**

Специальность: 5.3.1. Общая психология, психология личности, история
психологии

Диссертация на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Научный руководитель:
доктор психологических наук,
профессор Коржова Е. Ю.

Санкт-Петербург – 2024

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
ГЛАВА 1	14
ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ И КАЧЕСТВА ЖИЗНИ КИТАЙСКИХ СТУДЕНТОВ	14
1.1. Психология жизненных ориентаций	14
1.1.1. Жизненные ориентации как психологический феномен	14
1.1.2. Современное состояние российских и зарубежных исследований жизненных ориентаций.....	22
1.2. Проблема качества жизни в психологии	32
1.2.1. Качество жизни как предмет психологического исследования.....	32
1.2.2. Современное состояние исследований качества жизни	47
1.3. Психологические особенности студенчества	60
1.3.1. Психологические особенности китайских студентов.....	60
1.3.2. Психологические особенности российских студентов.....	71
ВЫВОДЫ по главе 1	78
ГЛАВА 2	81
ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ	81
2.1. Общая организация и эмпирическая база исследования.....	81
2.2. Методы исследования	85
2.2.1. Адаптация китайской версии краткой Шкалы качества жизни Бруннсвикена.....	86
2.2.2. Адаптация китайской версии Опросника жизненных ориентаций Е. Ю.	

Коржовой	95
2.2.3. Другие психодиагностические методики, использованные в исследовании	111
ГЛАВА 3	114
РЕЗУЛЬТАТЫ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ И ЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ.....	114
3.1. Жизненные ориентации и качество жизни китайских студентов разного пола и уровня образования	114
3.2. Влияние жизненных ориентаций на качество жизни китайских студентов: опосредованное влияние смысла и цели жизни	119
3.3. Сравнительный анализ жизненных ориентаций и качества жизни китайских и российских студентов	127
ВЫВОДЫ.....	140
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	142
ЛИТЕРАТУРА	145
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	175
Бланки методик исследования на русском и китайском языках	175

ВВЕДЕНИЕ

Качество жизни – это многогранный феномен, характеризующий благополучие человека, подверженный комплексному влиянию таких факторов как физическое здоровье человека, его психическое состояние, личностные характеристики, социальные отношения, а также окружающая среда. Качество жизни, будучи показателем благополучия человека и социального прогресса, в настоящее время широко исследуется как междисциплинарная проблема высокой социальной значимости. Согласно исследованию J. C. Flanagan (1982), в наибольшей степени связаны с качеством жизни такие сферы жизни как материальный комфорт, работа, учеба, здоровье, активный отдых. В том числе важным является вопрос о качестве жизни образованной молодежи, от которой во многом зависит будущее.

Психология в силу своей предметной области в большей мере обращается к субъективным аспектам качества жизни. Накоплен богатый эмпирический материал, который еще нуждается в осмыслении. Содержательная наполненность и смысл жизни весьма значимы для оценки ее качества (Kottke F. J., 1982). Несомненно, направленность личности оказывает влияние на образ жизни и общую жизненную стратегию. Можно предположить, что с качеством жизни тесно связаны жизненные ориентации личности. Жизненные ориентации могут быть поняты как интегральное отношение личности к миру и обществу, включающее общие цели, поиск направления жизни и своего места в ней, принятие решений, прогнозирование, верования, переживание смысла, ценности жизни и т.д. Известно, что люди с позитивными жизненными ориентирами успешнее справляются с возникающими на жизненном пути трудностями (Diener E., 1984).

Особый интерес представляют кросскультурные исследования в этой области. Обзор психологических исследований показывает, что в Китае проблема качества жизни в целом хорошо изучена, но исследования

жизненных ориентаций, тем более их роли в качестве жизни, единичны. В 2007 году Лю Чжицзюнь и Чэнь Хуэйчан адаптировали шкалу жизненных ориентаций, разработанную Шейером и другими в 1994 году (刘志军, 陈会昌, 2007; Scheier M. F., Carver C. S., Bridges M. W, 1994), положив начало исследований в этой области в Китае. Исследования жизненных ориентаций и качества жизни проводились преимущественно на клинических пациентах (陈萌, 孙玉梅, 王玲, 2008). Среди студенческой молодежи в основном изучались ценностные ориентации (Zhang T. G., Qu W. Y., Zhang Y. H., Lin L. C., 2004; Gao Y., Lin Z., Li Z., 1999). До настоящего времени в Китае не проводилось исследований взаимосвязи жизненных ориентаций и качества жизни среди китайских студентов, в том числе с учетом срока обучения и кросскультурных различий.

Роль жизненных ориентаций в качестве жизни ярко проявляется у молодежи, только вступающей в жизнь. Поэтому взаимосвязь качества жизни и жизненных ориентаций логично исследовать прежде всего на молодежной выборке.

В Китае растет интерес к получению высшего образования в других странах, ежегодно растет количество китайских студентов, обучающихся в России (Максимов Н. Р., Панина С. В., 2017). В связи с этим все более актуальной становится проблема адаптации студентов из Китая, приезжающих учиться в Россию, к новым условиям жизнедеятельности (Арефьев А. Л., 2010). Из-за различных культурных традиций существует множество отличий в образе жизни китайцев и россиян. Создание измерительных средств для сопоставления качества жизни и жизненных ориентаций народов России и Китая имеет большое значение для понимания культурных различий и межкультурного обмена.

Цель исследования: выявление взаимосвязи между качеством жизни китайских студентов и их жизненными ориентациями.

Объект исследования: качество жизни китайских студентов.

Предмет исследования: жизненные ориентации как фактор качества жизни китайских студентов, в том числе в сравнении с российскими студентами.

Гипотезы:

1. Адаптированные на китайской выборке методики исследования качества жизни и жизненных ориентаций психометрически обоснованы и могут применяться для исследования китайской молодежи.

2. Качество жизни и жизненные ориентации китайских студентов взаимосвязаны.

3. Жизненные ориентации влияют на качество жизни китайских студентов.

4. Существуют различия между жизненными ориентациями, качеством жизни и их взаимосвязью у китайских и российских студентов.

Задачи исследования:

1. Теоретический анализ проблемы качества жизни китайских студентов и их жизненных ориентаций во взаимосвязи и соотнесении.

2. Создание методического комплекса для проведения эмпирического исследования, включая адаптацию на китайском языке ключевых методик исследования.

3. Сравнительный анализ жизненных ориентаций и качества жизни китайских студентов в зависимости от пола и уровня образования.

4. Изучение взаимосвязи жизненных ориентаций и качества жизни китайских студентов.

5. Исследование влияния жизненных ориентаций на качество жизни китайских студентов.

6. Сравнение различий качества жизни и жизненных ориентаций российских и китайских студентов.

Теоретико-методологические основания исследования:

1. Исследования качества жизни (Г. М. Зараковский; Э. Кюнг;

D. Chisholm; I. Kristol; W. Rostow; M. Rapley; H. Han; T. M. Power; M. B. Coomans; L. Dirven; M. J. Taphoorn et al.).

2. Исследования жизненных ориентаций (Е. Ю. Коржова; Т. Л. Крюкова; Н. П. Романова; А. Г. Хайбулаева; А. F. Alekper; M. Szcześniak et al.; V. Wong).

3. Психологические исследования студентов Китая и России (С. С. Бубнова; Н. Л. Быкова; Н. В. Варламова; Р. Р. Накохова; Z. Zhou; Z. Xin; D. Watkins et al.).

В диссертационной работе применялись следующие методы: систематизация теоретических и эмпирических данных по проблеме жизненных ориентаций и качества жизни китайских студентов; психодиагностический метод; математико-статистические методы.

Использован ряд психодиагностических методик:

1. Для исследования качества жизни была осуществлена адаптация Шкалы качества жизни Бруннsvикена (Brunnsviken Brief Quality of Life Scale, BBQ) (Lindner P., Frykheden O., Forsström D. et al., 2016); использовались также методики, уже адаптированные на китайской выборке, для психометрического обоснования китайской версии шкалы: Шкала адаптации к студенческой жизни (The Life Adaptation Scale) (王莲莲, 刘文文, 汪洪秀, 2015), Шкала депрессии PHQ9 (Patient Health Questionnaire, PHQ9) (Kroenke K., Spitzer R. L., Williams J.V., 2001; 陈丹, 2011).

2. Для исследования жизненных ориентаций была проведена адаптация Опросника жизненных ориентаций Е. Ю. Коржовой; использовались методики для психометрического обоснования китайской версии опросника, уже имеющие китайские версии: Шкала смысла жизни (Meaning of life) (Steger M. F., Frazier P., Oishi S., Kaler M., 2006) и китайская адаптированная версия Шкалы смысла жизни (陈维, 葛纓, 胡媛艳, 张进辅, 2015), Шкала жизненных целей (Purpose of Life) (Schulenberg S. E., Schnetzer L. W., Buchanan E. M., 2011) и китайская адаптированная версия шкалы «Цель жизни» (肖蓉, 李碧雯, 2016), Шкала адаптации к студенческой жизни

(The Life Adaptation Scale) (王莲莲, 刘文文, 汪洪秀, 2015) и Опросника здоровья (Patient Health Questionnaire9, PHQ9) (陈丹, 2011).

3. Для сравнительного анализа жизненных ориентаций и качества жизни китайских и российских студентов использовались обе адаптированные на китайской выборке методики, а также Шкала смысла жизни (Steger M. F., Frazier P., Oishi S., Kaler M., 2006), Шкала жизненных целей (Schulenberg S.E., Schnitzer L. W., Buchanan E. M., 2011) в адаптации на китайский язык, а также Опросник смысложизненных ориентаций (Purpose in Life, PIL, J. Crumbaugh, L. Maholic, 1964), адаптированный Д. А. Леонтьевым (2006).

4. Методы математико-статистического анализа. В исследовании проводилось вычисление достоверности различий с помощью t-критерия Стьюдента в связи с нормальностью распределения, корреляционный анализ (r Пирсона), линейный регрессионный анализ, эксплораторный факторный анализ методом главных компонент с Varimax вращением, конфирматорный факторный анализ, а также путевой анализ. Также вычислялся ряд статистических показателей, необходимых для психометрического обоснования адаптируемых на китайской выборке психодиагностических методик. Использовались программы SPSS 25.0, Amos 24.0 и Mplus 8.3.

Выборку данного исследования составили студенты вузов в провинции Гуйчжоу (Китай) и студенты г. Санкт-Петербурга (Россия):

- 1) китайские студенты I курса, проживающие в Китае и обучающиеся в китайских вузах;
- 2) китайские студенты IV курса, проживающие в Китае и обучающиеся в китайских вузах;
- 3) российские студенты I курса, обучающиеся в России;
- 4) российские студенты IV курса, обучающиеся в России.

При адаптации краткой шкалы качества жизни Бруннсвикена после перевода с английского языка было обследовано с помощью методики 178 студентов, в исследовании различительной способности методики – 980, при

изучении валидности методики обследовано 1005 человек в возрасте от 16 до 22 лет. Для изучения ретестовой надежности (временной интервал составил две недели) с помощью китайской версии краткой шкалы качества жизни Бруннсвикена было исследовано 159 китайских студентов.

При адаптации Опросника жизненных ориентаций Е. Ю. Коржовой в связи с необходимостью переформулирования пунктов и поиском оценочной стратегии опрос респондентов осуществлялся шесть раз. Всего опрошен 1471 китайский студент, в каждой выборке от 220 до 323 человек.

В проведении основного исследования в качестве респондентов выступили 600 студентов китайских вузов, в том числе 149 юношей (24,8%) и 451 девушка (75,2%); их возраст варьировал от 17 до 25 лет ($19,64 \pm 3,29$), из них 300 первокурсников и 300 четверокурсников. Для проведения сравнительного анализа опрошено 600 студентов российских вузов, в том числе 103 юношей (27,2%) и 497 девушка (82,8%); их возраст варьировал от 17 до 25 лет ($19,38 \pm 1,61$), из них 300 первокурсников и 300 четверокурсников.

Научная новизна состоит в следующем:

1. В данном исследовании впервые изучено качество жизни и жизненные ориентации в их взаимосвязи у китайских студентов, а также в сравнении с российскими студентами.

2. Для исследования жизненных ориентаций на китайской выборке адаптирован и стандартизирован Опросник жизненных (субъект-объектных) ориентаций Е. Ю. Коржовой.

3. Для исследования качества жизни на китайской выборке адаптирована шкала качества жизни Бруннсвикена (ВВQ).

4. Определена структура жизненных ориентаций китайских студентов.

5. Выявлена взаимосвязь жизненных ориентаций и качества жизни китайских студентов и особенности влияния жизненных ориентаций на качество жизни, в том числе с учетом пола и уровня образования (курса) китайских студентов, а также в сравнении с российскими студентами.

Теоретическая значимость

Полученные данные расширяют понимание психологической составляющей качества жизни. В работе описаны характеристики качества жизни и жизненных ориентаций студентов в зависимости от срока обучения, пола и места проживания (Китай, Россия), определены содержание и особенности качества жизни и жизненных ориентаций китайских и российских студентов. Обнаружены психологические предикторы качества жизни китайских студентов. Выявлена структура жизненных ориентаций, а также структура взаимосвязи жизненных ориентаций и качества жизни китайских студентов. Полученные эмпирические данные о качестве жизни и жизненных ориентациях углубляют теоретическое обоснование влияния жизненных ориентаций на качество жизни.

Практическая значимость

Практическая значимость обусловлена возможностью использовать полученные результаты в психологическом консультировании студентов разных курсов. Предложен новый методический инструментарий для использования в психологической диагностике (адаптированные на китайской выборке Шкала качества жизни и Опросник жизненных ориентаций).

Достоверность результатов исследования обеспечивается выбором адекватной методологической основы, использованием комплекса валидных, надежных и апробированных методик, адекватных предмету исследования; репрезентативностью выборки; опорой на достижения современной психологии; использованием современных методов статистического анализа данных; сопоставлением полученных эмпирических данных с исследованиями других авторов.

Соответствие диссертации паспорту научной специальности.

Диссертация соответствует следующему содержанию специальности 5.3.1 – «Общая психология, психология личности, история психологии» по п. 1 «детерминанты, определяющие психическую жизнь и поведение

человека»; п. 11 «построение моделей психической реальности»; п. 35 «стратегии жизни»; п. 32 «психометрика».

Положения, выносимые на защиту.

1. На китайском языке адаптированы и всесторонне психометрически обоснованы психодиагностические методики исследования качества жизни (Шкала качества жизни Бруннсвикена – ВВQ) и жизненных ориентаций (Опросник жизненных ориентаций Е. Ю. Коржовой).

2. Структура жизненных (субъект-объектных) ориентаций китайских студентов отличается от четырехкомпонентной структуры, полученной на российской выборке, и включает в себя три взаимосвязанных компонента: смелость бросить вызов трудностям, стремление к внутренней гармонии, ясность цели в жизни, каждый из которых взаимосвязан с качеством жизни.

3. Компоненты жизненных (субъект-объектных) ориентаций выступают в качестве предикторов качества жизни китайских студентов. Среди трех структурных компонентов жизненных (субъект-объектных) ориентаций наибольшее влияние оказывает ясность цели в жизни.

4. Жизненные (субъект-объектные) ориентации, качество жизни, осмысленность жизни и цель жизни у китайских студентов тесно связаны между собой (значимая положительная связь). Субъект-объектные ориентации влияют на качество жизни как напрямую, так и еще в большей мере опосредованно, через смысл жизни и цель жизни.

5. Существуют различия между жизненными ориентациями и качеством жизни у китайских и российских студентов. Качество жизни выше у китайских студенток по сравнению с китайскими студентами и у первокурсников по сравнению со старшекурсниками. Уровень жизненных (субъект-объектных ориентаций) у китайских студентов 1 курса достоверно выше по сравнению с китайскими студентами 4 курса. Между российскими студентами разного пола и курса обучения достоверные различия в качестве жизни и уровне жизненных (субъект-объектных) ориентаций отсутствуют. Независимо от уровня

обучения и пола показатели качества жизни у российских студентов значительно (достоверно) выше, чем у китайских студентов. Жизненные ориентации оказывают влияние на качество жизни китайских студентов, в то время как жизненные ориентации российских студентов практически не влияют на качество жизни.

Апробация результатов исследования. Основные выводы и результаты исследования были обсуждены на следующих научных конференциях:

Конференция молодых ученых «Актуальные проблемы психологической науки», посвященная 225-летию РГПУ им. А. И. Герцена (Санкт-Петербург, 2022);

Китайская психологическая конференция «Форум журнала по психологии “Сердце в будущее”» (Пекин, Китай, 2022).

VII Международная научно-практическая конференция «Innovative trends in science, practice and education» (Мюнхен, Германия, 2022).

VIII Международная научно-практическая конференция «Scientific bases of modern investigations» (Хельсинки, Финляндия, 2022).

IX Международная научно-практическая конференция «Advancing in research, practice and education» (Флоренция, Италия, 2022).

VIII Международная научно-практическая конференция памяти М. Ю. Кондратьева «Социальная психология: вопросы теории и практики» (МГППУ, Москва, 2023).

VI Международная научно-практическая конференция «Герценовские чтения: психологические исследования в образовании» (РГПУ им. А. И. Герцена, Санкт-Петербург, 2023).

Всероссийская научно-практическая конференция «Актуальные тенденции государственной молодежной политики и социальной работы» (Удмуртский государственный университет, Ижевск, 2023).

По теме диссертации опубликовано 11 работ, из них 7 в

рецензируемых журналах ВАК, в том числе 1 статья в журнале RSCI и 1 статья в журнале CSCI.

Структура и объем диссертации:

Диссертация состоит из введения, трех глав, заключения, выводов, списка литературы (279 источника, в том числе 162 на иностранных языках из них – 131 на английском языке, 1 на польском языке, 30 на китайском) и приложения. Текст диссертации изложен на 174 страницах и проиллюстрирован 19 таблицами и 10 рисунками.

ГЛАВА 1

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ И КАЧЕСТВА ЖИЗНИ КИТАЙСКИХ СТУДЕНТОВ

1.1. Психология жизненных ориентаций

1.1.1. Жизненные ориентации как психологический феномен

Формирование личности – сложный процесс, начинающийся с первых лет жизни и протекающий в определенном социокультурном контексте, при посредничестве принятых в нем общественных норм и моделей поведения.

Следовательно, формирование социальной идентичности является основой, на которой создаются и индивидуальные идентичности. Таким образом, изучение идентичности подразумевает рассмотрение процессов, которые формулируют плоскости социального и индивидуального в единстве их компонентов. Применение понятия «жизненные ориентации», понимаемого как поиск направления, поиск себя в мире, поиск своего пути, вписывается в разрозненную и многозначную реальность, в которой человек постоянно заново создает себя.

В связи с этим особенно важно принимать во внимание такие интегративные категории как «жизненный проект» (Чуева Н. А., 2013), «жизненный путь» (Кон И. С., 1999; Коржова Е. Ю., 2006), «удовлетворенность жизнью» (Diener E., Lucas R. E., Ishi S. O., 2002), «жизненные ориентации» (Коржова Е. Ю., 2006; Park N., Peterson C., Ruch W., 2009; Коржова Е. Ю., Цинь П., Веселова Е. К., Дворецкая М. Я., 2023) и др. Другие понятия, такие как, например, социальная ситуация развития (Выготский Л. С., 2005), могут служить основой координации социального и психологического измерений, которые объединяют категориальные конструкты.

Многосторонность и целостный характер формирования личности в этой связи могут быть поняты, прежде всего, как развитие ее жизненных ориентаций (Шеховцова Л. Ф., 2002). Это значит, что жизненный путь личности зависит от конкретного социального контекста и формируется в индивидуализированных системах, состоящих из саморегулирующихся функций психологических процессов и структур, таких как мотивационные, самооценочные, саморефлексивные и т. д. (Loon M. H., 2018). Жизненный проект формулирует личностно-социальную идентичность с точки зрения ее временной динамики и возможностей будущего развития. Это идеальная модель того, кем именно желает быть индивид и что он для этого делает, обретающая конкретную форму, благодаря определению его отношения к миру и к самому себе в структуре данного общества. Человек, живущий в современном мире постоянных перемен, должен обладать способностью получать информацию о тех ситуациях, в которых он находится, для того чтобы более успешно справляться с трудностями, возникающими на пути к удовлетворению определенной потребности. Это делает важным такой аспект жизнедеятельности как умение ставить перед собой цели (Васильев Я. В., 2016).

В научной литературе можно встретить множество толкований понятия «жизненные ориентации», что подтверждает его многозначность и придает актуальность связанной с ним проблематике. Многочисленные размышления о природе жизненных ориентаций и попытки определить суть этого концепта предпринимались во многих странах. При этом в некоторых он признавался первичной диспозицией (Lemos-Giráldez S., Fidalgo-Aliste A. M., 1997), сложившейся в результате эволюции, то есть более или менее последовательным набором познавательных, мотивационных и моральных ориентаций в отношении конкретной ситуации, определяемых типом межличностных отношений, который служит проводником для действий в данной ситуации. Люди как живые организмы, стремящиеся к биологическим

ценностям, но также и как социальные существа, являющиеся носителями культурной информации, сталкиваются в своей среде с различными жизненными проблемами и для их решения должны ориентироваться и в ценностях отдельных ситуаций, и в действиях, с помощью которых они могли бы их достичь. Таким образом, жизненные ориентации никогда не могут иметь умозрительного характера, напротив, они всегда должны быть средством удовлетворения какой-либо потребности (Грачев А. А., 2008).

Несколько иной подход можно обнаружить в работах других авторов, определяющих жизненные ориентации человека как поиск релевантной информации и использование некоторых изменений в окружающей среде для достижения оптимального уровня саморегуляции (Грибенникова Э. А., 1995). В принятом выше утверждении заключено предположение, что поиск информации ведет к определенным последствиям и позволяет человеку управлять реальностью. Изменение окружающей среды как носителя информации отождествляется в таком случае с понятием стимула, информирующего индивида о состоянии окружающей среды (Фурманов И. А., 2012). Поддержание равновесия, как внешнего, так и внутреннего, тем эффективнее, чем больше мы способны предвидеть ситуации, поэтому человек должен не только воспринимать ситуации, но и активно их искать.

С точки зрения третьего подхода, жизненные ориентации представляют собой сложную организацию процессов, обуславливающих идентификацию окружающей среды, познание сложившихся в настоящее время ситуаций, во время которых осуществляется одновременный процесс обработки информации, основанный на индивидуальном и социальном опыте (Мальгина А., 2015), и жизненные ориентации являются, таким образом, глобальной экзистенциальной целью в реальном мире индивида (Клюев А. Г., 1996).

Отсутствие единого мнения в отношении определения рассматриваемого понятия указывает на сложность вопроса, однако наряду с

этим подчеркивает общие элементы, имеющиеся в существующих к данному моменту подходах. Важным здесь признается, прежде всего, тот факт, что жизненные ориентации, по мнению психологов, тесно связаны с познавательными процессами человека. Это предполагает, что жизненные ориентации индивида зависят от использования информации, которая может иметь пассивный характер, при котором поведение человека не требует опоры на опыт, или активный, о котором мы говорим, когда индивид ищет информацию, обрабатывает ее и выбирает поведение, подчиняясь ситуации или пытаясь противостоять ей.

Совсем по-другому жизненные ориентации понимаются с точки зрения социологии. В работах, написанных специалистами в этой области знания, зачастую видят генерализованную тенденцию воспринимать, чувствовать и реагировать на социальную реальность. Таким образом, социологи находят в жизненных ориентациях не только убеждения, но и предчувствия и ощущения, часто находящиеся на пороге бессознательного. Ориентация, понимаемая как целостное отношение индивидов к миру и социальной системе, по мнению этих ученых, состоит, среди прочего, из ценностей, которые трактуются как определенные образы или видения вещей, состояний или процессов, которые признаны правильными внутри некой общественной группы.

Таким образом, можно констатировать, что с течением времени в России и за рубежом сложилось несколько теоретических подходов в отношении жизненных ориентаций, причем трактовка термина нередко связана со спецификой науки, применительно к которой она разрабатывалась, и предметом исследования, находящего в ее фокусе. Тем не менее, междисциплинарность проблемы жизненных ориентаций не исключает наслаивания нескольких плоскостей рассматриваемого понятия в зависимости от того, каковы должны иметь исследования, запланированные на данном этапе.

В связи с вышесказанным, в научной литературе можно найти множество смежных исследований, в той или иной степени связанных с концепцией жизненных ориентаций. Довольно необычное и проецируемое на психологическую науку определение обнаруживается в экономике, где под жизненными ориентациями бизнеса понимается динамическое отражение себя и объективной реальности, осуществляемое через призму конкретных жизненных целей и ценностей, посредством реальных и/или проектируемых действий (Wong V., Saunders J., 2006). Ориентации такого рода предполагают динамическую направленность жизнедеятельности к определенным целям, осуществляемым посредством реальных или прогнозируемых действий. Они отличаются как динамикой в измерении времени индивидуальной жизни, воспринимаемой через призму индивидуального опыта, так и изменчивостью в терминах социально-исторического времени, определяемого опытом поколений. В психологии ориентации такого типа представляют собой чрезвычайно емкую теоретическую конструкцию, которая может быть расширена за счет более узких по смыслу ситуативных ориентаций.

Другой важной составляющей жизненных ориентаций является сохранение внешнего равновесия, которое возможно посредством правильного отражения ситуации. Таким образом, для психологов жизненные ориентации – это не только признание реальности, но и конкретные действия, служащие развитию личности и способные стать целью ее функционирования в мире (Быкова Н. Л., 2005). Ввиду того, что поиск смысла жизни является одной из основных потребностей человека, очевидно, что подходы к пониманию жизненных ориентаций, относящиеся к психологии, также взаимосвязаны со сферой личностных ценностей, заметно чаще соотносимых с философией, социологией или педагогикой. В то же время потребность в смысле жизни – естественное качество человека, которое приводит к тому, что без наличия в его жизненной деятельности таких ценностей, которые являются или могут

быть признаны им как придающие смысл жизни, он не может функционировать должным образом (Шиповская Л. П., 2008).

Современная психологическая наука освещает проблему жизненных ориентаций, жизненного пути и ценностных ориентаций, опираясь на этапы онтогенетического развития человека и жизненные ситуации, которые случаются на его пути (Коржова Е. Ю., Веселова Е. К., Дворецкая М. Я., 2018). В результате жизненные ориентации характеризуются как общая направленность человека к удовлетворению значимых потребностей в контексте деятельности, которую лицо считает ведущей (Романова Н. П., 1999).

В жизненных ориентациях можно выделить эмоциональный уровень, предполагающий социальные чувства; когнитивный уровень, характеризующийся направленностью на формы жизнедеятельности; поведенческий уровень – готовность к той или иной деятельности (Быкова Н. Л., 2005). Эти уровни также характерны и для ценностных ориентаций. Рассматривая понятие жизненных ориентаций, нельзя обойти и понятие жизненных принципов и жизненной стратегии (Ляхова М. А., 2010). При этом последняя должна рассматриваться в сочетании с системой ценностей и мерой осознания жизни. Система ценностей является важным аспектом в формировании жизненных ориентаций ввиду того, что выступает основой поведения личности, по той причине, что ценности представляют собой результат воспитания и социализации (Леонтьев Д. А., 2003; Коржова Е. Ю., 2006).

Ориентация, понимаемая как целостное отношение индивидов к миру и социальной системе, предполагает, среди прочего, ценности, которые понимаются как определенные образы или видения вещей, состояний или процессов, которые желательны или признаны правильными. Ценности идеалов, которые касаются общества и других людей, сопровождаются так называемыми жизненными ценностями, иногда называемыми потребностями – как материальными, так и психологическими.

Иными словами, содержание жизненных ориентаций зависит от личностных переменных, в то время как социальная активность индивида зависит от восприятия социальной ситуации и себя по отношению к ней. В свою очередь, избранная жизненная стратегия является средством конструирования личностью собственной жизни и включает в себя:

- предыдущий опыт конструирования жизни;
- реализацию (действия индивида, направленные на удовлетворение и реализацию собственных потребностей, а также решение ситуаций);
- удовлетворенность жизнью (самооценку своих достижений).

В свою очередь ценностные ориентации имеют значимое влияние на цель лица, а также на его самореализацию, в том числе и профессиональную.

Следует отметить, что на формирование наиболее распространенных ценностных ориентаций влияет общество (Тупичкина Е. А., Семенака С. И., 2022), которое также имеет свою систему ценностей на каждом этапе своего развития и определяет нормативные ценности, которые он должен соотносить со своими собственными – личностными.

Жизненные ориентации входят в структуру ценностного самосознания и несут функцию адаптации личности к определенным формам социальной деятельности, а также являются самостоятельными подсистемами ценностных представлений о социальных ценностях, связанных с определенными сферами деятельности. Как ценностные, так и жизненные ориентации формируются под влиянием процесса удовлетворения человеком собственных потребностей, ожиданий социума, а также имеют связь с жизненными перспективами человека и конструированием им будущего (Накохова Р. Р., Аппаев М. Б., Урусова М. М., 2019).

Как отмечалось выше, жизненные ориентации связаны с мерой осознания жизни. В свою очередь главными факторами осмысленной жизни выступают такие как:

- наличие цели, определяющей жизненные перспективы, а также направленность личности;
- эмоциональная насыщенность жизни, самореализация и ощущение собственного успеха в ведущей деятельности;
- способность контролировать жизненные ситуации и осуществлять жизненный выбор.

Социальные ожидания личности входят в структуру ценностных ориентаций личности, а, следовательно, имеют тесную связь с жизненными ориентациями. Они являются субъективными ориентациями членов общества относительно хода возможных событий и обеспечивают готовность к встрече с ними. Часто социальные ожидания описываются как отношения между социальными системами и деятельностью людей, которые являются ее элементами (Грибов Д. Е., 2016). Рассматривая данный феномен, стоит помнить, что социальные ожидания могут выступать психологическим фактором формирования жизненных ориентаций из-за того, что они входят в систему регуляции поведения людей в социуме и их взаимодействия в группах.

Ценностные ориентации наряду с жизненной целью и планами являются важнейшими составляющими жизненной перспективы, основной функцией которой является регулирование происходящих внутри нее процессов. Формирование жизненной перспективы, в свою очередь, зависит от возрастных особенностей восприятия временной перспективы и имеет динамический характер.

Жизненные ориентации взвешивают притязания – еще одну ключевую для нас категорию – и структурируют то, как люди справляются с ними. Притязания, в отличие от желаний, узакониваются установлением социальных норм (Сидоров К. Р., 2014). Однако высказывание претензий еще не означает, что они являются жизнеспособными, скорее, на этом пути могут стоять различные препятствия. Это связано с тем, что требование нормативно направлено не только на внешнего адресата, но и на самого индивида, от

которого ожидают, что он будет вести себя определенным образом. Это означает, что претензии к другим переплетаются с претензиями к самим себе, что, таким образом, делает их еще одним компонентом идентичности.

Природа жизненных ориентаций в психологическом плане прежде всего подразумевает указание на когнитивные процессы человека и характеристики личности в попытке объяснить определенное поведение через призму функционирования мозга и нервной системы с учетом определенных стимулов. Не менее интересным представляется вопрос понимания жизненных ориентаций с точки зрения темпорального контекста. Мир подвергается постоянным колебаниям, из-за которых события, не являющиеся постоянными, и способными претерпевать изменения, все сложнее предвосхитить. Глобализация современного мира ведет к радикальным социальным преобразованиям. Современный человек обречен искать свое место в постоянно меняющейся реальности. Способность индивидов воспринимать реальность, оценивать, чувствовать и реагировать на глобализационные изменения в мире, признанные их жизненными ориентациями, остается актуальной проблемой в работах многих ученых (Вольнская Л. Б., 2002; Сахарова Т. Н., 2012) и требует дальнейшего рассмотрения.

1.1.2. Современное состояние российских и зарубежных исследований жизненных ориентаций

Анализируя научные достижения ученых, занимающихся исследованиями жизненных ориентаций в России и за ее пределами, можно заметить, что к настоящему моменту имеется множество работ, в которых подобная проблематика рассматривается по отношению к молодежи и ее жизнедеятельности (Быкова Н. Л., 2005; Трошкова Е. А., 2012). Выдвинуть настоящее предположение нам позволяет природа жизненных ориентаций, связанная с другими явлениями, определяющими направленность поведения.

Как отмечалось ранее, в некоторых работах жизненные ориентации рассматриваются как особый тип ценностных ориентаций (Cileli M., Tezer E., 1998; Kosintseva T. D., Khairullina N. G., Gluhih I. N. et al., 2017). Сравнение этих двух терминов признается в таком случае условием, необходимым для лучшего понимания жизненных ориентаций по причине того, что ценностные ориентации больше отражают состояние сознания испытуемых, в то время как жизненные ориентации имеют более тесную связь с их действиями, становясь не только системой предпочтений, подходящих для определенной ситуации, но и направленностью сопряженных, гармонизированных стремлений индивида или группы к достижению определенной цели, объединенных в субъективно непротиворечивую целостность.

Жизненные ориентации, согласно этому подходу, формируются под влиянием общей ценностной ориентации, хотя и являются более ситуационно обусловленными, что связано с тем, что изучение ценностей в их единичном измерении дает возможность выстроить их иерархию. В свою очередь, изучение жизненных ориентаций отражает полную картину взаимоотношений и взаимосвязей между отдельными сторонами жизни индивида. Это означает, что для рассматриваемых авторов жизненные ориентации представляют собой жизненные цели и средства их реализации, которые определяются биологическими, психологическими, социальными и культурными факторами, являются относительно устойчивыми и проявляются в предпочтениях, стремлениях и ситуациях выбора (Регуш Л. А., 2006; Anić P., Tončić M., 2013). Такая трактовка объединяет достижения сразу нескольких дисциплин – психологии, социологии и философии, важным элементом которых являются ценности. Таким образом, интерес к жизненным ориентациям молодежи и студенчества, проявленный в рамках настоящей диссертации, обоснован среди прочего необходимостью изучения ценностей, преобладающих в определенный исторический момент в некоем социокультурном контексте.

Воспринимаемые так жизненные ориентации приобретают характеристики устойчивых взглядов и установок, обуславливающих отношение субъекта к реальным ценностям объективированного мира или к идеальным ценностям, являющимся субъективным абстрактом мира символического, и проявляются в поведении, повседневной деятельности, выборе стратегий, избегании различных ситуаций, а также в вербализированных суждениях как об актуальных, так потенциальных событиях или явлениях.

С точки зрения другого подхода, под жизненными ориентациями надлежит понимать характерное для индивида или группы отношение к отдельным сферам жизни и собственному «я», выражающееся в различных вариациях заявленной или реальной деятельности, первая из которых связана с предпочтениями, а вторая – непосредственно с ситуационной ориентацией (Кочеткова Т. Н., 2010). Последнее предполагает, что предварительные модели жизни являются индикатором субъективно воспринимаемой и оцененной реальности, находящей свое культурное и социальное обоснование в одобренных и отвергаемых моделях жизни. Именно наличие разнообразных и субъективно воспринимаемых социальных и психических условий личности в совокупности приводят к различным изменениям предпочтений в ситуациях выбора. Таким образом, в эмпирических исследованиях выявляются два типа ориентаций: общая ориентация (Yoshikawa K., Wu C. H., Lee H. J., 2020) и ситуационная ориентация (Колантаевская А. С., Гришина Н. В., Базаров Т. Ю., 2016), а различия в предпочтениях и выборе представляют собой очень важное направление для дальнейших исследований жизненных ориентаций.

Расширенный анализ мультиконтекстового понятия, которым являются жизненные ориентации, доказывает, что при их рассмотрении многие авторы стремились к тому, чтобы не только адекватно описать и классифицировать качество реальности, но и выявить, каким образом в ней может функционировать индивид. Неоднородность обоих предпосылок делает

возможным выделение двух других типов жизненных ориентаций: индивидуалистической и коллективистической (Кашапова Г. И., 2011), которые демонстрируют совершенно разный подход к функционированию личности в социальной реальности.

За прошедшие годы в результате проведенных исследований было создано множество значимых типологий жизненных ориентаций, которые нередко упоминаются в литературе. Немаловажным является социокультурный контекст, в котором формировались специфические типологии ориентации. Однако, несмотря на изменяющуюся реальность и динамичную социальную структуру, они могут служить теоретической основой для последующих типологий ориентаций, направленных на упорядочение возможностей личности при выборе ответа на вызовы внешней среды.

В связи с этим ниже будут представлены типологии жизненных ориентаций, которые по-разному отражают целостный подход человека к социальной реальности. С точки зрения жизненных целей индивида и их реализации важными понятиями, определяющими порядок поведения субъектов, являются упомянутые выше индивидуализм и коллективизм. Индивидуализм, как это следует из названия, предполагает, что человек имеет право на сохранение индивидуальности в процессе формирования своих целей, взглядов и поведения. Это значит, что в рамках данного подхода человек может найти правильный путь к тому, чтобы действовать социально позитивно, без постороннего вмешательства. Его не нужно принуждать или учить этому. Человек способен определять цели своей жизни, отвечать за нее и находить обоснование своих поступков (Жарова Е. Н., 2009).

С другой стороны, коллективизм представляет собой противоположное понятие, которое предполагает, что индивид должен участвовать в инициативах группы и подстраивать свои собственные оценки и взгляды под ее установки. Это означает, что в соответствии с этими установками человек

не может самостоятельно найти правильный путь к социально верному поведению. Он должен научиться подчинять свою волю мнению группы, которая не только определит вместо него, что важно, а что нет, но и освободит от ответственности за ошибочные решения, если они не противоречат общей модели поведения коллектива.

Не менее интересной и вневременной попыткой упорядочить подход индивида к миру являются идеи ученых, опирающихся на труды Э. Фромма (Фромм Э., 2012). По их мнению, ориентация «иметь» предполагает стремление к материальным ценностям и потребительство, в то время как противоположность этому образу жизни, то есть ориентация «быть», заключается в сосредоточении внимания на ценностях самореализации, позволяющих человеку обрести смысл своего бытия.

Для прогнозирования возможностей индивидуального и социально ориентированного развития особое значение будут иметь такие жизненные ориентации, которые более детально определяют конкретные жизненные цели индивидов. Это касается и ориентации на индивидуализм и коллективизм, располагающихся на полюсах оси «Я» индивида, причем индивидуалистическую ориентацию могут иметь не только люди, ориентированные на себя, но и те, кто ориентирован на первоначальную группу, с которой они максимально отождествляются. Таким образом, эмпирически обнаружить различия между индивидуалистической и коллективистской ориентацией достаточно сложно. На практике это измерение можно проследить только путем изучения отношений между собственной группой и другими компонентами существующей социальной структуры. Характерными для совместного коллективизма будут идентификация с группой и командная деятельность. С другой стороны, определяющим фактором индивидуалистической ориентации будут активные действия, предпринимаемые самостоятельно для реализации собственных или групповых интересов.

Другая пара жизненных ориентаций, предложенная несколькими учеными с опорой на разработанную Э. Фроммом теорию, включает продуктивную и рецептивно-претензионную ориентацию, где противоположности располагаются на оси творческого и потребительского поведения (Lorenzen S., 2019). В свою очередь, субъективная ориентация и ориентация на подчинение разграничивают пару «самоопределение» и «конформизм». Первая ориентация означает, что придерживающиеся ее субъекты стремятся к равенству социальных ролей. Вторая понимается как подчинение внешнему авторитету и базируется на иерархической социальной стратификации. Не менее важным здесь будет формирование противопоставления между инновационностью и консервативностью или активностью и пассивностью индивида. При этом между одной и другой крайними точками будет помещаться целый спектр особенностей индивидуального поведения и установок, которые могут содержать элементы, приближенные как к одному, так и к другому полюсам (Ильин В. А., Кондратьев М. Ю., 2012).

Несколько иной взгляд на жизненные ориентации представлен в работах, где во главу угла ставится деятельность человека, основанная на его безоговорочной преданности реализации различных ценностей. В первом случае жизненный путь личности пронизан размышлениями о себе и связан с критическим и субъектным отношением к миру. Во втором – напротив, он связан с восприятием жизни, себя и мира как большой игры. Ориентацию, противоположную указанной ранее, можно условно обозначить как ориентацию на людей, при которой содержанием деятельности индивида является воздействие, которое он способен оказывать на других. Эта ориентация отличает субъектов, которые с удовольствием и готовностью работают для достижения всеобщего блага в качестве волонтеров или сотрудников компаний и организаций. Наконец, ориентация на мир характеризуется стремлением индивида трансформировать объективную

реальность под себя и затем поддерживать ее. Представленная ориентация предполагает значительное давление извне (Ziller S., 1974).

При рассмотрении типологии жизненных ориентаций следует выделить ту, которая упорядочивает ориентации по ценностям, важным для индивида, обращая внимание, прежде всего, на роли, которые он может выполнять в обществе (Morris C. W., 1973). С точки зрения этого автора, существуют следующие подходы к ценностям: сохранение высших человеческих ценностей; стремление к внутренней независимости (свобода от давления людей и вещей); понимание людей и проявление доброты к ним; чувственная и эпикурейская жизнь; действие и наслаждение жизнью с людьми; постоянное изменение и формирование окружающей реальности; гармоничное объединение действий, познания и созерцания; беззаботное общение с людьми, здоровье и удовольствие; пассивное восприятие стимулов внешнего мира; самообладание и стоическое преодоление невзгод; анализ и рефлексия собственной жизни; смелые действия и риск и др.

Результатом переработки перечисленных ценностных установок применительно к жизненным ориентациям учеными были предложены ориентации, прежде всего характерные для молодежи. Первая из них направлена на удовлетворение основных материальных, эмоциональных и социальных потребностей. Она эгоцентрична и связана с самоограничением и объективацией. Вторая осуществляется путем владения определенными материальными благами, высоко ценимыми внутри группы, к которой принадлежит индивид (Ohtsubo Y., Yamaura K., 2022). Это тип ориентации, характерный для групп и систем, в которых наблюдается исчезновение ценностей, связанных с интеллектом, творчеством и этичностью. Третья является показателем ухода человека от социальной активности в пользу изменения мира. Отстраненность и пассивность по отношению к внешним факторам сочетаются с негативной оценкой мира. По мнению автора, самоограничение, присущее этой модели жизни, можно рассматривать с точки

зрения социального сопротивления. Перфекционистская ориентация характеризуется перфекционизмом в действии и выполнении социальных ролей. Мотивы такой ориентации могут быть интеллектуальными, эмоциональными или моральными. Тем не менее, они всегда связаны с уважением и признанием мастерства, совершенства, преодоления ущерба и решения задач (Lasalle M., Hess U., 2022).

Еще одна разновидность жизненных ориентаций – ориентация на счастье, долгое время оставалась предметом изучения философии, однако со временем вошла и в сферу интересов психологической науки, что способствовало появлению большого количества исследований данной проблемы (Sheldon K. M., Lyubomirsky S., 2021). Область позитивной психологии представляет особый интерес для исследования благоприятных аспектов жизни человеческих существ, таких как благополучие или счастье. Недавние работы показывают, что ориентация на счастье ценна для исследований в этой области, поскольку включает в себя три пути, или ориентации, которым люди следуют для достижения счастья в своей жизни: удовольствие, поиск смысла или цели и приверженность им (Peterson C., Park N., Seligman M. E., 2005).

Некоторые люди воспринимают счастье как возможность улучшить качество своей жизни, другие ищут его, чтобы справиться со своими проблемами. Независимо от причины, большинство людей стремятся к тому, чтобы стать более счастливыми (Uchida Y., Oishi S., 2016), то есть достичь оптимального состояния, формирующегося на основании позитивных сенсорных, аффективных и оценочных компонентов (Lyubomirsky S., King L., Diener E., 2005).

Исходная жизненная ориентация, характерная для индивида, состоит в стремлении к удовольствию, которое включает в себя выполнение действий, приносящих удовлетворение, и избегание тех, которые вызывают дискомфорт (Peterson C., Park N., Seligman M. E., 2005). Она направлено на максимальное

усиление и продление этого приятного ощущения и признается некоторыми исследователями не только сенсорным, но и безусловным типом жизненных ориентаций (O'Keefe T., 2007). Вторым важным аспектом, рассматриваемым в отношении жизненных ориентаций, – это смысл, счастье использования личных сильных сторон и способностей для достижения большего блага для себя и других (Park N., Peterson C., Ruch W., 2009). Он также возникает, когда человек преодолевает трудности в разных сферах своей жизни (Vittersø J., 2016), такие как выполнение какой-либо задачи на работе или завоевание спортивных наград. Что касается приверженности жизненным целям, то она приходит с принятием обязательств и более активным вовлечением индивида в деятельность сообщества (Peterson C., Park N., Seligman M. E., 2005). Этот тип жизненных ориентаций является динамичным процессом и зависит не от полученных результатов, а от вкуса к самому выполнению деятельности.

Выполнение действий, обеспечивающих достижение определенных жизненных ориентаций, способно воссоздать образ жизни, ориентированный на получение и сохранение длительного ощущения счастья и, следовательно, обеспечить понимание того, как человек может чувствовать большее удовлетворение от того, как живет. Вследствие этого взаимосвязь между приведенными показателями достаточно активно использовалась в позитивных вмешательствах, например, с использованием различных позитивных ориентаций или их комбинации с целью повышения благополучия отдельных лиц или социальных групп (Giannopoulos V. L., VellaBrodrick D. A., 2011). Более того, было доказано, что те, кто придерживается жизненных ориентаций на удовольствие, поиск смысла или цели и приверженность им, ощущают большее благополучие и удовлетворение жизнью как таковой (Beri N., Beri A., Sharma A., 2021).

Следует помнить, что счастье не обязательно зависит от материальных ценностей или эмоциональной и социальной стабильности. Тем не менее, контекст всегда влияет на него (Sheldon K. M., Lyubomirsky S., 2021).

Некоторые авторы описали, как социально-демографические характеристики связаны с жизненными ориентациями индивида. Первоначально считалось, что с возрастом удовлетворенность жизнью возрастает (Diener E., 2000). Однако недавние исследования показывают, что в возрасте от 20 до 50 лет люди испытывают меньше положительных эмоций (Blanchflower D. G., 2021).

Специфический подход к рассмотрению жизненных ориентаций, предложен Е. Ю. Коржовой, Субъект-объектные ориентации в жизненных ситуациях представляют собой базовые жизненные ориентации человека относительно жизненных ситуаций. Благодаря опроснику, разработанному Е. Ю. Коржовой, можно выявить компоненты базовых жизненных ориентаций, характерных для разных жизненных ситуаций. Базовые компоненты субъект-объектных ориентаций: трансситуационные изменчивость (стремление изменяться) – стабильность (стремление оставаться прежним); внутренний локус контроля (принятие ответственности) – внешний локус контроля (делегирование ответственности); направленность на освоение внутреннего мира (стремление к самосовершенствованию) – направленность на освоение внешнего мира (стремление к практической деятельности); подвижность (стремление к новизне) – инертность (стремление к привычному). Трансситуационная изменчивость, внутренний локус контроля, направленность на освоение внутреннего мира, подвижность свойственны личности с активной жизненной позицией (субъектная ориентация), а противоположные качества – жизненная стабильность, внешний локус контроля, направленность на освоение внешнего мира, инертность – описывают личность с пассивной жизненной позицией (объектная ориентация). «Субъектная» ориентация характеризуется выраженностью таких качеств как гибкость, общая интернальность, интернальность в области достижений и неудач, а также широтой временной транспективы, сопровождающейся «чувством радостной наполненности жизни». «Объектная» ориентация сопровождается ригидностью, общей

экстернальностью, экстернальностью в области достижений и неудач, узостью временной перспективы, отсутствием чувства полноты жизни (Коржова Е. Ю., 2002). Русская версия Опросника жизненных ориентаций, разработанная Е. Ю. Коржовой, способствовала переходу от качественного исследования к количественному, сделав исследование более убедительным благодаря визуализации данных.

В отличие от России, исследование жизненных ориентаций в Китае началось позже и в основном сосредоточено на исследовании ценностных ориентаций (Zhang T. G., Qu W. Y., Zhang Y. H., Lin L.C., 2004; Gao Y., Lin Z., Li Z., 1999). В 2007 году Лю Чжицзюнь и Чэнь Хуэйчан адаптировали шкалу жизненных ориентаций, разработанную Шейером и другими в 1994 году (刘志军, 陈会昌, 2007; Scheier M. F., Carver C. S., Bridges M. W, 1994), положив начало исследованиям жизненных ориентаций в китайской психологии. Однако этот вариант шкалы жизненной ориентации был применен только к учащимся средней школы, что накладывает определенные ограничения. В этой связи в Китае остро необходима психодиагностическая методика исследования жизненных ориентаций, предназначенная для общей популяции, что будет иметь важное значение для дальнейших количественных исследований в этой области.

1.2. Проблема качества жизни в психологии

1.2.1. Качество жизни как предмет психологического исследования

Одна из наиболее острых проблем, волнующих специалистов в области психологии образования в последние годы, связана с качеством жизни. Тем не менее, до сих пор отсутствует согласие в отношении того, какие области знания должны быть вовлечены в ее изучение и измерение (Owczarek K., 2010). В частности, подчеркивается, что хотя психологи и направили большие усилия

на создание инструментов измерения или оценки качества жизни, зачастую они не сопровождали их тематическим анализом концептуальных аспектов, лежащих в основе их работы (Gregery D., Johnston R., Pratt G. et al., 2009).

Эта ситуация способствовала появлению все большего количества информации, адекватная интерпретация которой затрудняется именно отсутствием общей теоретической основы, которая придавала бы ей смысл и концептуально обосновывала бы работу психолога в этой области. Невозможно начинать какие-либо рассуждения о качестве жизни отдельных людей, не упомянув предварительно, насколько тесно это понятие связано с развитием, достигнутым отдельными социальными группами (Кюнг Э., 1977). В то же время следует понимать, что в данном случае степень развития, достигнутая обществом, должна оцениваться не только на основе макроэкономических показателей, которые описывают общее состояние экономики нации или социальной группы, но также, и в первую очередь, на основе критериев, обеспечивающих конкретное существование социальных групп и индивидов, которые ее составляют (Felce D., Perry J., 1995).

Реальный доступ людей к образованию, медицинскому обслуживанию, достойному жилью, трудоустройству, отдыху и занятиям спортом, чистой окружающей среде, безопасности имущества, защите личности и свободному осуществлению гражданских прав, составляет существенную часть предмета анализа социального прогресса как контекста развития индивидов (Чуличков Е. А., 2009). Естественно, объективные условия социального существования индивидов, обусловленные их экономическими, политическими, культурными, экологическими и правовыми переменными, а также условия, связанные с их питанием и состоянием здоровья, составляют основу для отсчета, в рамках которого должен осуществляться любой анализ возможностей, необходимых людям для достижения разумного уровня качества жизни (Farquhar M., 1995).

Иными словами, под качеством жизни в таком случае подразумевается то, каким образом различные условия жизни сочетаются с психологическими аспектами, определяя особый способ существования конкретных людей. Исходя из вышесказанного, можно установить, что качество жизни может оцениваться как функциональный результат состояния биологических, социокультурных и психологических условий индивидов (Зараковский Г. М., 2009).

Очевидно, что исследования качества жизни не ограничиваются одной областью научного знания. В пределах аппарата одной науки не существует стандартного механизма, который мог бы определить, находится ли человек, в оптимальных условиях существования или нет (Haraldstad K. A., Wahl A., Andenæs R. et al, 2019). Качество жизни отдельных лиц не может быть установлено только на основе использования социально-экономических или демографических показателей, таких как уровень дохода, статус занятости, уровень образования, семейное положение, тип жилья, имущество и т. д. Для этого также требуется применение психологических методик (McGrath R. E., Carroll E. J., 2011).

Из общего определения, сформулированного выше, становится ясно, что такие разные дисциплины как биология, экология, антропология, экономика и, конечно же, психология, находят в понятии качества жизни сложный предмет исследования. Однако для того, чтобы вклад каждой дисциплины в изучение этого понятия был плодотворным, необходимо провести работу по концептуальному разграничению измерений, которым соответствует каждая из них, чтобы избежать категориальной и аналитической многозначности.

Социокультурные условия жизни человека вносят решающий вклад в определение реальной вселенной конкретных объектов, людей и обстоятельств, с которыми индивид вступает в повседневный контакт. Аналогичным образом, на взаимодействие с другими людьми, объектами, событиями и людьми, определяющими, как человек ведет себя в определенных ситуациях, также

вливают физическое и ментальное здоровье, наличие хронических заболеваний, нагрузки или ограничения, питание и т. д. (Азарова Л. Н., Бычкова Т. М., 2018). Однако ни социокультурные, ни физиологические условия сами по себе не исчерпывают определяющих факторов, на основании которых отдельные индивиды адаптируются к окружающей среде, и результатов, которые они оказывают как на внешнюю среду, так и на ее организацию. Факторы психологического порядка в этом контексте представляют собой элементы, которые завершают диапазон переменных, которые необходимо учитывать при анализе индивидуальной адаптации к окружающей среде и результатов в отношении того и другого, то есть качества жизни (Латышевская Н. И., Левченко Н. В., Канищева Е. В., Яхонтова Е. В., 2021). Участие психолога как специалиста по поведению в анализе индивидуальной адаптации к конкретным обстоятельствам окружающей среды, а также результатов, которые эта адаптация оказывает на окружающую среду и на сам организм, требует высокой степени концептуальной ясности в отношении точного измерения, которое в итоге влияет на поведение.

Различные подходы к определению, измерению и продвижению качества жизни можно разделить на два больших аналитических блока. В первую группу, соответствующую биомедицинской плоскости, можно отнести дефиниции, которые концентрируют свое внимание на индивидууме как организме и его биологических условиях существования и функционирования. С точки зрения своих основных целей, биомедицинские подходы в качестве основной задачи преследуют обеспечение условий, необходимых для сохранения физического здоровья, понимаемого как состояние, зависящее от болезни (Kaplan R. M., 2003). Медицинские услуги, как профилактические (первый уровень), так и лечебные (второй и третий уровни), представляют собой механизмы социальной организации профессионального вмешательства в целях сохранения здоровья, профилактики заболеваний, лечения и реабилитации.

Ко второй группе относятся концептуальные ориентации, рассматривающие качество жизни как вопрос, тесно связанный с культурными аспектами, которые обуславливают регулирующие социальные условия человеческой жизни на различных этапах ее исторического развития (Caron V., 2022). В этой второй группе признаются попытки определить условия коллективной жизни, способствующей сохранению среды (физической и социальной), в которой протекает жизнь групп, не как отдельных лиц, а как культурно сохранившихся коллективов. Законы об охране окружающей среды, об условиях труда, о правах человека, об общественном образовании, о репродуктивном здоровье и т. д. – вот лишь некоторые из способов, с помощью которых реализуется поддержка качества жизни с точки зрения второго подхода.

При этом как забота о биологическом здоровье индивидов как организмов, функционирование которых продиктовано эволюцией видов в филогенезе, так и интерес к анализу и изменению коллективных практик, культурно обусловленных социальными и исторически сложившимися условиями, представляют собой аналитические измерения, не противоречащие друг другу, но не соответствующие логической природе своей категориальной структуры и, следовательно, своих эмпирических референтов.

Уровень биомедицинского анализа и вмешательства относится к работе организмов, структура и функции которых определяются на филогенетическом уровне, который не признает уникальности индивидуумов (Чудосветова О. В., 2007). Со своей стороны, социокультурный уровень анализа отсылает к коллективным, популяционным продуктам и практикам, которые также концептуально не учитывают специфику конкретных людей.

В свою очередь, психология – это наука, которая, независимо от нюансов и различий, какие могут иметь ее теоретические и методологические формулировки, всегда имеет в качестве конечного эмпирического ориентира своих концепций именно конкретную практику отдельных индивидов. По этой

причине, и поскольку факты в науке эпистемологически обусловлены категориями и концептуальной логикой, свойственными каждой дисциплине, было бы неуместно использовать любую форму редукционизма, которая предполагала бы предварительную попытку объяснить психологическое измерение качества жизни на основе категорий, концепций, понятий и методов любой другой дисциплины.

Несомненно, поведение людей обусловлено биологической основой их личности, и, несомненно, исторически сложившиеся культурные обычаи, которые коллективно используются членами различных социальных групп, определяют и индивидуальное психологическое развитие (Мамедов Т. М., 2009). Однако психологически детерминированное поведение, даже если оно предполагает биологическую организацию и культурную среду, не может быть описано как функциональная инвариантность типа или популяционный практический подход. В психологическом аспекте поведение представляет собой функционирование биологического организма, функционально приспособленного к культурно сконструированным обстоятельствам (Staats A. W., 1994). В то же время функциональная адекватность индивидуального поведения развивается не в филогенезе и не в социальной истории группы, а в онтогенезе, т. е. в уникальной жизни каждого индивида, порождающей именно индивидуальность и специфичность личности (Котова И. Б., 2012).

В этом контексте можно признать фундаментальным психологическим измерением качества жизни именно индивидуальные практики, особенно те, которые:

- связаны с сохранением биологического здоровья либо как профилактика заболеваний, либо как практика, способствующая излечению и реабилитации;

- связаны с сохранением физической и социальной среды, которая определяет коллективно разделяемые практики как культуру (образование, работа, искусство, наука и т. д.).

Вследствие вышесказанного можно утверждать, что анализ психологического аспекта качества жизни органично связан с изучением способов, с помощью которых процессы исторической конфигурации психологического поведения приводят к эффективным формам (компетенциям) удовлетворения функциональных потребностей, которые формирует окружающая среда. Многомерный характер концепции качества жизни, то есть наличие факторов социокультурного, биологического и психологического характера в ее формировании, подразумевает, среди прочего, следующее:

1) качество жизни представляет собой вопрос, который не исчерпывается психологическим анализом;

2) качество жизни предусматривает как физическое здоровье, так и социальное благополучие (Васильева О. В., 2020);

3) психологический аспект качества жизни конкретизируется в индивидуальной практике в виде функционально значимых компетенций, необходимых для укрепления биологического здоровья и социального благополучия (Непомнящая В. А., 2004).

Однако многомерный характер качества жизни ни в коей мере не означает, что необходимо отказаться от концептуальной и методологической специфики психологического анализа, а, напротив, он требует дальнейшей аналитической проработки, с тем чтобы понять, что такое качество жизни с точки зрения психологической науки. При изучении и теоретическом обосновании психологии поведения человека необходимо учитывать биологические (анатомические и физиологические) особенности индивида, а также характеристики социальной среды, в которой он живет и развивается. Тем не менее, крайне важно совместить эти два измерения и их участие в структурировании психологического поведения и его трансформаций, чтобы

избежать любой формы концептуальной одноплановости, отменяющей собственно психологический анализ. Если признать, что способ взаимодействия индивидов с объектами, событиями и другими организмами и индивидуумами в окружающей их среде определяется исключительно биологической структурой и способами ее функционирования, получится, что психология превратится во вспомогательную дисциплину по отношению к физиологии. Ситуация была бы аналогичной, если бы психологическое развитие рассматривалось просто как онтогенетическое воспроизведение социального развития человека, поскольку таким образом оно сводилось бы к тому, что установлено в моделях социальных наук. Поскольку оба подхода не могут считаться полными, в настоящей работе предлагается считать, что биологическое функционирование организма и его описание соответствующими науками, так же, как и культурные характеристики социальных групп, описываемые дисциплинами, изучающими социологию, составляют пограничные аналитические аспекты психологической науки.

Психологическое, как мы понимаем его в настоящей работе, соответствует уровню описания, анализа и объяснения реальности, специфичность которого определяется типом событий и свойствами, которые он выбирает и абстрагирует в качестве своего концептуального объекта исследования, а также факторами, влияющими на его восприятие. Естественно, эта концептуальная специфичность диктует необходимость специфичности также в методологическом и в эмпирическом универсуме, выбранном для исследования психологического. Таким образом, психологическое, как и любой другой концептуальный объект научного исследования, представляет собой абстракцию свойств, событий и отношений реальности без какого-либо конкретного описания. По этой причине, хотя ни один психолог не может отрицать значимость анатомической структуры и физиологии изучаемых организмов (а в случае человека – социальных факторов), их

репрезентативные модели рассматривают последние не иначе как аналитические границы.

Итак, биологический аспект функционирования организма составляет основу психологического функционирования как исходный материал реактивных систем, расположение которых не рассматривается в межповеденческой перспективе, как зависящее только от естественных свойств стимулирующих объектов и их контекстов. Напротив, он выстраивается на основе нормативных измерений, которые принимаются в качестве поведенческих условностей. Это положение является основополагающим, поскольку оно способствует концептуальному разграничению социального измерения как составляющей психологического состояния человека и его развития.

Фундаментальной и определяющей характеристикой среды, с которой сталкивается индивид на протяжении всей жизни, является его социальная природа (Петрова С. И., 2017). Это означает, что функциональные свойства окружающей среды определяются не только ее физическими свойствами и пространственно-временными параметрами объектов и событий, происходящих в ней, но и общепринятой практикой групп в отношении этих сред. Именно вовлечение индивидов в эти конвенциональные практики представляет собой процесс социализации или их поведения, параллельный постепенному преодолению биологически запрограммированных реактивных инвариантов в филогенезе человеческого вида. Таким образом, хотя социальные факторы изначально включены в структурирование психологии человека в форме обычных реактивных систем, они не являются исчерпывающими. Существуют, по крайней мере, два других измерения, в которых социальная среда включается в психологическую плоскость исследований: с точки зрения критериев адекватности, эффективности, уместности, последовательности и согласованности, которые социальные группы предписывают поведению индивида на протяжении всего его развития

(Щербакова Л. Н., 2005); в том, что касается оценочного аспекта поведения как эффективной моральной практики, то есть с точки зрения убеждений в отношении человеческого участия (Батурин Н. А., Выбойщик И. В., 2008).

В первое из этих двух измерений следует включить набор ожиданий и требований, которые социальная группа предъявляет к тому, что индивид должен иметь возможность делать или говорить в каждый момент своего развития и/или в конкретных ситуациях. Фактически, именно в этом измерении социальная группа устанавливает критерии развития, которым индивид должен соответствовать. Это измерение представляет собой психологическую реальность, проявляющуюся в форме критериев достижения, которые социальная группа устанавливает в каждой интерактивной ситуации, в которой участвует индивид. Такие критерии различаются по типу и сложности (некоторые из них варьируются от простого соответствия пищевого поведения определенным графикам до выполнения заданий, включающих поведенческие навыки, столь же сложные, как и те, которые предусмотрены в некоторых образовательных ситуациях).

Во втором упомянутом измерении присутствуют ценностные критерии (положительный, отрицательный, нормальный, ненормальный, приемлемый, предосудительный, желательный, нежелательный и т. д.), которые социальная группа использует для оценки поведения индивида (Шатыр Ю. А. и др., 2017). В этой области можно найти значительную часть так называемых психологических проблем, которые традиционная клиническая психология и психоанализ приняли за предмет своей работы. Психологическая реальность представлений в этом измерении определяется нормативными моральными ценностями поведения индивидов в таких разнообразных областях, как гендерные роли, гигиенические привычки, семейные отношения и т. д.

Итак, психологические особенности личности имеют биологические предпосылки и основаны на социальном характере окружающей среды, с которой он сталкивается с момента своего рождения. Кроме того, требуется

учитывать два пограничных аспекта: психологические аспекты поведения, задаваемые в ходе исторического процесса контактов с окружающей средой и включающие критерии адекватности и уместности и т. д., дополненные оценочными суждениями самого индивида. Из этого следует, что окружающая среда структурируется на основе социальных критериев, которые принимают форму убеждений, ожиданий и требований социальной группы в отношении поведения ее отдельных членов.

Поскольку поведение не возникает естественным образом в соответствии с установленными критериями, социальные группы разрабатывают стратегии, направленные на то, чтобы эта адаптация была достигнута наилучшим образом. Некоторые из таких стратегий институционализированы в виде формальных образовательных программ, программ реабилитации, профилактики и т. д. Однако некоторые являются менее формализованными и, следовательно, более изменчивыми ввиду меньшего контроля со стороны группы. Эти стратегии обычно устанавливаются на ранних стадиях развития индивидов и реализуются в нестандартизированной среде воспитания. Важность ранних взаимодействий в структурировании реактивных систем, стилей взаимодействия и принятии оценочных критериев в психологическом развитии была подтверждена различными теоретическими и методологическими психологическими подходами. Несмотря на это, вопрос о том, как семейные взаимодействия в процессе воспитания влияют на психологическое развитие, в целом недостаточно изучен (Parke M., 2003).

Во многих исследованиях семья рассматривается как своего рода интерфейс между социальным и психологическим, потому что именно в ее рамках происходит первоначальный процесс социализации новых представителей нашего вида, то есть их приобщение к общепринятым нормам поведения и практикам, являющимся наиболее распространенными (Топеха Т. А., 2015). В этом смысле семья является своего рода представителем

социальной группы, несущая ответственность за его надлежащее формирование и интеграцию. Разумеется, под семьей следует понимать не группу лиц с аффилированными отношениями, которые признаются таковыми гражданским законодательством, а тех, кто отвечает за заботу и уход за ребенком и с кем он устанавливает свои первые отношения. Таким образом, семья психологически определяется не кровными отношениями, а отношениями взаимного обмена и влияния, которые устанавливаются для того, чтобы происходил процесс социализации.

Факторы, влияющие на определение того, каким образом члены группы вовлекаются и участвуют в формировании условий, способствующих психологическому развитию индивида, столь же разнообразны, как и их убеждения и представления о семье и здоровье, ролях, которым должны соответствовать ее члены, их чувствительность к поведению других, распространенные и принятые модели поведения и др. (Ушкова Ю. В., 2016).

Очевидно, критерии достижений, которые устанавливает группа, а также навыки и умения, необходимые и подготовленные для удовлетворения этих критериев, критически связаны с возможностями людей приспосабливаться к повседневным ситуациям своего существования таким образом, чтобы в результате не получить негативного влияния на их собственное физическое и психологическое здоровье или благополучие других.

Это означает, что поведенческие элементы и процессы, которые необходимо учитывать при анализе психологического измерения качества жизни, включают следующие:

- 1) доступные поведенческие компетенции (Шапошникова Т. Т. и др., 2020);
- 2) интерактивные стили личности (Валиулина Е. В., 2020);
- 3) критерии соответствия, которые предъявляются интерактивными ситуациями (Moudjahid A., Abdarrazak B., Buheji M., 2019).

Эти элементы интегрированы в процесс взаимодействия, которое влияет на социальную среду и на сам организм. Конечно, результаты этого общего процесса, в крайнем случае, могут привести к ухудшению или потере здоровья и социального благополучия. Ниже более подробно описаны упомянутые элементы и способы их реализации. Поведенческие компетенции описывают морфологическую адекватность деятельности индивидов конкретным обстоятельствам в ситуации, предполагающей наличие критерия достижения, которому они должны соответствовать. Поведенческие компетенции в этом смысле представляют собой эффективные формы поведения, которые развиваются индивидами для удовлетворения функциональных потребностей партнера.

Со своей стороны, концепция интерактивных стилей относится к последовательным и относительно инвариантным способам взаимодействия индивидов с конкретными функциональными обстоятельствами. Неизменность того, как индивиды вступают в первоначальный контакт с функциональными свойствами ситуаций, в которых они взаимодействуют, также определяется интерактивной историей индивидов, и способствует определению того, как взаимодействуя, индивиды оказывают влияние на окружающую среду и как это может способствовать ухудшению или улучшению качества жизни как самого человека, так и других. Определение интерактивных стилей относится не к тому, что традиционно называют личностными характеристиками, а к условной структуре ситуации, с которой субъект сталкивается инвариантным образом.

К интерактивным стилям, наиболее актуальным для улучшения качества жизни, относятся следующие:

- принятие решений, то есть ситуация с двумя или более несовместимыми или непредсказуемыми исходами (Войнова В. И., Костина Л. А., Сергеева М. А., Кубекова А. С., 2019);

- толерантность к двусмысленности, то есть ситуация с явным требованием, несовместимым с согласованностью (Белых Т. В., 2017);
- настойчивость или достижение, то есть ситуация с постепенно повышающимися поведенческими требованиями (Воробьева А. А., 2015);
- фрустрационная толерантность, то есть ситуация, при которой последствия оказываются меньшими, чем ожидалось (Мишина М. М., Перовщикова Г. С., 2018);
- гибкость в отношении изменений, то есть ситуация с непредсказуемо меняющимися исходами;
- склонность к правонарушениям, то есть ситуация с двумя исходами, один из которых является разрешенным, а другой – запрещенным (Лопаева Н. С., Лопаева Т. М., 2024);
- любопытство, то есть ситуация с вариантами ответа, количество которых возрастает в зависимости от активности человека (Меньшикова Е. А., 2009);
- склонность к риску, то есть ситуация с вариантами постоянных и переменных последствий (Попов А. А., Петров И. К., 2018);
- реагирование на новые непредвиденные обстоятельства, то есть выбор с учетом дополнительных непредвиденных обстоятельств;
- импульсивность и самоконтроль, то есть ситуация с постоянными вариантами ответов и следствий, с совокупными признаками непредсказуемых последствий (Neef N. A., Neef D. F., Bocard Endo S., 2001);
- уменьшение конфликтности, то есть ситуация с неизбежными вариантами ответа, но с противоречивыми сигналами (Кузьмина О. Г., 2013).

Критерии приспособления, которые применяются в интерактивных ситуациях, часто определяют, какие компетенции функционально актуальны в

каждом конкретном случае. Функциональное соответствие компетенций критериям в каждой области определило бы наилучшее качество жизни, в то время как отсутствие соответствия установило бы определяющие условия низкого качества жизни.

В соответствии с этим качество жизни, оцениваемое как положительное или хорошее, подразумевает как сохранение и/или укрепление физического здоровья, так и сохранение социальных условий, характерных для социального благополучия. Эти результаты адаптации индивидуального поведения к ситуациям, в которых оно имеет место, критически зависят от того, развивает ли субъект в таких ситуациях компетенции, функционально соответствующие критериям адаптации или достижения, которые устанавливаются в таких случаях. В противоположном смысле несоответствие между имеющимися компетенциями и критерием достижения, который налагается в различных ситуациях, будет означать нефункциональное соответствие между поведением и ситуацией, что, в свою очередь, приведет к низкому качеству жизни. Таким образом, качество жизни является многомерным явлением, а природа его компонентов варьирует от биологических до социокультурных и естественным образом проходит через психологические границы. В силу этого ни одна конкретная дисциплина не может исчерпать анализ своих детерминант и, следовательно, самостоятельно определить соответствующие механизмы оценки этого концепта.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод о том, что не существует универсальных и инвариантных стандартов качества жизни, поскольку все они относятся к конкретным социально-историческим условиям каждой социальной группы, определяющим индивидуальное психологическое развитие. Вследствие этого качество жизни можно понимать как функциональный результат совокупного состояния биологических, социокультурных и психологических условий индивидов, определяющих то, как они приспосабливаются к повседневным ситуациям, в которых их

поведение, как способ практического существования, влияет на качество жизни (Коростелева Т. В., 2020). Функции психолога в области изучения качества жизни по этим причинам должны быть сосредоточены на анализе способов онтогенетической конфигурации компетенций и интерактивных стилей, относящихся к областям, имеющим отношение к сохранению здоровья и социального благополучия.

1.2.2. Современное состояние исследований качества жизни

Люди никогда не прекращали стремиться к высокому качеству жизни. Уже в древней философии Платон утверждал, что для достижения достойного качества жизни необходимо создать «идеальное государство». Аристотель понимал качество жизни как «высшее благо», которое связано с моралью, интеллектом, социальной жизнью и физическим здоровьем, что получило значительное внимание в образовательном процессе. Однако такая интерпретация является чрезмерно идеалистической и спорной.

Академическое сообщество в целом согласно с тем, что исследования качества жизни изначально появились в западных развитых странах, таких как США, где экономическое и социальное развитие достигло определенного уровня, и необходимость улучшения качества жизни стала всеобщим требованием. Исследования, изначально сосредоточенные на жизненных показателях, постепенно расширились до изучения качества жизни. В 1927 году американский ученый Уильям Огбрун начал проявлять интерес к теме качества жизни; в 1933 году он возглавил исследовательский центр Хувера и опубликовал монографию «Recent Social Trends in the United States», сосредоточенную на аспектах жизни в Америке. В течение следующих 20 лет его последователи опубликовали множество значимых работ по социальным тенденциям, в результате чего исследования качества жизни и социальных индикаторов стали двумя главными направлениями. В то же время более

широкое применение указанного термина началось на двадцать лет позже и достаточно долго соотносилось исключительно с социологией, в рамках которой осуществлялся сбор таких данных как социально-экономический статус, уровень образования, место проживания и др. (Vognar G., 2005).

В 1958 году американский экономист Гэлбрейт первым ввел понятие качества жизни в своей книге «The Affluent Society» (Kristol I., 1958), и с тех пор он признается основателем исследований в этой области. Этот концепт возник на фоне высокой степени жизни американских граждан, однако осознание того, что высокий экономический рост не всегда приводит к ожидаемому счастью, стало важным (Li X. J., 1995). С 1960 года термин «качество жизни» начал постепенно появляться в академической литературе. В 1964 году Пауэлл выпустил сборник "Социальные индикаторы", что способствовало дальнейшему росту интереса к качеству жизни. Н. Cantril (1965) опубликовал сопоставительные исследования по удовлетворенности жизнью и благополучию в 13 странах.

Еще позднее был создан известный текст (Campbell A., Converse P. E., Rodgers W. L., 1976) под названием «Качество американской жизни: восприятие, оценка и удовлетворение», ставший результатом исследования, начатого в 1971 году Институтом социальных исследований (ISR) Мичиганского университета.

Работа авторов была основана на том, что отношения между так называемыми объективными условиями и психологическими состояниями были несовершенными, и поэтому, чтобы узнать о качестве жизненного опыта человека, необходимо было попросить его описать, как он себя чувствовал. В исследовании рассматривалась удовлетворенность жизнью в целом и использовалась шкала, охватывающая 17 сфер жизни, которые составили индекс качества жизни. В указанной работе понятие качества жизни было эквивалентно понятию благополучия, а благополучие включало: счастье,

удовлетворенность жизнью, привязанности, стресс, беспокойство и личные компетенции.

Авторы отметили, что оценка, которую люди давали относительно своего уровня неудовлетворенности, была результатом сравнения, которое они проводили между своей оценкой или оценкой работодателя и их текущим положением. Наконец, они отметили, что поскольку это было первое исследование, они не рекомендовали его прямое использование для выработки государственной политики, но стимулировали исследовательские группы продолжать работу, предлагая лицам, ответственным за разработку политики, обратить внимание на этот новый тип исследований.

Американский экономист W. Rostow (1971) в своей книге «Politics and the Stages of Growth» глубоко исследовал вопросы, касающиеся качества жизни, и выработал свою теорию, согласно которой любая страна проходит определенные стадии экономического роста, отражающие характеристики потребления. Это способствовало смещению акцента с «количества» на «качество», где «качество» стало равнозначным качеству жизни. W. L. Rodgers и P. E. Converse (1975) провели выборочное исследование, сосредоточенное на исследовании качества жизни, изучая удовлетворенность по 15 аспектам жизни и общую жизненную удовлетворенность. В 1976 году Хоффман и Лаутнер расширили исследования качества жизни, выйдя на международный уровень и создав сборник статей в этой области. В последующие годы исследования взаимосвязи качества жизни, удовлетворенности и счастья стали более разнообразными и обширными.

В 1995 году, было основано Международное общество исследований качества жизни (ISQOLS) с общей целью стимулировать развитие исследований качества жизни во всем мире, подразумевавшее расширение междисциплинарных исследований в области психологии, медицины, политики, социальной сферы и других дисциплин, заинтересованных в изучении развития и трансформации окружающей среды.

В 1998 году ISQOLS подготовила документ с названием «Определение качества жизни и его терминологический аппарат. Дискуссионный документ Международного общества исследований качества жизни». Работа по его созданию координировалась президентом организации Б. Каммингсом и отражала результаты обсуждения участников психологического диспута, впервые обратившихся к рассмотрению этой темы с точки зрения психологии и в заключение признавших, что качество жизни можно измерить как на субъективном, так и на объективном уровне.

Несколько позднее Дж. Виттерсо поднял вопрос о необходимости разделения объективного и субъективного компонентов качества жизни, считая, что личное благополучие является более ограниченным понятием, чем понятие качества жизни, и выступает средством понимания субъектов, их чувств, мотивов, мыслей и действий (Vittersø J., 2004).

Таким образом, сформировалась сложная концепция, которая относится к физическому здоровью, психологической ситуации, уровню независимости, социальным отношениям и отношениям с окружающей средой (WHOQOL, 1995). Поскольку люди по-разному оценивают свои жизненные обстоятельства в зависимости от ожиданий, ценностей и предыдущего опыта, исследования качества жизни признают значимость этих различий (Bramston P., 2001).

Постепенно интерес к изучению качества жизни и его соотнесенности с физическим и ментальным благополучием возник и у психологов, предположивших, что с его помощью можно оценить более абстрактные понятия счастья и удовлетворенности (Haas E. R., Madson K. C., 2012). При этом ввиду того, что с точки зрения психологической науки термин «качество жизни» с самого начала демонстрировал устойчивую соотнесенность с другими переменными, характеризующими благополучие в самом широком смысле, многие исследователи предпочли отказаться от его конкретизации, породив тем самым множество разнообразных трактовок, включающих удовлетворенность жизнью, объективное и субъективное благополучие,

самооценку здоровья, состояние здоровья, психическое здоровье, счастье, способность приспосабливаться, функциональный статус, жизненные ценности и т. д. (Meeberg G. A., 1993).

Начиная с 1990х годов Всемирная организация здравоохранения проводила разработку шкал в исследовательских центрах, более чем в 20 культурно различных стран и регионов. В каждом из этих центров участвовало более 300 человек, а в результате было получено 236 позиций, которые они систематически проверяли, сопоставляли и в итоге разработали 100 пунктов качества жизни, знаменитый WHOQOL100 (Whoqol Group, 1998).

Mark Rapley (2003) выпустил книгу «Quality of Life Research : a Critical Introduction», которая стала первым критическим обзором концепции качества жизни и способов ее исследования. В книге используется междисциплинарный подход, охватывающий различные аспекты и применения этой концепции – от расчета скорректированных по качеству жизни лет до анализа диалогов, от оценки качества жизни на национальном уровне до культурно-антропологических исследований качества жизни отдельных инвалидов. Эта авторитетная работа заполнила значительный пробел в обучении и исследовании, обеспечивая доступное критическое введение в данную область. Она подходит как для исследователей, так и для студентов социологии, психологии, общественного здоровья и ухода, экономики здоровья, политологии и медицины, предоставляя им базовые знания о качестве жизни. Книга оказала значительное влияние и в 2012 году была переведена на китайский язык исследователем Чжоу Чанчунем и другими.

Начиная с 1990-х годов, термин «качество жизни» стал заметно чаще использоваться применительно к жизненной ориентации индивида, поскольку проводившиеся с того времени исследования доказали, что отношение к жизни, ее восприятие и взгляды человека влияют на его здоровье (Katschnig H., 2006). После этого связь между психическим здоровьем и качеством жизни среди

населения в целом была продемонстрирована во многих других работах. В частности, тех, где выявлялась связь между жизненными ориентациями и качеством жизни учащихся высших учебных заведений (Трошкова Е. А., 2012).

М. В. Coomans (2019) и другие опубликовали книгу «Quality of Life and Cognition», в которой всесторонне исследуется качество жизни и познание. В том же году вышла книга «Life Satisfaction and Quality of Life» (Han H., Jung Y. M., Xiong X., 2019), в которой дается систематическое исследование связи между удовлетворенностью жизнью и качеством жизни. Т. М. Power (2020) опубликовал книгу «The Economic Value of the Quality of Life», в которой рассматривается экономическая ценность качества жизни. В последние годы ученые опубликовали множество работ о качестве жизни, заложив прочный фундамент для теоретического его изучения.

Приведем некоторые из интерпретаций, доступных к настоящему моменту, и рассмотрим их более подробно. Шведский специалист Й. О. Хорнквист определял качество жизни с точки зрения удовлетворения потребностей в физической, психологической, социальной, производственной, материальной и структурной областях (Hörnquist J. O., 1982), в дополнение к которым Б. Хаас предлагал учитывать разноплановую оценку жизненных обстоятельств в единстве с культурным и ценностным контекстом, к которому они принадлежат (Haas E. R., Madson K. C., 2012).

Т. М. Гилл и А. Р. Фейнштейн, проводившие в середине 1990х гг. анализ работ, освещавших вопросы качества жизни и сопряженных с ним показателей, пришли к выводу, что в более чем 50% случаев их коллеги в принципе не стремились к тому, чтобы дать определение обозначенному термину, еще 25% предпочитали размытые формулировки, наконец, лишь 35% из них подводили под содержащееся в исследовании определение серьезное концептуальное обоснование (Gill T. M., Feinstein A. R., 1994).

К. Ч. Кальман считал, что качество жизни включает удовлетворение, радость и способность противостоять обстоятельствам внешней среды, наряду

с ожиданиями индивида, проистекающими из его личного опыта (Calman K. C., 1984). К. Е. Ферранс, оценивавший индекс качества жизни и его колебания среди онкобольных, понимал под описываемым термином личное благополучие, обусловленное удовлетворенностью или неудовлетворенностью теми сферами жизни, которые каждый из испытуемых воспринимал как приоритетные (Ferrans C. E., 1985). Д. А. Бигеллоу и др. видели в качестве жизни сочетание удовлетворения потребностей и субъективной оценки благосостояния (Bigelow D. A., McFarland V. H., Olson M. M., 1991).

В современной науке индикаторы качества жизни принято разделять на объективные и субъективные, относя к первым конкретные статистические данные, получаемые путем оценки реальных материальных благ, а ко вторым те, «которые относятся к чувствам, убеждениям, установкам, предпочтениям, мнениям и т. п.» (Лебедева Н. В., Васильева Е. Д., 2023). С этой точки зрения качество жизни эквивалентно сумме показателей условий жизни человека, таких как физическое здоровье, условия жизни, социальные отношения, функциональная деятельность или род занятий. Это значит, что оно зависит не только от собственных ресурсов, но и от особенностей социально-политической среды, в том смысле, что она может как благоприятствовать его формированию, так и заметно снижать его и в объективном, и в субъективном плане (Shen S. M., Lai Y. L., 1998).

По этому поводу Р. А. Каммингс писал, что субъективное и объективное измерения качества жизни одинаково важны при проведении научных изысканий, поскольку они в значительной степени влияют друг на друга. Причем зависимость между ними является прямо пропорциональной, так как первое возрастает, когда объективные условия жизни ухудшаются (Cummins R. A., 2005). Это подтверждается, в частности, исследованиями, проводившимися в России и за рубежом, посредством которых удалось выявить взаимосвязь между распространенностью сердечно-сосудистых

заболеваний, а также объективными (условия жизни, финансовая состоятельность) и субъективными (удовлетворенностью собой и жизнью в целом) индикаторами качества жизни (Huppert F. A., Whittington J. E., 2003; Максимов С. А. и др., 2012).

Приведенный краткий обзор подтверждает, что в данный момент научное сообщество не достигло согласия относительно того, какие базовые критерии оценки надлежит использовать при изучении качества жизни. Можно утверждать, что субъективное качество жизни, воспринимаемое индивидом, во многом конституируется когнитивными процессами, связанными с оценкой человеком как своих объективных условий жизни, так и степени удовлетворенности каждым из них (Smith K. W., Avis N. E., Assman S. F., 1999). Между тем, многие исследователи отмечали, что для психологии «удовлетворенность» представляет собой слишком размытый термин, не только близкий по смыслу с «благополучием» и «социальным благополучием», но и обладающий ярко выраженным вероятностным компонентом, требующим от индивида предварительного принятия возможности и/или невозможности достижения желаемых благ. Иными словами, они указывали на то, что удовлетворенность непременно сопряжена с реальной и потенциальной плоскостью существования, то есть содержит внутри себя несоответствие, опосредующее субъективное восприятие качества жизни отдельными субъектами, дополненное всесторонностью (Diener E., 2000) и соотношением положительных и отрицательных эмоций (Andrews F. M., Withey S. B., 1974).

Необычный взгляд на качество жизни представлен в работе Р. Венховена, вводящего в оборот такие специфические категории как пригодность для жизни в окружающей среде, к которой относятся характеристики, связанные с тем, что в экономике принято называть уровнем жизни, и жизненную способность индивида, включающей его внутренние жизненные возможности, с помощью которых он может решать проблемы (по сути его адаптационный потенциал). Еще одной категорией, выделенной этим автором, является

жизненная полезность, предусматривающая, что проживаемая человеком жизнь приносит пользу не только лично ему, но и социуму, частью которого он является. Наконец, последней категорией, учитываемой Р. Верховеном, выступает субъективная оценка жизни, выражаемая в форме субъективного благополучия, общей удовлетворенности жизнью и даже максимально широким концептом «счастье», связанным скорее с философией (Veenhoven R., 2000).

По мнению Леви, качество жизни – это комплексная мера состояния хорошо приспособленных физических, психических и социальных аспектов, воспринимаемых человеком, и его измерение выражается в терминах благополучия, удовлетворенности или довольства. Согласно точке зрения Ааронсона, качество жизни включает в себя психологический и социальный статус, осознание здоровья, а также симптомы, связанные с болезнью и лечением. В статье «Показатели социального развития в столице и методы их оценки» отмечается, что «качество жизни – это комплексная мера преимуществ и недостатков жизни, как с точки зрения материального уровня, так и духовно-нравственных измерений, причем материальные условия являются основой, а улучшение качества жизни способствует развитию материальных условий» (社会发展指标及评价方法课题组, 1987).

Кроме того, ученые разных стран по-разному понимают качество жизни. Согласно первой точке зрения, которой придерживаются ученые развитых стран во главе с США, качество жизни понимается с точки зрения субъективных ощущений, уделяется больше внимания субъективным показателям отношения к жизни и удовлетворенности ею. Согласно второй точке зрения, акцент ставится на объективной стороне материальной и духовной жизни; предполагается, что уровень качества жизни людей зависит от объективных ресурсов, в которых люди нуждаются. Поэтому объективные показатели, такие как измерение одежды, еды, жилья и транспорта, используются для отражения условий жизни людей, но не отбрасывают их

субъективные чувства. Однако, поскольку это измерение считается основанным на уровне ожидания субъективных чувств, а значит, варьируется от человека к человеку, оно не может быть использовано в качестве универсального стандарта. Его нельзя изучать детально. Третья точка зрения – это синтез двух вышеуказанных точек зрения, которая предполагает, что качество жизни складывается из субъективных ощущений людей по поводу жизни и объективных условий, которые на нее влияют.

Обобщая вышесказанное, можно сформулировать следующие компоненты качества жизни, выделяемые в современной психологической науке:

- чувство удовлетворенности жизнью в целом;
- когнитивная способность оценивать свою жизнь как удовлетворительную или неудовлетворительную;
- приемлемое состояние физического, психического, социального и эмоционального здоровья, определяемое индивидами самостоятельно;
- объективная оценка человеком собственных условий жизни (Meeberg G. A., 1993).
- эволюционирующий продукт, который меняется с течением времени и в зависимости от социального контекста.

Качество жизни определяется социальной структурой, которую можно рассматривать с точки зрения демографических характеристик, культурных моделей, психосоциальных показателей сообщества, а также особенностей государственных и частных институтов, которые развивают свою деятельность в этом контексте (Ferris A. L., 2010). Именно в этом смысле Б. Камминс и Дж. Кэхилл предположили, что качество жизни определяется культурой.

Также можно сделать вывод, что качество жизни представляет собой субъективную концепцию, отражающую индивидуальную точку зрения на благополучие и функционирование каждого субъекта (Kreitler S., Nive M., 2007). Это феноменологическая конструкция, которая дает представление о

ситуации, не объясняя, почему и как она возникла, носящая эмпирический и оценочный характер, подразумевающий суждение без какихлибо попыток связать его с объективными переменными. Эта конструкция динамична, гибка и значима для каждого субъекта, так как основана не только на глобальном измерении, но и на конкретных областях, определенных как составляющие качества жизни.

В 2001 году Б. Камминс и др. составили «Индекс благосостояния» (WBI), инструмент, который получил более широкое международное распространение. Он состоял из двух шкал Лайкерта с оценкой от 0 до 10. Первая использовалась для анализа личного благополучия и измеряет уровень удовлетворенности отдельного субъекта своей жизнью на личном уровне, в то время как вторая шкала измеряла уровень удовлетворенности субъекта своей жизнью в стране, то есть могла быть использована для оценки национального благополучия. Оба опросника отличались высоким уровнем надежности и вплоть до сегодняшнего дня используется во многих странах при оценке качества жизни (Cummins R. A., 2005).

Несмотря на многочисленные попытки определить понятие «качество жизни», эксперты не пришли к единому мнению по этому вопросу. Определение качества жизни, данное Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ), как и определение здоровья, является одним из наиболее полных: «Качество жизни это восприятие людьми своего положения в жизни в зависимости от культурных особенностей и систем ценностей и в связи с их целями, ожиданиями, стандартами и проблемами». Это сложное понятие, подверженное комплексному влиянию таких факторов, как физическое здоровье человека, его психологическое состояние, степень независимости, социальные отношения, личные убеждения и их зависимость от характеристик окружающей среды (Bonomi A. E., Patrick D. L., Bushnell D. M., Martin M., 2000) В 2004 году Н. Шах и Н. Маркс составили манифест благосостояния, в котором был поднят вопрос о том, что правительства могут

сделать для улучшения качества жизни населения. Авторы определили, что качество жизни содержит два личных измерения и одно, относящееся к социальному контакту. Личные качества соответствуют удовлетворенности жизнью, которая включает в себя удовольствие и наслаждение, и личностному развитию, которое определяется как приверженность жизни, рост самостоятельности и ощущение того, что жизнь имеет смысл. Социальное измерение относится к чувству принадлежности к сообществу, позитивному отношению к другим, чувству приверженности группе и сотрудничеству в ее развитии (Marks N. A., Shah H., 2004). Иными словами, они пришли к выводу, что благополучие не сводится к пассивному счастью, а включает в себя множество психологических переменных разной степени значимости. Эти авторы объясняют, что одной из целей демократического общества является содействие хорошей жизни граждан, достижение того, чтобы люди чувствовали себя счастливыми, здоровыми, способными сделать мир лучше, то есть чтобы они чувствовали высокий уровень благосостояния.

С опорой на их опыт во многих странах мира началась работа, ориентированная на создание новой шкалы, рассчитанной на более точное измерение уровня удовлетворенности людей качеством жизни в стране, которая будет включать показатели региональной значимости. Создание таких шкал важно ввиду того, что до этого интерес исследователей был сосредоточен на достижении обобщений, и этот процесс в большинстве случаев представлял индикаторы изолированными от их историко-социального контекста развития. В этом смысле Ч. Тейлор отмечал, что универсальность показателей не является постоянным критерием, поскольку показатели не могут быть оценены вне контекста их культуры (Taylor C., 1993). Следуя этой идее, возник интерес к построению показателей по регионам, а не на международном уровне, таким образом, чтобы работа с показателями позволяла собрать данные, принимающие во внимание экономические, политические и психосоциальные аспекты.

Связь между теоретическими подходами к качеству жизни и исследованиями в области позитивной психологии нашла свое выражение в работах многих известных специалистов (Veenhoven R., 2000). Именно они изучали психологические корреляции качества жизни с акцентом на положительные личностные характеристики: эмоциональные и духовные ресурсы, способствующие улучшению качества жизни у групп общественности, проходящих через переломные этапы жизненного цикла, способные влиять на их состояние.

Эфклидес и Ф. Цорбацудис, например, считают особенно важным изучение человеческих ресурсов и психологических механизмов, которые взаимодействуют между внешними факторами и субъективным благополучием (Efklides A., Tsorbatzoudis T., 2006). Таким образом, с описательного уровня они переходят к рассмотрению того, как взаимодействуют индивиды в периоды кризисов, с целью определения уровня адаптации каждого человека и его качества жизни.

Что касается позитивной психологии, то она работает на трех уровнях: субъективном, индивидуальном и групповом (Бонивелл И., 2010). Первый включает изучение положительного опыта, такого как благополучие, удовлетворение, счастье и другие. Второй посвящен определению составляющих элементов хорошей жизни и личностных качеств, необходимых для того, чтобы быть хорошим человеком. На третьем уровне основное внимание уделяется гражданским добродетелям, социальной ответственности, вежливости, этике и другим факторам, которые могли бы способствовать развитию государства и общества (Bonniwell I., Osin E., Linley P. A., Ivanchenko G. V., 2006).

Иными словами, в настоящее время эта концепция качества жизни в психологической науке подразумевает участие граждан в оценке того, что их затрагивает. Таким образом, она имеет политическое значение, внося вклад в изучение благосостояния людей с точки зрения и физического благополучия, и

психологического, поскольку связывает материальные потребности с социально-аффективными и интегрирует психологические и социальные измерения восприятия и оценки собственного опыта субъектов. Психология как специфическая область исследований внесла свой вклад в исследование качества жизни с помощью таких концептов как удовлетворенность жизнью и субъективное благополучие. Перспектива позитивной психологии в исследованиях качества жизни сформировалась как взгляд, позволяющий узнать психологические корреляты качества жизни с акцентом на положительные качества людей, дающие им возможность противостоять изменениям повседневной жизни, кризисам и невзгодам.

1.3. Психологические особенности студенчества

1.3.1. Психологические особенности китайских студентов

Студенчество – это социальная группа, для которой характерны особые условия повседневной жизни, деятельности и организации быта. Как любую другую ограниченную в пространственном и/или временном отношении группу его отличают особенности поведения, личностные характеристики и система ценностей (Мазкина О. Б., 2020). Психологические особенности студентов разных стран имеют свою специфику. В настоящем исследовании мы сравниваем психологические особенности китайских и российских студентов.

Китайская культура отличается выраженным своеобразием. В формировании жизненных ориентаций китайцев можно отметить значительное влияние как традиций, так и современных тенденций в обществе и политике. Следование традиционным патриархальным ценностям, ориентация на социум сочетается с ориентацией на личные интересы, саморазвитие и получение жизненных благ (Коржова Е. Ю., Дун Я., 2020).

С созданием нового социалистического Китая и быстрым развитием, вызванным реформами, начавшимися более 40 лет назад, КНР прошла путь от бедной и зависимой страны до современного и готового отстаивать свою правоту государства. Разумеется, такие глобальные перемены не могли не отразиться на психологических особенностях и поведении китайцев, относящихся к разным общественным и возрастным группам. В результате в фокусе научного сообщества постепенно оказались не только экономические и социальные изменения, происходящие в стране, но и их влияние на личностные характеристики ее граждан.

Существующие исследования, проводившиеся преимущественно внутри страны, охватывают довольно широкий круг общественных групп и включают студентов, преподавателей, рабочих, военнослужащих, служащих компаний и т. д. Поскольку разные группы имеют разные демографические, социологические и психологические характеристики и пребывают в разной социальной и экологической среде, тенденции психологических и поведенческих изменений, происходящих с ними во многом различны. При этом многие исследования позволяют сделать вывод о влиянии социальных изменений на основании сравнения психологических особенностей студентов китайских университетов, обучавшихся в них в разные периоды (辛自强, 辛素飞, 张梅., 2011). Результаты, полученные с помощью этого метода, обычно подвержены влиянию времени, тем не менее, некоторые могут также иметь возрастные аспекты.

К настоящему времени было проведено значительное количество исследований социальных изменений в Китае с точки зрения психологии, и они охватывали очень широкий личностных характеристик и поведения индивидов. Также имеются исследования, в которых изучается влияние крупных социальных событий природных катаклизмов на ценности. В частности, Сю Янь и др. (许燕, 王芳, 贾慧悦, 2008) в своих работах рассматривали влияние крупных природных и социальных катастроф на

ценности студентов колледжей, основываясь на шести типах ценностей, предложенных Э. Шпрангером: научных, практических, социальных, политических, религиозных и эстетических (Ролдугина В. Н., 2018). Они пришли к выводу, что, хотя реформы и открытость Китайской Народной Республики делают прагматическую ориентацию современных студентов колледжей все более очевидной, крупные социальные катастрофы ослабляют ценности прагматизма и укрепляют ценности, сосредоточивающие внимание на обществе и здоровье. Это означает, что при определенных условиях растущие индивидуалистические ценности могут быть подавлены, в то время как уменьшающиеся коллективистские ценности могут снова увеличиться.

Группа ученых под руководством Лю Д. обнаружили, что в гендерной самооценке современных студентов все большее их количество имеет интерсексуальные характеристики (Liu D., Huang H., Jia F. et al., 2011). Помимо этого, имеются исследования, которые исследуют изменения в эмоциональной стороне личности, включая различные самооценки, такие как самоуважение и нарциссизм.

Что касается самооценки, то метаанализ показал, что показатели китайских подростков (учащихся старших школ) по шкале самооценки Розенберга значительно снизились в период с 1996 по 2009 год (Liu D., Xin Q. Z., 2015). В другом метаанализе определялся уровень самооценки студентов китайских университетов за период с 1993 по 2013 год. Анализ показал, что уровень самооценки студентов значительно снизился, и эта тенденция сохранялась и в случае смены места жительства участников исследования и при их принадлежности к мужскому или женскому полу (沙晶莹, 张向葵, 2016).

Последний метаанализ самооценки китайцев обобщает все исследования, проводившиеся на сегодняшний день, и показывает, что:

- С 1993 по 2017 год самооценка китайцев в целом демонстрировала тенденцию к росту, но в то же время процесс

происходил неравномерно: сначала фиксировался спад, а затем подъем. Переломный момент наступил примерно в 2008 году;

- модернизация страны тесно связана с повышением самооценки китайцев;

- что касается различных групп населения, то существенных изменений среди учащихся старших школ, а также студентов университетов не произошло. Обе группы показали тенденцию к росту (Li L. et al., 2020).

Что касается нарциссизма, то исследователи обнаружили, что уровень нарциссизма у китайцев постепенно повышается, поскольку молодые люди, городские жители, люди с более высоким социальным и экономическим статусом, единственные дети и люди с высоким уровнем индивидуализма предрасположены к этому (Cai H. J., Kwan V. S., Sedikides C., 2012). В то же время относительно недавний анализ показал, что за девять лет, с 2008 по 2017 год, нарциссизм молодых китайцев (14–24 года) обнаруживал тенденцию к снижению (Gao S., Thomaes S., Noortgate W. V. et al, 2019).

Изучение личностных изменений у китайцев можно разделить на две категории. Первая категория основана на исследованиях, основанных на личностных шкалах, разработанных в западной психологии. В ходе исследований подобного типа были проанализированы результаты 21 измерения личностной шкалы, проведенного в период с 2000 по 2009 год, и установлено, что стабильность и смелость студентов-юношей имеют тенденцию к росту и постепенно приближаются к уровню студенток (周振华, 周秀芳, 李燕, 2011).

В последние годы в Китае все чаще используется личностная шкала «Большая пятерка». Метаанализ 65 исследований, проведенных с ее использованием за период с 2004 по 2013 год, показывает, что в целом показатели студентов по таким критериям как невротизм, экстраверсия,

открытость, сговорчивость и добросовестность значительно улучшились, однако для мужчин и женщин данные отличаются друг от друга.

Результаты среди мужчин по всем параметрам возросли, но открытость женщин не изменилась, в то время как сговорчивость снизилась (Pastoral J. A., Ming H., Huang S., Sun L., 2017). Другое исследование показало, что только дети имеют более высокие показатели невротизма и более низкие показатели добросовестности. Исходя из этого, авторы предполагают, что характеристики невротизма у китайцев могут повышаться, а ответственности – снижаться (Cameron L., Erkal N., Gangadharan L., Meng X., 2013).

Исследования изменений настроения в основном фокусируются на различных негативных эмоциях, таких как тревога, депрессия, одиночество и т. п. Серия работ показала, что тревожность китайских подростков росла с 1992 по 2017 год (张迪, 2015). Депрессия у китайцев растет среди подростков и студентов (李晓敏, 韩布新, 2012). Другие исследователи (Xin S.F., Xin Q.Z., 2015) проанализировали показатели китайских студентов по шкале одиночества Калифорнийского университета в Лос-Анджелесе за период с 2002 по 2011 год и обнаружили, что уровень одиночества студентов колледжей также увеличился.

Некоторые исследования предполагают изучение способности понимать эмоции других людей и контролировать свои собственные. Ян Чжицян и др. обнаружили, что способность к эмпатии у студентов заметно улучшилась с 2009 по 2015 год (Yan Z., Su J., Su Y., 2017). Исследование, проведенное Лю Даном и Цзяо Ранкаем, показало, что эмоциональный интеллект студентов колледжа мужского пола снизился с 2000 по 2014 год, в то время как уровень эмоционального интеллекта студенток колледжа был относительно стабильным. Более того, разница в эмоциональном интеллекте студентов колледжа мужского и женского пола имеет тенденцию к увеличению (刘丹, 缴润凯, 2017).

Мотивация достижения относится к внутреннему стремлению людей достичь успеха в процессе выполнения задач, которое обычно включает в себя стремление к успеху и избегание неудачи. Люди с высокой мотивацией к достижениям с большей готовностью выбирают то, что, по их мнению, является важным и ценным в жизни, и готовы упорно трудиться ради достижения успеха. Исследования показали, что уровень мотивации к достижениям у китайских студентов снижается с переходом на старшие курсы и взрослением (解翠玲, 2007), что в определенной степени означает, что мотивация к достижениям у студентов может снижаться с течением времени.

Синь Суфэй и Ван Исинь (辛素飞, 王一鑫, 2019) также изучали тенденцию изменения мотивации достижения у студентов китайских университетов с 1999 по 2014 год, и обнаружили, что за эти годы мотивация достижения у студентов КНР в целом продемонстрировала тенденцию к снижению. Было обнаружено, что, хотя мотивация к достижению успеха существенно не изменилась, мотивация избегания неудачи неуклонно росла.

Недавнее крупномасштабное исследование, основанное на обзоре финансов китайских домохозяйств, показало, что за пять лет, с 2013 по 2017 год, уровень счастья китайцев значительно повысился (Clark W. A., Yi D. C., Huang Y. Q., 2019). В ходе дальнейших исследований были изучены изменения в удовлетворенности жизнью различных групп китайцев в разные периоды общественного развития. В частности, Ли Шуаншуан и Ли Сюэпин (2019) обнаружили, что удовлетворенность жизнью китайских студентов значительно возросла в период с 2000 по 2011 год (Li S., Li X., 2019).

За последние несколько десятилетий было проведено большое количество исследований, посвященных психическому здоровью китайцев. При этом наиболее часто используемым методом его оценки была шкала самооценки симптомов (SCL90), включающая 10 факторов, таких как соматизация, обсессивно-компульсивные симптомы и чувствительность к межличностным отношениям. На основании собранных данных были

опубликованы десятки статей, посвященных изменениям, охватывающим студентов, преподавателей, врачей, офисных работников и другие группы общественности.

Эти исследования показали, что: психическое здоровье учащихся средней и старшей школы в целом стабильно, но демонстрирует тенденцию к ухудшению (王 勃, 俞 国 良, 2017); психическое здоровье студентов университетов неуклонно улучшается. Более того, масштабный метаанализ, объединяющий 5465 исследований и охватывающий более 4 миллионов человек, показал, что психическое здоровье китайской нации в целом последовательно улучшается (Liao Y., Lian R., 2019).

Синь Цзыцян и др. провели исследование изменений в методах совладающего поведения студентов китайских вузов в период с 2001 по 2006 год и обнаружили, что за пять лет не произошло существенных изменений в оценках по различным параметрам (辛自强, 刘春晖, 张莉, 2008). Напротив, исследование Синь Суфяя, Юэ Янмина и др., посвященное изменениям в методах совладания студентов с 2001 по 2015 год, показало, что студенты, как правило, все более склонны использовать позитивные методы совладания для решения проблем (например, «обращение за помощью»). Эти результаты исследования, по-видимому, доказывают, что перед лицом трудностей и неудач как позитивные, так и негативные методы преодоления у китайских студентов имеют тенденцию к росту (辛素飞, 岳 阳 明, 辛自强, 林崇德, 2018).

Другие данные показывают, что общий уровень доверия китайцев был на высоком уровне, сопоставимом с показателями стран Западной Европы, таких как Нидерланды и Дания (Niu J. H., Xin Z. Q., Martins N., 2010). Однако в последние годы некоторые исследования показали, что отсутствие доверия превратилось в кризис, с которым сталкивается страна. Так, сквозной исторический метаанализ, проведенный Синь Цзыцяном и Чжоу Чженом, показал, что в период с 1998 по 2009 год уровень межличностного доверия среди студентов значительно снизился (辛自强, 周正, 2012). В последующей

серии тестов эти же ученые подтвердили эту тенденцию. Серия исследований с использованием существующих открытых баз данных также выявила сходные проблемы.

Некоторые исследователи полагают, что ключевой причиной снижения доверия китайцев является маркетизация (辛自强, 2019). Кроме того, они считают, что маркетизация приводит к росту экономических убеждений и снижению ожиданий доброты по отношению к другим, что в конечном итоге приведет к снижению общего доверия. Недавнее сравнительное исследование показало, что не было никакой разницы в общем уровне доверия студентов, изучающих экономические и неэкономические специальности, когда они только поступили в вуз. В то же время уже через 3 года уровень доверия студентов-экономистов был значительно ниже, чем у студентов-неэкономистов (辛自强, 窦东徽, 陈超, 2013).

Китай – это общество, основанное на отношениях. Отношения могут не только удовлетворять эмоциональные потребности, но и служить практическим целям. Относительно того, становятся ли отношения все более важными в процессе модернизации Китая, в настоящее время идут споры (Bian Y. J., 2018). Основываясь на гипотезе «Рынок как рациональный институт» (Guthrie D., 1998), предполагается, что с развитием рыночной экономики как отдельные люди, так и общество будут становиться все более и более рациональными, правила будут играть все большую роль в повседневной жизни, а важность взаимоотношений будет снижаться день ото дня.

В то же время Хуан С. провел интервью с группой студентов (включая выпускников бакалавриата и аспирантуры), которые искали работу в Шэньчжэне, и выяснил, что ключом к поиску хорошей должности в основном являются способности, в то время как взаимоотношения и связи играют все меньшую роль (Huang X., 2008). Тем не менее, М. Ян продолжает настаивать, что взаимоотношения являются базовым элементом и важным ресурсом, глубоко укоренившимся в истории и культуре Китая и обладающим

уникальной способностью к адаптации в китайском обществе (Yang M. H., 2002). Их значимость не уменьшится с развитием экономики и общества, но может принять несколько иные формы.

Традиционный взгляд на целомудрие становится все слабее (黄盈盈, 潘绥铭, 2012), в то время как представления о сексуальной свободе, равенстве между мужчинами и женщинами и даже о том, что женщины должны быть более независимыми в сексе, становятся все более очевидными (Farrer J., Suo G., Tsuchiya H., Sun Z. X., 2012). Появляется все больше нетрадиционных форм сексуального поведения, и они становятся все более приемлемыми. Здесь следует упомянуть добрачный секс, внебрачный секс, гомосексуальность, виртуальный секс и т. д. (Zheng L. J., Zheng Y., 2014).

Социальная поддержка студентов китайских университетов также снижается (Xin S. F., Xin Q. Z., 2015). Группа китайских ученых проводила исследование в Питсбурге и обнаружила, что в период с 1994 по 2009 год качество сна китайских старшеклассников и студентов колледжей снизилось (林荣茂, 严由伟, 唐向东, 2010). Однако позднее другие исследователи обнаружили, что качество сна студентов колледжей существенно не изменилось в период с 1998 по 2011 год (凌喜欢, 辛自强, 2014).

Что касается исследований психологических особенностей китайских студентов, проводившихся за рубежом, то они показали, двоякие результаты. В некоторых из них китайские юноши и девушки признавались трудолюбивой частью населения, стремящейся к скорейшей адаптации. В других же, напротив, группой, слабо интегрированной в социальном плане в новую среду, представители которой, как правило, предпочитают общаться только друг с другом. По этому поводу некоторые ученые отмечали, что работах, посвященных китайским студентам, как правило, выделяются характеристики, которые можно оценить негативно. В результате молодые люди из КНР описываются как пассивные индивиды, с трудностями критического

мышления и адаптируемости к новым методам обучения, предпочитающие постоянное заучивание без осмысления (Ryan J., Slethaug G. E., 2010).

Часто эти особенности объясняются тем, что они принадлежат культуре конфуцианского наследия (Ван Е., 2022). Однако для Д. Биггс и Дж. Уоткинс в своих исследованиях ставят под сомнение, что представленные характеристики являются отрицательными (Watkins D., Biggs J., 2001). В подтверждение своей позиции они в частности подчеркивают, что китайские студенты отлично сдают международные тесты успеваемости и в целом зачастую учатся лучше своих однокурсников из других стран.

Сдержанность и молчание представляют собой часть китайской культуры и идентичности (Zhu Y., Bresnahan M., 2018), выходящую за рамки простого незнания языка. Фактически, согласно китайским ценностям, «идеальный» студент внимательно слушает своих учителей, а не излагает свои собственные идеи (Тянь Ю., 2021). В то же время западные преподаватели и однокурсники нередко объясняют их неучастие и отстраненность убеждением в существовании непреодолимого языкового и культурного барьера (Zhu Y., Bresnahan M., 2018).

Понятие «мяньцзы», буквально означающее «лицо», тесно связано с осмотрительностью в классе, характерной чертой китайского студента. Это компонент системы, имеющей большое значение в китайской культуре, связанной с идеей уважения, чести и того, что, максимально упрощая, можно было обозначить как требование произвести хорошее впечатление о себе и даже уступить, чтобы проявить уважение или не дать другим «потерять лицо». Придерживаясь этой стратегии, китайский студент не проявляет активности на занятиях ввиду того, что опасается ошибиться, выставить себя глупцом и быть отвергнутым сверстниками или же чтобы проявить уважение к преподавателю и даже улучшить его имидж среди других студентов.

Изучая психологические трудности, с которыми сталкиваются китайские студенты во время пребывания в высших учебных заведениях за границей,

ученые из разных стран приходят к выводу, что в большинстве случаев они проистекают из культурных различий между ними и условиями новой для себя социокультурной среды: такими как стили общения, индивидуалистские ценности и т. д. (Дань Ч., 2020).

Такие авторы как С. Чжоу и Е. А. Беляева утверждают, что наиболее распространенными стереотипами для обозначения азиатского коллектива являются либо неинтегрированная группа населения, плохо говорящая на языке принимающей страны и испытывающая трудности в общении, либо трудолюбивая, умная и образованная группа (Беляева Е. А., 2019).

В 2013 американские и китайские специалисты провели совместное исследование с целью углубленного изучения этих стереотипов, их осознания и работы по их изменению. В результате были выявлены пять групп стереотипов, которые американские студенты разделяют в отношении китайских иностранных студентов. Первая группа определяет китайского иностранного студента как умного, хорошо разбирающегося в естественных науках и трудолюбивого. Вторая группа определяет китайского студента как дружелюбного, приятного и образованного. Этот стереотип контрастирует с большинством литературы по этому вопросу, где китайский студент изображается холодным и отстраненным (Варламова Н. В., 2012). Третья группа стереотипов определяет китайских иностранных студентов как группу, которая общается только со своими сверстниками, с низким уровнем владения английским языком и недостаточно высоким уровнем интеграции. Четвертая группа включает прилагательные, которыми описывают китайского иностранного студента: тихий, застенчивый, одинокий и необщительный. Последнее является распространенным стереотипом, выявленным в ходе многих исследований (Антонова Ю. А., 2022). Наконец, последняя группа считает китайских студентов странными, не уважающими личное пространство, шумными, неряшливыми, раздражающими и никогда не говорящими по-английски. В этой группе мы находим отрицательные

характеристики, такие как громкий, назойливый и небрежный, которые являются необычными и ранее не использовавшимися для описания китайских студентов (Ruble R. A., Zhang Y. B., 2013). Ввиду всего вышесказанного специалисты утверждают, что, несмотря на уровень владения иностранным языком, который имеется у иностранных студентов, они не смогут общаться с местными учащимися, если не готовы к этому, что означает, что согласие должно быть взаимным.

1.3.2. Психологические особенности российских студентов

При этом российские студенты, родившиеся на рубеже XXI века, заметно отличаются от молодых людей, учившихся в вузах РФ 15-20 лет назад (Дорофеева Ю. А., 2015).

Современные молодые люди, выросшие и сформировавшиеся как личность в условиях глобальных перемен разной направленности, легче и быстрее своих предшественников подстраиваются к изменениям социальной среды, политической обстановки и вновь возникающим требованиям (Мазкина О. Б., 2020). Их отличает умение адаптироваться практически к любым реальным и потенциальным потрясениям, рационализм и требовательность к себе и другим (Паскевская Н. А., 2011).

Не менее важной характеристикой российского студента можно назвать стремление к успеху, который зачастую видится как приобретение материальных благ и хорошей работы. В то же время многие из них готовы трудиться для того, чтобы достичь желаемого. По этой причине они стараются подойти к выбору специальности более взвешено, поскольку считают, что верное решение с высокой вероятностью обеспечит им те условия жизни, о которых они мечтают (Мартышенко Н. С., 2017). В результате у молодых людей формируется необычный мотивационный комплекс, тесно связанный с ориентацией на престиж, в рамках которого они идут к запланированному

успеху, постепенно, ставя перед собой более сложные цели и задачи, улучшая собственные результаты, соревнуясь со сверстниками (Небольсин Ю. А., 2014).
Ход указанного процесса, так же, как и его результат, обуславливают личность будущего выпускника и его готовность к конкурентной среде рынка труда.

Иначе оценивается стремление современных российских студентов к получению престижной профессии в работе Г. В. Буяновой, полагающей, что в погоне за достатком и благополучием молодые люди забывают об истинном предназначении профессионального образования, предполагающем развитие и личностный рост. Мотивация такого рода им чужда, однако она может возникать в случае встречи с преподавателем, которой сможет стать для них наставником и воспитателем (Буянова Г. В., 2020).

Кроме престижной профессии, российских студентов привлекает и социальный престиж. Для молодых людей, обучающихся в известном вузе, естественно ощущать себя принадлежащими к особой общественной группе, располагающей большими возможностями для профессиональной и личностной самореализации. Они более образованы, социально активны, ориентированы на конкретные результаты, могут выстраивать реалистичные образы субъективного будущего (Шершнева Т.В., 2021). Необходимость постоянного взаимодействия с разнообразными общественными группами, социальными институтами и организациями в ходе осуществления описанной ранее ведущей деятельности, сочетающаяся с доступностью различных коммуникационных каналов, способствует расширению их личностных связей и приближает успех. По мнению некоторых авторов, интенсификация формального и неформального общения, расширение круга знакомств при сохранении и/или снижении стандартных коммуникативных навыков представляют собой еще одну специфическую особенность, характерную для современных российских студентов (Васюра С.А., 2006).

Современное студенчество представляет собой наиболее социально активную и мотивированную часть российской молодежи, заметно

отличающуюся от предыдущих поколений студентов. Молодые люди в возрасте от 18 до 24 лет, получающие образование в вузах, где преподавание признавалось образовательной услугой, несомненно, обладают рядом личностных характеристик, связанных с коммерциализацией не только национальной системы высшего образования, но и общественной жизни.

Детство и взросление этого поколения пришлось на годы серьезных социально-политических и экономических преобразований, ускоренного развития технологий, увеличения разрыва между бедными и богатыми, расширения ассортимента материальных благ (Шалыгина Н. В., 2017). Это определило необходимость трансформации их жизненной стратегии к условиям стремительно меняющейся объективной реальности, зачастую происходившей без участия родителей, занятых обеспечением достатка, а не воспитанием и развитием детей (Доброхлеб Н. В., Баллаева Е. А., 2018).

Все вышеперечисленное не могло не сказаться на их морально-этическом кодексе, отношении к жизни, ценностям, мотивации восприятия себя, сверстников и будущего (Кустова Е. И., 2020). При этом изменения были настолько явными и масштабными, что вызвали всплеск интереса научного сообщества к изучению их особенностей с точки зрения разнообразных областей знания, таких как социология, культурология, философия и психология.

Изучение проблематики личностного развития студентов требует рассмотрения такой психологической категории как ведущая деятельность. Именно благодаря ей происходят наиболее значимые и заметные изменения в личности на определенном жизненном этапе (Мажарова Е.А., Решетова О.В., 2006). В случае со студентами речь идет об учебно-профессиональной деятельности, в результате осуществления которой молодой человек не только приобретает диплом специалиста в определенной области, но также получает множество жизненных навыков, знаний и умений, учится преодолевать трудности, строить отношения с новыми людьми и более эффективно

противостоять вызовам внешней среды (Вашумирская Д. В., 2023). Важной особенностью этой деятельности признается благоприобретенность, то есть формирование непосредственно в процессе учебы в университете (Ружникова И. Г., 2013).

Итак, под влиянием профессионально-учебной деятельности личность студента претерпевает ряд существенных изменений, что проявляется в формировании у него таких черт характера, которые ранее были для него чужды. Первой из них является общительность, развивающаяся в связи с необходимостью активного взаимодействия с однокурсниками и преподавателями, без которого крайне сложно достичь поставленных перед собой образовательных целей (Алейкин А. Г., 2011). Второй – ответственность, возникающая в результате необходимости самостоятельного принятия взвешенных решений как относительно организации учебы, так и применительно к бытовым вопросам. Сопряженные с этим ошибки лишь развивают указанное качество, поскольку формируют способность студентов отвечать за свою поступки (Гафарова В. А., 2016). Третьей чертой, проявляющейся у студента в процессе учебно-профессиональной деятельности, признается целеустремленность, требуемая для того, чтобы выполнять задания, посещать занятия и участвовать во внеучебных мероприятиях (Полянская Е. Н., 2008). Наконец, четвертой – способность к пониманию, проявляющаяся в более быстром усвоении больших объемов нового материала, умении вычленять в нем самое важное, в развитии навыков анализа и построения логических цепочек рассуждений (Акопова М. А., 2016).

Разумеется, учеба многим дается нелегко. В ходе реализации ведущей деятельности и выработки перечисленных качеств студентам приходится бороться с повышенной утомляемостью, стрессом и чувством неопределенности, поиском новых векторов жизненного пути и т. д. Неспособность справиться с этими проблемами может выражаться в

раздражительности, агрессии, девиантном поведении и выборе специфических стратегий совладания (Алланазаров Е. К., 2023).

По мнению некоторых ученых, аффективные и тревожно-депрессивные расстройства, вызванные опасениями по поводу будущей карьеры, давлением, связанным с экзаменами, и неспособностью построить гармоничные отношения с потенциальным партнером, представляют собой серьезную проблему для российского студенчества (Стрижев В. А., Бойко Е. О., Ложникова Л. Е., Зайцева О. Г., 2016), так как диагностируются у более чем 20% от общего числа учащихся высших школ России (Шифнер Н. А., Бобров А. Е., Кулыгина М. А., 2012). Кроме того, они существенно снижают их качество жизни и социальную адаптацию, одновременно с этим, повышая уровень депрессии, выраженность симптомов тревоги и суицидальных мыслей (Евдокимова М. А., 2007). В дополнение к этому они нередко усугубляются тем, что студенты избирают неэффективные копинг-стратегии, что приводит к более тяжелым с психологической точки зрения последствиям (Крюкова Т. Л., 2004).

Что касается ценностных ориентаций российского студенчества, то согласно недавним исследованиям, они подверглись трансформации, вызванной изменениями в социальной и политической обстановке, и приобрели более отчетливую материальную окраску. Относительно недавно С. С. Бубнова и А. С. Сытин пришли к выводу, что основными жизненными ценностями студентов являются любовь, познание, сохранение и укрепление здоровья, общение и любовь к близким. В то же время они отметили, что высокий социальный статус (престиж) и социальная активность не представляют решающей важности для формирования комплексной структуры личности московского студента (Бубнова С. С., Сытин А. Н., 2006).

Однако за последнее десятилетие ситуация существенно изменилась. В более поздних работах отмечается, что устранение материальных проблем и достижение финансовой стабильности, дополненное стремлением к

благополучному разрешению трудностей в общении, заметно укрепили позиции в системе ценностей современного российского студента (Мещанинова Е. Ю., 2023). В то же время здоровье и приверженность правильному образу жизни не только не утратили важности, но и стали популярной общественной нормой, требующей отказа от курения и алкоголя, контроля вредных привычек и вовлеченности (Шамхалова З. А., 2022).

Стремление к материальному благополучию уже во время учебы в вузе выражается в ориентации молодых людей на семью и ближайшее окружение. При этом если родственники рассматриваются ими как группа, располагающая необходимыми средствами в конкретный момент времени, то окружение, над расширением и повышением престижа которого они работают в стенах университета, как опору для будущих достижений (Кульминская А. В., 2021). Итак, российским студентам присущи стремление к успеху и ориентация на престиж, желание повысить социальный статус и получить общественное признание, рационализм и прагматизм, выявляемый в том числе и в стратегии формирования полезных социальных связей, и самодостаточность.

Необычный взгляд на систему жизненных ценностей российской молодежи был предложен в работе М. В. Цвекса и М. А. Рушиной, предпринявших попытку определить, каким образом перечисленные ценностные ориентиры современной молодежи соотносятся с такой категорией как патриотизм. В результате они так же, как и многие их коллеги отметили изменения, произошедшие в сознании и личностных качествах российского студенчества. Помимо этого, они выявили целый ряд иных закономерностей, касающихся собственно патриотизма. С их точки зрения, нынешние студенты в целом признают важность защиты родины и отличаются желанием помогать другим. Тем не менее, степень проявления их патриотических настроений постоянно колеблется и зачастую демонстрирует тенденцию к постепенному снижению. Более того, принявшие участие в

исследовании указанных авторов юноши и девушки выразили необычное мнение относительно необходимости явного выражения патриотизма вне зависимости от ситуации. По их мнению, такое поведение может задеть чьи-то чувства, поэтому выражение патриотических порывов требует тактичности и сдержанности, дополняемых постоянным критическим осмыслением событий, происходящих в стране и мире (Цвекс М. В., Рушина М. А., 2024).

Европейские ценности, о которых так много говорится в последнее время, также не всегда находят отклик у современных российских студентов. В недавнем исследовании О. Е. Хухлаева, М. Ю. Чибисовой и Ш. А. Усубьян определили, что для будущих психологов и социальных работников они не всегда однозначны. Причем амбивалентность проявляется и в обосновании сложившегося в их среде положительного или отрицательного отношения к той или иной ценности. Это заметно, в частности, при рассмотрении таких ценностей, традиционно признаваемых европейскими, как демократия, гедонизм, толерантность и принятие беженцев, модернистская ориентация и поддержка нетрадиционной сексуальной ориентации. Примечательно, что явно позитивными участниками исследования были названы только две европейские ценности – культура и искусство, а также социально ориентированное государство. По мнению авторов статьи, это объясняется убежденностью российских юношей и девушек, что тиражируемые ценности оторваны от реальности, недостижимы, по сути, и в целом не всегда полезны для общества. Разумеется, частично такое отношение объясняется принятой в России стигматизацией таких понятий как феминизм, нетрадиционная сексуальная ориентация, национальные меньшинства и чуждые этнические группировки (Хухлаев О. Е., Чибисова М. Ю., Усубьян Ш. А., 2019).

Отношение к сексуальной жизни (особенно добрачной) среди российских юношей и девушек практически идентично, что доказывает нивелирование границ традиционных социальных ролей. При этом имеют место расхождения в сексуальных установках и поведении среди студентов,

исповедующих разную религию или же в принципе отрицающих существование Бога. Наибольшую консервативность в этом вопросе ожидаемо сохраняют студенты из мусульманских регионов (Тарченко В. С., 2020).

Наконец, российские студенты видят себя высокоинтеллектуальными молодыми людьми, для которых характерен большой творческий потенциал, вежливость, чувство такта, эмпатия и т. д. Они склонны оценивать свою жизнь скорее положительно, проявляют интерес к учебной и внеучебной деятельности и отличаются предприимчивостью и легкостью общения (Лебедева Н. В., Васильева Е. Д., 2023). Как видно из приведенного списка, не все особенности личности студентов, приписываемые ими самим себе, выявляются в результате проводимых в России и за рубежом исследований, что свидетельствует об их идеализированном самовосприятии.

ВЫВОДЫ по главе 1

1. Жизненные ориентации служат связующим звеном между социальным и психологическим измерениями человеческого бытия и могут быть поняты как интегральное отношение личности к миру и обществу, включающее общие цели, поиск направления жизни и своего места в ней, принятие решений, прогнозирование, верования, переживание смысла, ценности жизни и т.д. Жизненные ориентации характеризуют жизненные цели и способы их достижения, которые определяются биологическими, психологическими, социальными и культурными факторами, являются относительно стабильными и проявляются в предпочтениях, желаниях и выборе жизненных стратегий и жизненного пути в целом.

2. Жизненные ориентации в научной литературе классифицируются по разным основаниям: индивидуальные и коллективные ориентации, субъективные и конформные ориентации, инновационные и консервативные ориентации, активные и пассивные ориентации и т.д., что позволяет четко

описать их позитивный и негативный полюса. Позитивные жизненные ориентации означают, что человек более эффективно взаимодействует с окружающей средой, что приводит к более высокому качеству жизни.

3. Качество жизни – это многогранный феномен, характеризующий благополучие человека, подверженный комплексному влиянию таких факторов как физическое здоровье человека, его психическое состояние, личностные характеристики, социальные отношения, а также окружающая среда.

4. Качество жизни исследуется в различных областях знания, в том числе в психологии. В современной психологической науке выделяют следующие элементы качества жизни:

- чувство удовлетворенности жизнью в целом;
- когнитивная способность оценивать свою жизнь как удовлетворительную или неудовлетворительную;
- приемлемое состояние физического, психического, социального и эмоционального здоровья, определяемое индивидами самостоятельно;
- объективная оценка человеком собственных условий жизни.

5. Студенчество как особая социальная группа имеет свою психологическую специфику. Согласно имеющимся исследованиям, психологические характеристики китайских и российских студентов значительно отличаются. Под влиянием традиционной китайской культуры китайские студенты проявляют большую пассивность, чаще используют стратегии избегания или компромисса при столкновении с жизненными событиями, придерживаясь «срединного пути», в то время как российские студенты более активны и инициативны, имеют более четкие планы на будущее. При этом китайские и российские студенты обладают общими чертами, связанными с включенностью в процесс вузовского обучения, которое нередко вызывает рост тревоги и депрессии, снижая качество жизни.

Сегодня, в условиях тесного взаимодействия между Россией и Китаем, количество китайских студентов, обучающихся в России, ежегодно увеличивается, что приводит к развитию культурнообмена. Проблема адаптации китайских студентов к новой среде становится все более актуальной.

6. Позитивные жизненные ориентации могут оказывать положительное влияние на развитие личности студентов, способствуя их стрессоустойчивости и качеству жизни в целом. Поэтому исследование взаимосвязи между жизненными ориентациями и качеством жизни студентов представляется чрезвычайно важным.

ГЛАВА 2

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1. Общая организация и эмпирическая база исследования

На основе анализа теоретических положений и эмпирических фактов, отраженных в трудах отечественных и зарубежных ученых, и в контексте поставленных нами задач мы провели эмпирическое исследование, которое опирается на обозначенные выше теоретические основы и методологические подходы.

Цель исследования: выявление взаимосвязи между качеством жизни китайских студентов и их жизненными ориентациями.

Объект исследования: качество жизни китайских студентов.

Предмет исследования: жизненные ориентации как фактор качества жизни китайских студентов, в том числе в сравнении с российскими студентами.

Гипотезы:

1. Адаптированные на китайской выборке методики исследования качества жизни и жизненных ориентаций психометрически обоснованы и могут применяться для исследования китайской молодежи.

2. Качество жизни и жизненные ориентации китайских студентов взаимосвязаны.

3. Жизненные ориентации влияют на качество жизни китайских студентов.

4. Существуют различия между жизненными ориентациями, качеством жизни и их взаимосвязью у китайских и российских студентов.

Задачи исследования:

1. Теоретический анализ проблемы качества жизни китайских студентов и их жизненных ориентаций во взаимосвязи и соотнесении.

2. Создание методического комплекса для проведения эмпирического исследования, включая адаптацию на китайском языке ключевых методик исследования.

3. Сравнительный анализ жизненных ориентаций и качества жизни китайских студентов в зависимости от пола и уровня образования.

4. Изучение взаимосвязи жизненных ориентаций и качества жизни китайских студентов.

5. Исследование влияния жизненных ориентаций на качество жизни китайских студентов.

6. Сравнение различий качества жизни и жизненных ориентаций российских и китайских студентов.

Теоретико-методологические основания исследования:

1. Исследования качества жизни (Г. М. Зараковский; Э. Кюнг; D. Chisholm; I. Kristol; W. Rostow; M. Rapley; Н. Хан; Т. М. Power; M. B. Coomans; L. Dirven; M. J. Taphoorn et al.).

2. Исследования жизненных ориентаций (Е. Ю. Коржова; Т. Л. Крюкова; Н. П. Романова; А. Г. Хайбулаева; А. F. Alekper; M. Szcześniak et al.; V. Wong).

3. Психологические исследования студентов Китая и России (С. С. Бубнова; Н. Л. Быкова; Н. В. Варламова; Р. Р. Накохова; Z. Zhou; Z. Xin; D. Watkins et al.).

В диссертационной работе применялись следующие методы: систематизация теоретических и эмпирических данных по проблеме жизненных ориентаций и качества жизни китайских студентов; психодиагностический метод; математико-статистические методы.

Использован ряд психодиагностических методик:

1. Для исследования качества жизни была осуществлена адаптация Шкалы качества жизни Бруннsvикена (Brunnsviken Brief Quality of Life Scale, VBQ) (Lindner P., Frykheden O., Forsström D. et al., 2016); использовались также методики, уже адаптированные на китайской выборке, для психометрического

обоснования китайской версии шкалы: Шкала адаптации к студенческой жизни (The Life Adaptation Scale) (王莲莲, 刘文文, 汪洪秀, 2015), Шкала депрессии PHQ9 (Patient Health Questionnaire, PHQ9) (Kroenke K., Spitzer R. L., Williams J.B., 2001; 陈丹, 2011) .

2. Для исследования жизненных ориентаций была проведена адаптация Опросника жизненных ориентаций Е. Ю. Коржовой; использовались методики для психометрического обоснования китайской версии опросника, уже имеющие китайские версии: Шкала смысла жизни (Meaning of life) (Steger M. F., Frazier P., Oishi S., Kaler M., 2006) и китайская адаптированная версия Шкалы смысла жизни (陈维, 葛纓, 胡媛艳, 张进辅, 2015), Шкала жизненных целей (Purpose of Life) (Schulenberg S. E., Schnetzer L. W., Buchanan E. M., 2011) и китайская адаптированная версия шкалы «Цель жизни» (肖蓉, 李碧雯, 2016), Шкала адаптации к студенческой жизни (The Life Adaptation Scale) (王莲莲, 刘文文, 汪洪秀, 2015) и Опросника здоровья (Patient Health Questionnaire9, PHQ9) (陈丹, 2011).

3. Для сравнительного анализа жизненных ориентаций и качества жизни китайских и российских студентов использовались обе адаптированные на китайской выборке методики, а также Шкала смысла жизни (Steger M. F., Frazier P., Oishi S., Kaler M., 2006), Шкала жизненных целей (Schulenberg S.E., Schnetzer L. W., Buchanan E. M., 2011) в адаптации на китайский язык, а также Опросник смысло-жизненных ориентаций (Purpose in Life, PIL, J. Crumbaugh, L. Maholic, 1964), адаптированный Д.А. Леонтьевым (2006).

4. Методы математико-статистического анализа. В исследовании проводилось вычисление достоверности различий с помощью t-критерия Стьюдента в связи с нормальностью распределения, корреляционный анализ (r Пирсона), линейный регрессионный анализ, эксплораторный факторный анализ методом главных компонент с Varimax вращением, конфирматорный факторный анализ, а также путевой анализ. Также вычислялся ряд

статистических показателей, необходимых для психометрического обоснования адаптируемых на китайской выборке психодиагностических методик. Использовались программы SPSS 25.0, Amos 24.0 и Mplus 8.3.

Выборку данного исследования составили студенты вузов в провинции Гуйчжоу (Китай) и студенты г. Санкт-Петербурга (Россия):

- 1) китайские студенты I курса, проживающие в Китае и обучающиеся в китайских вузах;
- 2) китайские студенты IV курса, проживающие в Китае и обучающиеся в китайских вузах;
- 3) российские студенты I курса, обучающиеся в России;
- 4) российские студенты IV курса, обучающиеся в России.

При адаптации краткой шкалы качества жизни Бруннsvикена после перевода с английского языка было обследовано с помощью методики 178 студентов, в исследовании различительной способности методики – 980, при изучении валидности методики обследовано 1005 человек в возрасте от 16 до 22 лет. Для изучения ретестовой надежности (временной интервал составил две недели) с помощью китайской версии краткой шкалы качества жизни Бруннsvикена было исследовано 159 китайских студентов.

При адаптации Опросника жизненных ориентаций Е. Ю. Коржовой в связи с необходимостью переформулирования пунктов и поиском оценочной стратегии опрос респондентов осуществлялся шесть раз. Всего опрошен 1471 китайский студент, в каждой выборке от 220 до 323 человек.

В проведении основного исследования в качестве респондентов выступили 600 студентов китайских вузов, в том числе 149 юношей (24,8%) и 451 девушка (75,2%); их возраст варьировал от 17 до 25 лет ($19,64 \pm 3,29$), из них 300 первокурсников и 300 четверокурсников. Для проведения сравнительного анализа опрошено 600 студентов российских вузов, в том числе 103 юношей (27,2%) и 497 девушка (82,8%); их возраст варьировал от 17 до 25 лет ($19,38 \pm 1,61$), из них 300 первокурсников и 300 четверокурсников.

Этапы проведения эмпирического исследования

Исследование осуществлялось в три этапа.

На первом этапе (2021-2022 гг.) был осуществлен теоретический анализ литературных источников по теме исследования. Был разработан дизайн исследования, сформулированы цель, объект, предмет, задачи и гипотезы, а также подобраны психодиагностические методики для оценки жизненных ориентаций и качества жизни китайских студентов.

На втором этапе (2022-2023 гг.) были адаптированы на китайском языке основные методики исследования – Шкала качества жизни и Опросник жизненных ориентаций.

На третьем этапе (2023 г.) был разработан дизайн основного эмпирического исследования, проведен опрос. Далее на этом этапе осуществлялась первичная обработка эмпирических данных.

Четвертый этап (2023-2024 гг.) включал статистическую обработку эмпирических данных, интерпретацию, анализ результатов и формирование выводов и положений, выносимых на защиту.

2.2. Методы исследования

В исследовании использовались: систематизация теоретических и эмпирических данных по проблеме жизненных ориентаций и качества жизни китайских студентов; психодиагностический метод; математико-статистические методы. В современной китайской психологии растет интерес к разработке методик психологической диагностики (Чжоу М., Мынбаева А.К., 2018). При этом широкое распространение получает практика адаптации иноязычных методик на китайском языке: Опросник «Уровень соотношения “ценности” и “доступности”» Фанталовой (Даниленко О.И., Сюй И., 2018); Шкала диспозиционного оптимизма Scheier и Carver (邓稳根, 戴海琦, 2011),

Опросник «Аффективные мотивационные ориентации в сексуальной жизни» Hill и Preston (Фурманов И.А., 2022) и др.

2.2.1. Адаптация китайской версии краткой Шкалы качества жизни Бруннсвикена

Качество жизни современной молодежи является значимой социальной проблемой (Hofmann S.G., Wu J.Q., 2014). В настоящее время существует ряд методик исследования качества жизни. Эти шкалы в основном используются для психологической диагностики лиц с отклонениями в здоровье и поэтому неприменимы к населению в целом. Наиболее распространенными шкалами качества жизни, используемыми в Китае, являются Шкала оценки качества жизни SF36 (Li J. et al., 2001), китайская версия Шкалы качества жизни Всемирной организации здравоохранения WHOQOL100 и ее сокращенная версия (WHOQOLBREF) (方积乾, 郝元涛, 1999), Китайская шкала качества жизни населения в целом (QOL35) (谢高强, 2003) и другие. Это шкалы с большим количеством пунктов, что неприменимо в экспресс-диагностике. Шкала качества жизни Бруннсвикена (BBQ) лаконична, содержит всего 12 пунктов и в силу своей универсальности может использоваться на разных выборках (Lindner P., Frykheden O., Forsström D. et al., 2016). Шкала BBQ в настоящее время адаптирована на 31 языке. Нами осуществлена адаптация данной методики на китайском языке (Цинь П., 2022).

BBQ была создана на основе факторизации большого объема объективных и субъективных данных о качестве жизни (N=4016). После разработки шкала BBQ получила широкое применение; на данный момент она переведена на 31 язык, и в нескольких странах проведены локальные исследования. Например, на сайте, посвященном BBQ, представлены исследования по развитию и психометрической проверке BBQ, описания на пяти новых языках, а также исследование, которое сравнивает

психометрические характеристики бумажной и онлайн-версий анкеты и т.д.

После тщательного анализа литературы первоочередной задачей исследования явилось получение разрешения от создателей оригинальной шкалы на ее иноязычную адаптацию. Согласно заявлению авторов, шкала не имеет ограничений на авторские права, и авторы поощряют перевод ВВQ на разные языки. Следует отметить, что при переводе необходимо сохранить смысл оригинальной шкалы и адаптировать его к культурному контексту Китая.

В качестве респондентов нами были опрошены студенты вузов провинции Гуйчжой (Китай). Для перевода с английского языка было обследовано с помощью методики 178 студентов, из них 32 юноши (18 %) и 146 девушек (82 %), возраст от 18 до 26 лет ($M=21,67$, $SD=1,37$).

В исследовании различительной способности методики приняли участие 980 человек, среди них 200 юношей (20,4%) и 780 девушек (79,6%), возраст от 16 до 26 лет ($M = 21,48$, $SD = 1,50$).

Для изучения валидности методики обследовано 1005 человек – 234 юноши (23,3%) и 771 девушка (76,7%) в возрасте от 16 до 22 лет ($M = 19,00$, $SD = 0,95$). При этом параллельно с краткой Шкалой качества жизни Бруннsvикена использовались психометрически обоснованные китайские версии Шкалы адаптации к студенческой жизни (The Life Adaptation Scale) (黄萍, 2017) и Опросника здоровья (Patient Health Questionnaire9 (PHQ9)) (陈丹, 2011). Для изучения ретестовой надежности (временной интервал составил две недели) с помощью краткой Шкалы качества жизни Бруннsvикена было исследовано 159 юношей (50%) и 159 девушек (50%) в возрасте от 17 до 22 лет ($M = 19,00$, $SD = 1,05$).

Для математико-статистического анализа данных использовались программы SPSS 25.0 и Amos 24.0.

На первом этапе адаптации шкалы качества жизни Бруннsvикена 2 аспиранта-филолога, специализирующихся в английском языке, осуществили

прямой и обратный перевод оригинальной шкалы. Затем 3 аспиранта-психолога в качестве экспертов проверили эквивалентность перевода, после чего 50 студентов (25 юношей и 25 девушек) подтвердили понятность всех 12 пунктов шкалы (оценка осуществлялась в баллах от 1 до 3). Так была сформирована китайская версия шкалы качества жизни, с теми же пунктами и способами оценки, что и оригинальная шкала. Каждый пункт краткой шкалы качества жизни оценивается по 5-балльной шкале Лайкерта (от 0 «полностью не согласен» до 4 «полностью согласен»): чем выше оценка, тем выше качество жизни. Оценке подвергается 6 жизненных сфер (свободное время, взгляды на жизнь, творчество, обучение, дружба, самооценка), по два пункта (о значимости и удовлетворенности той или иной жизненной сферой) на каждую. В итоге анализируется 6 пунктов (шкал).

Система начисления баллов BVQ

Согласно требованиям исходной шкалы, необходимо пересчитать баллы 12 пунктов сокращенной шкалы качества жизни Brunnsviken (BVQ) по 6 жизненным сферам (свободное время, мировоззрение, креативность, обучение, друзья и дружба, самовосприятие) и двум показателям: удовлетворенность и значимость. Например: 1) I am satisfied with my leisure time: I have the opportunity to do what I want in order to relax and enjoy myself. 2) My leisure time is important for my quality of life. Каждый из 6 показателей аспектов качества жизни умножается на 2.

Свободное время: i_1 = пункт 1 и пункт 2.

Мировоззрение: i_2 = пункт 3 и пункт 4.

Креативность: i_3 = пункт 5 и пункт 6.

Обучение: i_4 = пункт 7 и пункт 8.

Друзья и дружба: i_5 = пункт 9 и пункт 10.

Самовосприятие: i_6 = пункт 11 \times пункт 12.

Таким образом, мы получаем 6 новых пунктов (каждый из которых имеет диапазон баллов от 0 до 16) и складываем баллы, чтобы получить общий

балл (возможный диапазон баллов от 0 до 96). В итоге ВВQ содержит 12 пунктов, которые объединяются в 6 пунктов с учетом взаимосвязанных баллов значимости и удовлетворенности.

Для оценки различительной способности методики была проведена процедура отбора заданий посредством определения доли испытуемых, давших ключевые ответы. Результаты показали, что шкала имеет высокий уровень дискриминативности по всем пунктам. Анализ согласованности пунктов показал наличие связи между пунктами шкалы и суммарным баллом. Получены коэффициенты корреляции φ выше 0,4, это означает высокую согласованность пунктов с итоговым показателем (табл. 1).

Таблица 1 – Согласованность пунктов с итоговым показателем краткой Шкалы качества жизни Бруннсвикена (китайская версия)

Шкалы	φ	Критическое значение	Пункты	φ	Критическое значение
свободное время i1	0,570**	7,910***	1	0,410**	5,005***
			2	0,557**	6,145***
мировоззрение i2	0,697**	11,393***	3	0,594**	6,856***
			4	0,648**	8,606***
креативность i3	0,677**	10,557***	5	0,561**	6,997***
			6	0,659**	11,464***
обучение i4	0,692**	10,669***	7	0,634**	8,183***
			8	0,607**	7,814***
друзья и дружба i5	0,590**	7,792***	9	0,505**	5,874***
			10	0,622**	7,190***
самовосприятие i6	0,738**	10,526***	11	0,615**	6,693***
			12	0,664**	8,437***

Условные обозначения: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$.

Дальнейшему анализу подверглись 6 нагруженных пунктов (шкал).

Эксплораторный факторный анализ проводился с помощью программы

SPSS 25.0, методом анализа главных компонент с вращением факторов. При этом учитывались показатели факторной нагрузки выше 0,40 и отсутствие перекрестных факторных нагрузок. Выявилось, что все шкалы имели факторные нагрузки (0,526-0,766), т.е. выше 0,40 при показателях общности выше 0,20 (0,277-0,586). Таким образом, все шкалы соответствуют статистическим критериям и могут быть сохранены. Кроме того, был выявлен только один фактор с собственным значением больше 1. Следовательно, китайская версия краткой Шкалы качества жизни Бруннsvикена имеет ту же однофакторную структуру, что и исходная шкала.

Конфирматорный факторный анализ был проведен для шести шкал. Полученные значения КМО 0,848 и χ^2 1385,044 ($p < 0,001$) по сферическому тесту Бартлетта были признаны приемлемыми. Метод анализа главных компонент в SPSS 25.0, ограниченный выборкой одного фактора, показал, что все пункты имели общность выше 0,200 (0,385-0,569) и факторные нагрузки выше 0,400 (0,620-0,754), при этом коэффициент интерпретации составил 48,713%; полученные данные в целом соответствовали результатам первого факторного анализа (табл. 2 и рис. 1). Конфирматорный факторный анализ (CFA) позволяет определить, соответствует ли количество факторов и нагрузки измеряемых переменных тому, что ожидается, на основе предварительной теории. Переменные индикаторы отбираются на основе предварительной теории, и факторный анализ используется, чтобы посмотреть, нагружаются ли они так, как прогнозировалось, на ожидаемое количество факторов.

Таблица 2 – Показатели краткой Шкалы качества жизни Бруннsvикена (BBQ)

Шкалы	Количество факторов	Собственные значения	Коэффициент объяснения (%)	Факторные нагрузки	Общность
свободное время i1	1	2,923	48,713	0,661	0,436

Продолжение таблицы 2

мировоззрение i2	2	0,734	12,228	0,754	0,569
креативность i3	3	0,720	12,007	0,713	0,508
обучение i4	4	0,595	9,925	0,678	0,459
друзья и дружба i5	5	0,545	9,079	0,620	0,385
самовосприятие i6	6	0,483	8,048	0,752	0,565

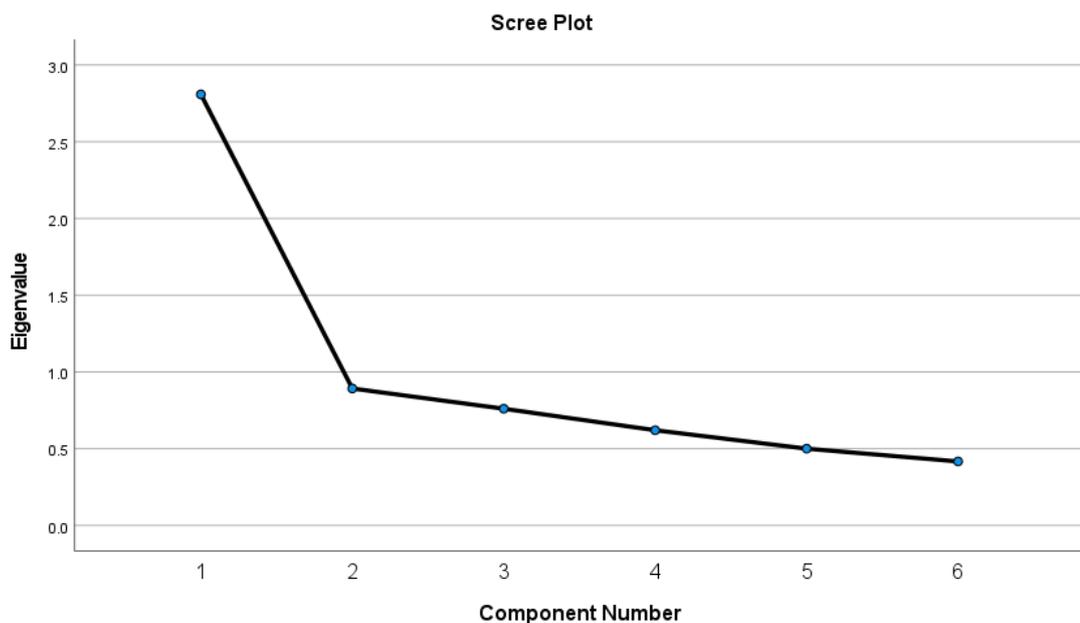


Рисунок 1 – Коэффициентная диаграмма эксплораторного факторного анализа.

Условные обозначения:

по горизонтали – пункты шкалы, по вертикали – собственные значения.

Тестирование CFA в Amos 24.0 показало, что значение χ^2/df составило 3,348, менее 5, что является хорошим соответствием; RMSEA составил 0,049, менее 0,05, что является хорошим соответствием; RMSEA составил 0,049, менее 0,05, что является хорошим соответствием; NFI = 0,978, RFI = 0,964, IFI = 0,985, TLI = 0,974 и CFI = 0,985, все результаты больше 0,9, что свидетельствует о хорошем соответствии (табл. 3 и рис. 2).

Таблица 3 – Показатели соответствия модели CFA для краткой версии Шкалы качества жизни (BBQ)

χ^2/df	RMSEA	NFI	RFI	IFI	TLI	CFI
3,348	0,049	0,978	0,964	0,985	0,974	0,985

Условные обозначения: χ^2 – критерий согласия; df – степени свободы; RMSEA, NFI, RFI, IFI, TLI, CFI – индексы соответствия.

Исследования, проведенные ранее, показали, что качество жизни положительно коррелирует с уровнем жизненной адаптации (王莲莲, 刘文文, 汪洪秀, 2015) и отрицательно коррелирует с депрессией (Lindner P., Frykheden O., Forsström D. et al., 2016).

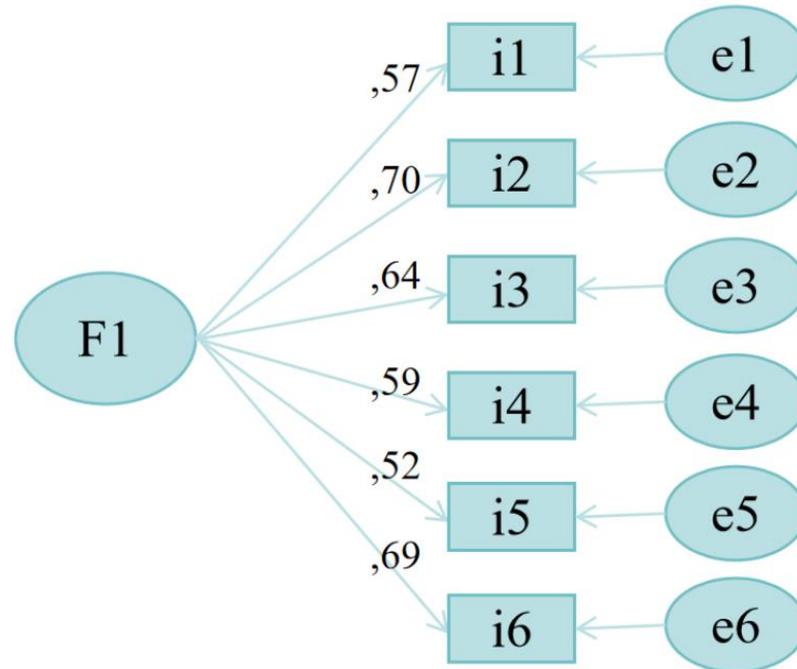


Рисунок 2 – Диаграмма анализа пути CFA для краткой версии шкалы качества жизни Брунsvикена (BBQ)

Условные обозначения: F1 – единственный фактор качества жизни в адаптированном варианте методики, i1-i6 – явные переменные-индикаторы; e1-e6 – латентные переменные, числа у стрелок – значения коэффициента корреляции r между переменными.

Поэтому для проверки критериальной валидности данной методики были выбраны Шкала депрессии (陈丹, 2011) и Шкала адаптации к студенческой жизни (方积乾, 郝元涛, 1999). Результаты корреляционного

анализа свидетельствуют о том, что качество жизни имеет значимую положительную связь с показателем «адаптация к студенческой жизни» ($r=0,60$, $p<0,01$) и значимую отрицательную с показателем депрессии РНQ9 ($r=-0,33$, $p<0,01$), что указывает на высокую критериальную валидность китайской версии шкалы качества жизни (рис. 3).

Для расчета коэффициента надежности как внутренней согласованности методики использовался коэффициент Кронбаха α . Коэффициент Кронбаха α в данном исследовании составил 0,83, это указывает на то, что китайская версия краткой шкалы качества жизни Брунсвикена обладает хорошей внутренней согласованной.

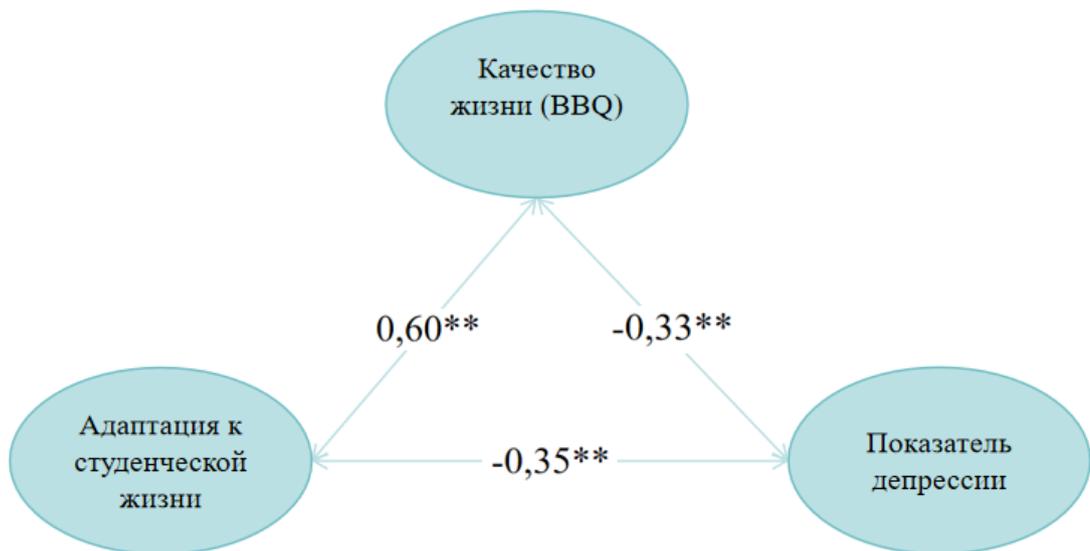


Рисунок 3 – Критериальная валидность ВВQ: взаимосвязи показателя качества жизни с показателями других методик (r Пирсона).

Условные обозначения: ** $p<0,01$.

Проверка ретестовой надежности ($N=318$) показала, что коэффициент корреляции составил 0,708 ($p<0,01$), что указывает на высокую надежность теста как устойчивости данных во времени.

Таким образом, основное внимание уделялось тому, насколько пункты шкалы являются репрезентативными и соответствуют требованиям психометрии. В исследовании были проверены коэффициенты

дискриминантности и гомогенности элементов, и все показатели достигли желаемых стандартов. Результаты эксплораторного факторного анализа показали, что ВВQ обладает хорошей межкультурной применимостью и соответствует однофакторной структуре оригинальной шкалы. В SPSS 25.0 был использован метод анализа главных компонент, при этом был выделен один фактор. Результаты показали, что все элементы достигли стандартов, и ВВQ сохранила все элементы оригинальной шкалы, соответствуя ее однофакторной структуре.

Конструктивная валидность отражает соответствие теоретической и фактической структуры шкалы и является одним из основных показателей надежности, необходимых в психометрических исследованиях (Smith, Gregory T., 2005). В данном исследовании для проверки конструктивной валидности был использован метод подтверждающего факторного анализа, и результаты показали хорошее соответствие однофакторной структуры ВВQ: все факторные нагрузки элементов были выше 0,4, а все показатели достигли стандартов психометрии.

Критериальная валидность указывает на степень связи между результатами шкалы и выбранными критериями. В этом исследовании в качестве критериев были выбраны как шкалы с аналогичными характеристиками, так и шкалы с различными характеристиками для их различения. Все они были на китайском языке. Сначала была выбрана шкала адаптации к жизни, так как гипотеза о связи адаптации и качества жизни подтверждена: люди с высоким уровнем адаптации склонны демонстрировать более высокое качество жизни, и между этими показателями существует значительная положительная корреляция. Далее была выбрана шкала депрессии (PHQ9), которая использовалась в английской версии оригинальной ВВQ и показала значительную отрицательную корреляцию с ВВQ. Результаты показали, что скорректированная шкала ВВQ имеет значительную положительную корреляцию с шкалой адаптации к жизни и значительную

отрицательную корреляцию с RNQ9, при этом 95% доверительных интервалов всех корреляционных коэффициентов не включали 0, что указывает на хорошую совместимость ВВQ с другими шкалами, измеряющими аналогичные качества, и хорошую различительную способность.

Надежность измеряет стабильность и согласованность шкалы. В этом исследовании надежность проверялась с помощью внутренней согласованности, ретестовой надежности, комбинированной надежности и среднего дисперсионного извлечения. Результаты показали, что коэффициент α для пересчитанной ВВQ составил 0,83, а ретестовая надежность – 0,708, что свидетельствует о хорошей ретестовой надежности ВВQ и устойчивости результатов измерений во времени. Коэффициент α как показатель надежности требует выполнения условий тождественности и несвязанных ошибок, что на практике трудно выполнить, и поэтому коэффициент α может переоценивать или недооценивать надежность измерения (杨强, 叶宝娟, 温忠麟, 2014). Комбинированная надежность и среднее дисперсионное извлечение, основанные на факторном анализе, лучше оценивают надежность шкалы. Комбинированная надежность (CR) и среднее дисперсионное извлечение (AVE) анкеты составили 0,79 и 0,387 соответственно, что достигает желаемого уровня и указывает на хорошую надежность как устойчивость во времени китайской версии ВВQ.

2.2.2. Адаптация китайской версии Опросника жизненных ориентаций Е. Ю. Коржовой

Жизненные ориентации являются исходным пунктом развертывания жизненного пути личности. Вопрос о жизненных ориентациях занимает существенное место во всей «жизненной» проблематике психологии. Соответственно, рассматривается довольно широкий круг явлений: ценностно-личностная направленность, смысл жизни и смысложизненные

ориентации, ценностные ориентации, идеалы (Никулина, 2022), социальные условия их формирования (Шатене К., 2021), а также жизненные модели (Костромина С. Н., Гришина Н. В., Москвичева Н. Л., Зиновьева Е. В., 2021). Е. Ю. Коржовой была разработана концепция человека как субъекта жизнедеятельности, теоретически и эмпирически обосновывающая активность человека в созидании своей жизни на стыке субъектного, ситуационного и личностного подходов (Коржова Е.Ю., 2006; Коржова Е.Ю., Веселова Е.К., Дворецкая М.Я., 2018). В соответствии с данным подходом базовые (субъект-объектные) жизненные ориентации характеризуют направление реализации потенциала субъектности в жизненных ситуациях и меру субъектной включенности в них. На основе жизненных ориентаций осуществляется взаимодействие человека с жизненными ситуациями, которое проявляется как объективно (в поступках), так и субъективно (в отношениях). В системе трансситуационной психодиагностики (учитывающей «контакт» человека с жизненной ситуацией) был создан ряд методик, в том числе Опросник субъект-объектных ориентаций Е. Ю. Коржовой. В процессе его разработки и психометрического обоснования была выявлена структура субъект-объектных ориентаций: трансситуационные изменчивость (стремление к самоизменениям), локус контроля (на уровне личности ответственность), направленность на освоение мира (внутреннего или внешнего), подвижность (стремление к новизне). Положительные полюса (изменчивость, внутренний локус контроля, освоение внутреннего мира, подвижность) характеризуют личность с активной жизненной позицией (на уровне субъекта – субъектную ориентацию), тогда как противоположные качества – личность с пассивной жизненной позицией (на уровне субъекта – объектную ориентацию). Своеобразие взаимосвязи компонентов субъект-объектных ориентаций дает обоснование их двухмерной типологии на пересечении ортогональных осей «трансситуационное творчество – трансситуационный локус контроля») и характеристики психологических

типов («преобразователь», «гармонизатор», «пользователь», «потребитель» – на уровне субъекта, а также на уровне личности, благодаря учету духовно-нравственного вектора, – типы «ситуативн-оцелостная» и «внутренне-целостная» личность). Одномерная типология включает противоположные типы субъектной и объектной ориентаций.

В настоящем исследовании осуществлена адаптация Опросника субъект-объектных ориентаций на китайском языке и выявлена их структура (Коржова Е. Ю., Цинь П., Веселова Е. К., Дворецкая М. Я., 2023). Субъект-объектные ориентации как базовые ориентации жизнедеятельности отражают определенный угол зрения на мир и не несут в себе оценочного компонента. Это хорошо согласуется с китайским менталитетом, которому присуще избегание однозначных оценок.

Решались следующие задачи: эквивалентный перевод опросника на китайский язык; анализ дискриминативности пунктов и опросника в целом; выделение факторной структуры китайской версии опросника; определение ее валидности и надежности.

Оригинальный вариант Опросника субъект-объектных ориентаций представляет собой 21 пункт альтернативных утверждений (Коржова Е. Ю., 2002). Для математико-статистического анализа данных использовались программы SPSS 27.0 и Mplus8.3. Для анализа дискриминативности китайской версии опросника вычислялись показатели p (определение доли респондентов, давших ключевые ответы) и четырехпольный коэффициент корреляции j (определение величины корреляции заданий с общим показателем). Общепринято, что задания со значением j от 0,80 до 0,20 считаются удовлетворительными. Дискриминативность (способность отдельного пункта и теста в целом различать между собой «слабых» и «сильных» испытуемых) вычислялась с помощью коэффициента δ (дельта) Фергюсона (хороший результат при $\delta > 0,5$) и коэффициента D (дискриминативность каждого пункта) (хороший результат при $D > 0,4$). Надежность как согласованность пунктов

рассматривалась по значению коэффициента α Кронбаха (приемлемый результат при $\alpha > 0,7$). Также для выявления факторной структуры китайской версии опросника использовался эксплораторный и конфирматорный факторный анализ. Индексы согласия считаются удовлетворительными при значении 0,9 и более, квадратный корень среднеквадратической ошибки аппроксимации RMSEA при значении 0,06 и ниже (Hu T.L., Bentler P.M., 1999). Для анализа конструктивной валидности китайской версии Опросника субъект-объектных ориентаций были выбраны Шкала осмысленности жизни (陈维, 葛纓, 胡媛艳, 张进辅, 2015) и шкала депрессии PHQ9 (陈丹, 2011). Эти методики адаптированы на китайском языке. При разработке русскоязычной версии опросника (Коржова Е.Ю., 2002) было показано, что базовые жизненные ориентации содержательно соотносятся с уровнем осмысленности жизни, а высокие значения субъект-объектных ориентаций связаны с позитивным эмоциональным состоянием. В качестве критериев конвергентной валидности анализировались показатели AVE (средняя уточненная дисперсия) и CR (коэффициент конверсии).

Адаптация опросника проводилась среди китайских студентов университета провинции Гуйчжоу. В связи с необходимостью переформулирования пунктов и поиском оценочной стратегии опрос респондентов осуществлялся шесть раз. Ниже представлено количество респондентов в каждой выборке и их возрастная характеристика (всего 1471 респондент) при опросе по разным вариантам китайской версии опросника: 1) N=230, M=19,16 лет, SD=1,58; 113 мужчин, 117 женщин. 2) N=213, M=19,09 лет, SD=1,59; 122 мужчины, 91 женщина. 3) N=200, M=18,71 лет, SD=0,89; 88 мужчин, 112 женщин. 4) N=285, M=18,66 лет, SD=0,82; 139 мужчин и 146 женщин. 5) N=323, M=18,99 лет, SD=1,06; 45 мужчин, 278 женщин. 6) N=220, M=18,94 лет, SD=1,13; 36 мужчин, 184 женщины.

На первом этапе разработки китайской версии опросника субъект-объектных ориентаций осуществлен перевод методики в соответствии с

требованиями к эквивалентности перевода (Бурлачук Л. Ф., 2008). Прямой и обратный перевод сделан с привлечением профессиональных переводчиков и при участии автора адаптации методики. Опросник был переведен на китайский язык тремя аспирантами, свободно владеющими китайским и русским языками. Один из них – китаец, специальность которого – русский язык. Второй аспирант – китаец, успешно окончивший аспирантуру по психологии. Третий – русский, свободно владеющий китайским языком. После ряда редактирований и проверки обратного перевода автором опросника шкала была приведена в соответствие с китайскими языковыми выражениями в плане перевода и семантики.

Версия 1. Первая китайская версия опросника состоит из 21 пункта и структурирована так же, как и оригинальная русская версия. Проведенный опрос китайских респондентов показал, что за исключением значения δ , которое является идеальным (0,902), остальные результаты не могут быть признаны удовлетворительными: по пунктам 9, 10, 12 значение коэффициента j не входит в необходимый диапазон 0,2 до 0,8, а пункт 21 имеет граничное значение 0,8; значения j всех пунктов ниже 0,2; пункты 4, 9, 10, 12, 18, 20, имеют неудовлетворительные значения.

Версия 2. На основе первой версии пункты, по которым получены неудовлетворительные результаты дискриминативности пунктов, были переформулированы. В результате применения версии 2 оказалось, что значение δ так же идеально (0,915); значения j по всем пунктам ниже 0,2; значения D пунктов 1, 3 и 14 не идеальны; следовательно, нужна дальнейшие модификация китайской версии.

Версия 3. В результате применения версии 3 значение δ по-прежнему удовлетворяет условиям (0,906), но значение j вновь не соответствует требованиям для нескольких пунктов (пункты 13 и 21); значение D остается неудовлетворительным для пунктов 3, 4, 13, 14, 16, 21; значения j по всем пунктам вновь не соответствовали требованиям (слишком низкие значения),

что свидетельствует об отсутствии согласованности пунктов.

Версия 4. Для следующей версии пункты 2 («Моя жизнь насыщена разнообразными жизненными событиями – В моей жизни немного внешних событий»: транситуационное освоение мира) и 7 («В моем прошлом было много жизненных изменений – В моем прошлом было мало жизненных изменений»: транситуационный локус контроля) были заменены, поскольку китайские респонденты не могли осуществить выбор, не различая степень событийной насыщенности жизни. Новые пункты были направлены на выявление тех же параметров, что и изъяты: пункт 22 «Я более склонен к духовному обогащению внутреннего мира, чем к приобретению материальных благ – Я более склонен к приобретению материальных благ, чем к духовному обогащению» (транситуационная направленность освоения мира) и пункт 23 «Я никогда не боюсь трудностей на жизненном пути – Я боюсь трудностей на жизненном пути» (транситуационный локус контроля).

Поскольку в предыдущих версиях пункты оказывались не связанными между собой в силу особенностей мышления китайцев, не склонных к черно-белой оценке действительности и предпочитающих полутона, было принято решение заменить дихотомические формулировки использованием 7-балльной шкалы Лайкерта.

В результате применения данной версии пункты 2, 6, 7, 11, 19, 20, 21, 22 и 23 оказались не связанными. Коэффициент α Кронбаха равен 0,033. Далее в поисках оптимальной версии 7-балльная шкала Лайкерта была заменена на 5-балльную, коэффициент α получил значение 0,054, остальные коэффициенты по всем пунктам также оказались неудовлетворительными. В данной версии для оценки предлагалась по-прежнему пара высказываний, а шкала была заменена на 7-балльную, что привело к большому количеству случайных ответов из-за сложности таких заданий.

Версия 5. Результаты применения новой версии с 5-балльной шкалой показали, что коэффициент α становится больше при удалении пунктов 2 и 7

($\alpha=0,872$). Поскольку корреляционные связи между пунктами 2 и 7 и общим баллом были незначительными, все же пришлось их удалить.

Для изучения факторной структуры китайской версии опросника предстояло провести факторный анализ. Предварительно были вычислены коэффициент Кайзера–Мейера–Олкина (КМО) и значение критерия Бартлетта. При $\text{КМО} > 0,6$ результат является приемлемым, при $\text{КМО} > 0,8$ – очень хорошим. В нашем случае $\text{КМО} = 0,894$, что указывает на хорошее значение; значение критерия Бартлетта 2294,204 ($p < 0,05$), что также является хорошим показателем. Анализ общностей (communalities) демонстрирует, какую часть дисперсии каждой из включенных в анализ переменных объясняет предлагаемая факторная модель. Пункты являются хорошими, когда communalities $> 0,4$. Когда communalities $< 0,4$, пункты нужно удалить. В нашем случае communalities всех пунктов больше 0,4, поэтому все они подходят для факторного анализа. Был проведен эксплораторный факторный анализ методом главных компонент с Varimax вращением, в результате выделено 6 факторов (пункты 14, 13, 16, 15); (пункты 5, 4, 3, 1); (пункты 23, 22, 19, 20); (пункты 17, 21, 18, 10); (пункты 12, 9, 11); (пункты 6, 8). Таким образом, в последнем факторе оказывается всего 2 пункта, тогда как минимальное количество переменных в каждом факторе должно быть не менее 3. Поэтому данные пункты были удалены, после чего пункт 12 получил значение communalities = 0,286, что меньше требуемых 0,4, в связи с чем он также был удален. Остальные пункты соответствуют необходимым требованиям.

Был вновь проведен эксплораторный факторный анализ, в результате выделились 4 фактора, охватывающие 18 пунктов. После этого проведен конфирматорный факторный анализ, результаты которого показали, что факторные нагрузки для пунктов 1 и 21 были ниже 0,5 (по пункту 1: 0,49 и по пункту 21: 0,46). Поэтому вопросы 1 и 21 необходимо было удалить. В результате эксплораторного факторного анализа были выделены 3 фактора. Показатели имели факторные нагрузки более 0,5 во всех случаях. Но индексы

согласия конфирматорного факторного анализа оказались менее 0,9 (NFI=0,84, CFI=0,889, GFI=0,897, AGFI=0,862), поэтому соответствие модели было сочтено неудовлетворительным.

Версия 6. На новой выборке применена следующая версия опросника. В результате α Кронбаха = 0,842, КМО = 0,853, что удовлетворяет требованиям. Величина коэффициента Бартлетта = 1285,397 ($p < 0,05$), что также соответствует требованиям и означает возможность проведения факторного анализа. Однако значение общностей для пунктов 8 и 16 были меньше 0,4, поэтому они были удалены. После удаления вопроса 8 и вопроса 16 и повторного тестирования значение пункта 1 оказалось меньше 0,4, поэтому вопрос 1 стало необходимо удалить. После этого значения всех нагрузок по всем пунктам выше 0,4, что позволило провести эксплораторный факторный анализ. В результате выделилось 4 фактора (пункты 18, 22, 14, 19, 13, 17); (пункты 9, 11, 12, 10); (пункты 6, 20, 23, 15); (пункты 5, 3, 4). При проведении конфирматорного факторного анализа факторные нагрузки для пунктов 6, 10 и 12 оказались ниже 0,5. После их исключения вновь был проведен эксплораторный факторный анализ. Пункты 13 и 14 вошли в отдельный фактор и были удалены, поскольку в каждом факторе должно быть не менее трех пунктов. В результате все показатели эксплораторного факторного анализа соответствовали статистическим требованиям (см. раздел **Версия 5**), и три фактора были сохранены, как показано в таблице 4.

Таблица 4 – Результаты факторного анализа: матрица факторов

Пункты	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
19	0,761	0,40	0,119
18	0,714	0,183	0,197
22	0,697	0,209	0,158
17	0,581	0,304	0,115
15	0,065	0,767	0,242
23	0,383	0,692	0,035
20	0,399	0,669	0,044

Продолжение таблицы 4

11	0,030	0,654	0,388
5	0,115	0,077	0,847
3	0,169	0,264	0,713
4	0,235	0,144	0,698
Дисперсия, всего: 59,506 %	21,099 %	20,090 %	18,317 %

Примечание: порядок пунктов приведен в соответствии с нагруженностью в факторе 1.

Как видно из таблицы 4, факторные нагрузки каждой латентной переменной для каждого пункта больше 0,5, что указывает на высокую репрезентативность содержания латентных переменных. Кроме того, средняя дисперсия AVE каждой латентной переменной близка к 0,4 или больше 0,4, что является приемлемым, и комбинированная надежность CR больше 0,7, что указывает на хорошую конвергентную валидность.

Между факторами существует значимая корреляция ($p < 0,001$), кроме того, все абсолютные значения коэффициентов корреляции меньше 0,5, а также все меньше квадратного корня из соответствующего AVE: латентные переменные в некоторой степени коррелируют друг с другом и в некоторой степени дифференцированы друг от друга, т.е. данные шкалы идеально дискриминантны (табл. 5 и рис. 4).

Таблица 5 – AVE и CR факторов жизненных ориентаций китайцев

Фактор			Значение	AVE	CR
a19	<	F1	0,547	0,394	0,721
a18	<		0,709		
a22	<		0,65		
a17	<		0,594		
a15	<	F2	0,645	0,426	0,747
a23	<		0,707		
a20	<		0,69		
a11	<		0,559		

Продолжение таблицы 5

a5	<	F3	0,696	0,463	0,721
a4	<		0,631		
a3	<		0,712		

Условные обозначения: AVE – средняя уточненная дисперсия, CR – коэффициент конверсии. F1-F3 – факторные шкалы адаптированного на китайской выборке опросника, a19-a18 – пункты опросника

На следующем этапе применялся конфирматорный факторный анализ. Нами построена структурная модель субъект-объектных ориентаций (рис. 5). Индексы согласия структурной модели (табл. 6) показывают приемлемый результат.

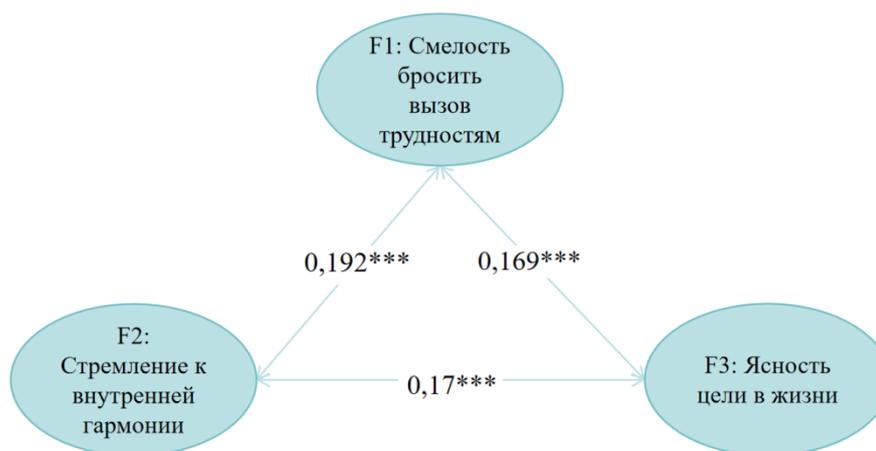


Рисунок 4 – Коэффициенты корреляции между тремя факторами жизненных ориентаций на китайской выборке.

Условные обозначения: *** $p < 0,001$.

Таблица 6 – Индексы согласия структурной модели субъект-объектных ориентаций (китайская версия Опросника субъект-объектных ориентаций)

Индексы согласия	χ^2/df	RMSEA	RMR	GFI	CFI
Значения	1,737	0,058	0,037	0,944	0,951

Условные обозначения: χ^2 – критерий согласия; df – степени свободы; RMSEA, RMR, GFI, CFI – индексы согласия.

Из приведенной таблицы видно, что значение χ^2/df составляет 1,737, меньше 3, что является идеальным соответствием; RMSEA составляет 0,058, меньше 0,08, что является хорошим соответствием; RMR составляет 0,037, меньше 0,05, что является идеальным соответствием; GFA составляет 0,944, больше 0,9, что является хорошим соответствием; CFI составляет 0,951, больше 0,9, что также является хорошим соответствием.

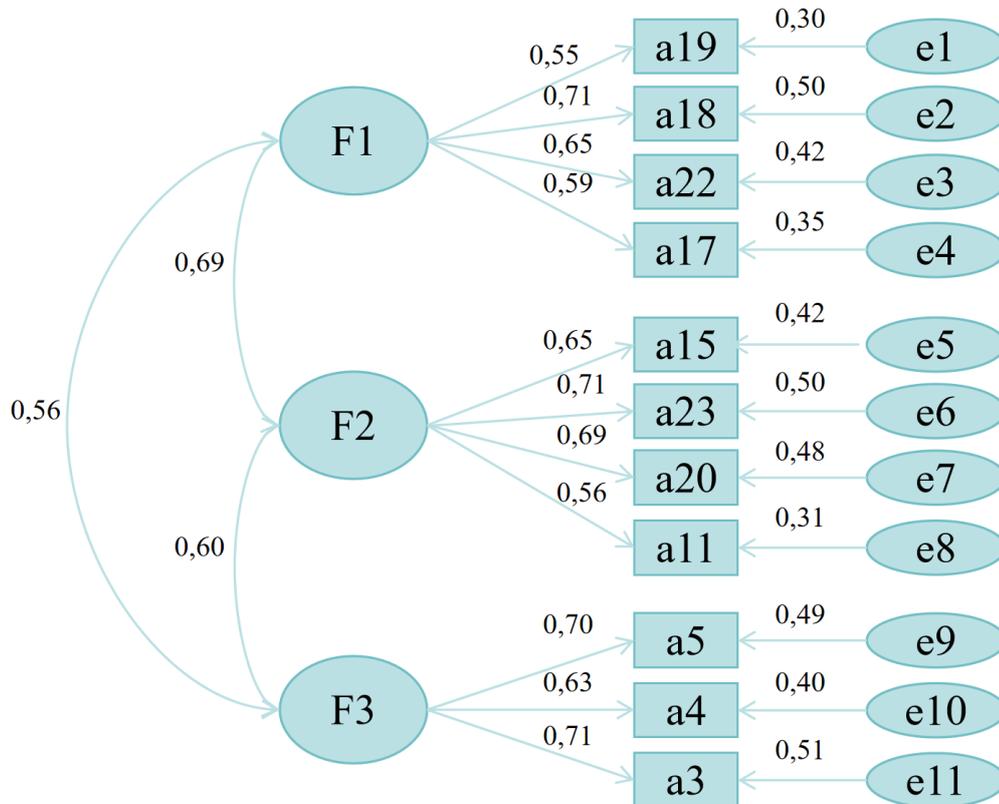


Рисунок 5 – Структурная модель субъект-объектных ориентаций (согласно китайской версии опросника)

Условные обозначения: F1, F2, F3 – факторы субъект-объектных ориентаций в окончательной китайской версии опросника; a3 – a23 – явные переменные-индикаторы; e1 – e11 – латентные переменные, числа у направленных стрелок — стандартизованные коэффициенты регрессии, числа у стрелок — значения коэффициента корреляции r между переменными.

В целом, общая модель хорошо подходит для всех трех факторов.

При анализе конструктивной валидности китайской версии Опросника субъект-объектных ориентаций согласно результатам корреляционного анализа (N=587), итоговый показатель китайской версии данного Опросника значимо положительно коррелировал с общим показателем осмысленности

жизни ($r=0,346$, $p<0,01$) и отрицательно коррелировал с шкалой депрессии PHQ9 ($r = -0,189$, $p<0,01$) (рис. 6).

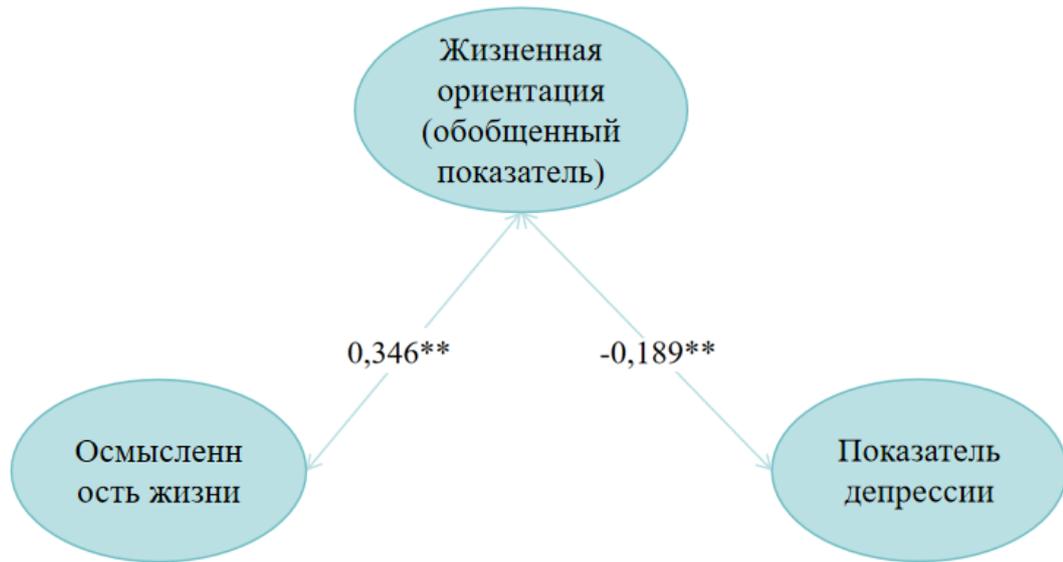


Рисунок 6 – Корреляционный анализ показателей жизненных ориентаций, смысла жизни и депрессии (r Пирсона)

Условные обозначения: $**p<0,01$.

Надежность по согласованности пунктов (коэффициент α) для итогового показателя составил 0,828, F1 0,717, для F2=0, 744, для F3= 0,718. Ретестовая надежность для 11 пунктов имеет значение 0,778 ($p<0,01$), временной интервал 2 месяца. Данные результаты указывают на хорошую надежность и устойчивость шкалы во времени.

Ниже представлена адаптированная версия опросника с указанием первоначальных пунктов и пунктов, вошедших в окончательный вариант (табл. 7) и описательные статистики (табл. 8).

Таблица 7 – Китайская версия Опросника жизненных ориентаций

下面是一些描述，请根据你的符合程度打“√”	完全不符合	比较不符合	不确定	比较符合	完全符合
1. 我更喜欢充满新鲜事物的生活环境。	1	2	3	4	5
2. 在我的生活中很少有新事物发生。	1	2	3	4	5
3. 我努力朝一种“真、善、美”的理想方向生活。	1	2	3	4	5
4. 通常我觉得我可以主导自己的生活。	1	2	3	4	5
5. 我把我的生活看作是一个“连续不断的过程”。	1	2	3	4	5
6. 比起现实生活，我更喜欢关注自己的内心世界。	1	2	3	4	5
7. 我过去的生活比较单一。	1	2	3	4	5
8. 对我来说了解自己存在的意义比实现自我更重要。	1	2	3	4	5
9. 我认为“好运”实际是长期专注和努力的结果。	1	2	3	4	5
10. 我喜欢结交新的朋友。	1	2	3	4	5
11. 我觉得人最重要的是保持自己的内心和谐。	1	2	3	4	5
12. 我并不认为生活很大程度是命运安排好的。	1	2	3	4	5
13. 我喜欢读新书，看新电影。	1	2	3	4	5
14. 我乐于自己掌握时间。	1	2	3	4	5
15. 生活中，了解自己内心是最重要的。	1	2	3	4	5
16. 我做事通常会提前做计划。	1	2	3	4	5
17. 我总是喜欢改变。	1	2	3	4	5
18. 我倾向于过更有挑战性的生活。	1	2	3	4	5
19. 我的生活很少会被周围环境所影响。	1	2	3	4	5
20. 对我来说道德和修养上的自我提升比现实成就更重要。	1	2	3	4	5
21. 我经常更换学习地点（或工作机构）。	1	2	3	4	5
22. 我从不畏惧生活中的各种困难。	1	2	3	4	5
23. 比起物质，我过去的生活更忠于内心世界的精神充实。	1	2	3	4	5

Условные обозначения: жирным шрифтом отмечены пункты, вошедшие в окончательную версию.

Ключ:

F1 Смелость бросить вызов трудностям (пункты 17, 18, 19, 22).

F2 Стремление к внутренней гармонии (пункты 11, 15, 20, 23).

F3 Ясность цели в жизни (пункты 3, 4, 5).

Таким образом, адаптированная китайская версия Опросника жизненных ориентаций включает 11 пунктов, образующих 3 фактора: смелость бросить вызов трудностям; стремление к внутренней гармонии; ясность цели в жизни.

Таблица 8 – Описательные статистики китайской версии Опросника субъект-объектных ориентаций

Шкалы	N	Минимальное значение	Максимальное значение	Среднее значение	Стандартное отклонение
F1	587	4	20	12,95	2,863
F2	587	4	20	15,46	2,397
F3	587	3	15	11,55	1,891
F4	587	11	55	39,94	5,690

Процесс адаптации Опросника субъект-объектных ориентаций на китайском языке привел в конечном счете к положительному результату, хотя и после весьма длительной работы над шестью версиями, в которой были учтены особенности менталитета и поведенческого рисунка китайцев. Тщательное соблюдение всех психометрических требований позволило отобрать те пункты опросника, которые действительно характеризуют базовые жизненные ориентации китайцев (из 21 пункта в конечном счете осталось 11). Кроме того, в начальных версиях пункты хорошо дифференцировали респондентов, но совершенно не были связаны с общим показателем. Это

связано с особенностями мышления – китайцы мыслят образами, запечатленными иероглифами, и каждый иероглиф многозначен. Отказ от выбора между альтернативными утверждениями и использование шкалирования привели к существенному улучшению структуры опросника. Здесь также проявились особенности менталитета китайцев: стремление избегать однозначных решений, прибегание к полутонам в жизни и в оценке ее явлений: россияне предпочитают экстремизм, а китайцы – золотую середину (Меркулов К. К., 2022). В китайской культуре идея середины (нейтралитета) применяется ко всем аспектам жизни.

С помощью математико-статистического анализа были отобраны всего 11 пунктов, вошедших в 3 фактора:

1) Смелость бросить вызов трудностям (независимость жизни от обстоятельств; стремление решать как можно более сложные задачи; отсутствие страха перед жизненными трудностями; предпочтение частой смены занятий). Пункты 17 («Мне всегда нравится что-то менять в своей жизни»), 18 («Я склонен бросать вызов жизни»), 19 («Мое окружение редко влияет на мою жизнь»), 22 («Я никогда не боюсь возможных трудностей в жизни»).

2) Стремление к внутренней гармонии (значение понимания самого себя; духовная самореализация; нравственное самосовершенствование; гармония с собой). Пункты 11 («Я думаю, главное – поддерживать внутреннюю гармонию»), 15 («В жизни важно понять свой внутренний мир»), 20 («Для меня моральные принципы и самосовершенствование важнее реальных достижений»), 23 («Я больше склонен не к материальному, а к духовному обогащению»).

3) Ясность цели в жизни (понимание жизни как непрерывной жизненной линии; чувство хозяина жизни; предпочтение жизни настоящим). Пункты 3 («Я стремлюсь жить в соответствии с идеалами истины, добра, красоты»), 4 («Я думаю, что могу управлять своей жизнью»), 5 («Я считаю, что жизнь – это

непрерывная линия»).

В приложении на китайском языке приведен окончательный вариант китайской версии опросника.

При сравнении структуры субъект-объектных ориентаций, полученной на китайской выборке, со структурой, полученной на российской выборке, можно видеть, что, во-первых, и оригинальная версия опросника, и его китайская версия позволяют выявить обобщенный показатель базовых жизненных ориентаций, что дает возможность проводить сравнительные межкультурные исследования. Факторная структура имеет специфику в китайской и российской выборках. В российской выборке из четырех факторов три характеризуют творческую направленность личности, стремление преобразовывать внутренний и внешний мир (трансситуационные изменчивость, направленность освоения мира и подвижность) и только один – локус контроля за происходящим в жизни. В китайской версии со шкалой локуса контроля имеет определенное сходство третий фактор «Ясность цели в жизни», однако это менее однозначный фактор, включающий элементы направленности освоения мира. Если сопоставить полученные результаты с имеющимися в литературе, то можно обратить внимание, что фактор 3 в определенной мере характеризует стремление китайцев чувствовать себя хозяевами своей судьбы, в отличие от «фатализма» россиян (Меркулов К. К., 2022). Фактор 1 «Стремление бросить вызов трудностям» включает в себя элементы из всех факторов оригинальной версии, с акцентом на взаимодействие с внешними обстоятельствами. Фактор 2 «Стремление к внутренней гармонии» также «сборный», однако без элементов трансситуационной подвижности, что акцентирует обращенность на внутренний мир. Все три фактора неоднозначны и свидетельствуют о стремлении китайцев к внутренней и внешней гармонии, а также об их целеустремленности и трудолюбии. На менталитет китайцев оказывают большое влияние религия, историческая память и устоявшиеся традиции

(Романенко А. А., Яценко П. Ф., 2022). Полученные результаты свидетельствуют о том, что исследование психологии китайцев невозможно без учета в психодиагностическом инструментарии национального менталитета (Цзюй Ю., Матвеев М. О., 2022). Вместе с тем, при учете специфики менталитета важно искать и общие точки соприкосновения народов (Просеков С. А., 2020). Наличие общих элементов структур базовых жизненных ориентаций позволяет это осуществить.

2.2.3. Другие психодиагностические методики, использованные в исследовании

Психодиагностические методики, использовавшиеся при адаптации Шкалы качества жизни Бруннsvикена

Шкала адаптации к студенческой жизни (方积乾, 郝元涛, 1999).

Используется китайская версия шкалы адаптации к жизни (黄萍, 2017), состоящая из 27 пунктов и 4 измерений, с 4-балльной шкалой оценивания, где более высокий балл указывает на более высокую способность испытуемого к адаптации в жизни. Коэффициент альфа шкалы составил 0,92.

Шкала депрессии (Patient Health Questionnaire-9, PHQ-9).

Этот опросник был разработан на основе диагностических критериев для депрессивных расстройств из «Диагностического и статистического руководства по психическим расстройствам» Американской психологической ассоциации. В данном исследовании использовалась русская (Погосова Н.В., Довженко Т.В., Бабин А.Г., Курсаков А.А., Выгодин В.А., 2014) и китайская (陈丹, 2011) версии шкалы депрессии PHQ-9. В практическом применении эта шкала может использоваться как для скрининга депрессивных состояний, так и для оценки степени их выраженности. Русская и китайская версии шкалы полностью соответствуют друг другу. Опросник оценивает симптомы и их частоту за последние две недели. Шкала состоит из 9 пунктов, имеет одно

измерение и использует 4-балльную шкалу. Более высокий балл указывает на более выраженную степень депрессии у испытуемого. Коэффициент альфа шкалы составил 0,83, Русская версия коэффициент α шкалы составил 0,85,

Психодиагностические методики, использовавшиеся при адаптации Опросника жизненных ориентаций Е.Ю. Коржовой

1) Методика «Цель в жизни» (Purpose in Life Test, PIL) Дж. Крамбо и Л. Махолика разработана на основе теории стремления к смыслу и логотерапии В. Франкла и преследовала цель эмпирической валидации ряда представлений этой теории, в частности, представлений об экзистенциальном вакууме и ноогенных неврозах. Методика адаптирована на китайском языке как *Шкала осмысленности жизни* (Chen W. et al., (陈维, 葛纓, 胡媛, 张进辅), 2015)

2) *Шкала депрессии PHQ-9* (Chen D., 2011). (陈丹, 2011). Описание методики дано выше.

Методики для анализа опосредования, адаптированные на китайском языке:

1) *Шкала смысла жизни* (Steger M. F., Frazier P., Oishi S., Kaler M., 2006), адаптированный вариант на китайском языке (陈维, 葛纓, 胡媛, 张进辅, 2015), состоит из 10 пунктов, охватывающих два измерения: наличие смысла в жизни и поиск смысла в жизни. Ответы даются по 7-балльной шкале: чем выше балл, тем ярче переживание смысла жизни. Конфирматорный факторный анализ показал приемлемое соответствие: $\chi^2/df=3,09$, CFI=0,96, TLI=0,95, RMSEA=0,06, SRMR=0,05. Коэффициент альфа шкалы составил 0,86.

2) *Шкала жизненных целей* (Schulenberg S.E., Schnetzer L. W., Buchanan E. M., 2011) в адаптации на китайский язык (肖蓉, 李碧雯, 2016), состоит из 20 пунктов, охватывающих 5 измерений: энтузиазм по отношению к жизни, жизненные цели, чувство автономии, избегание и предвидение будущего. Ответы даются по 7-балльной шкале. Чем выше балл, тем более

целестремленной является жизнь. Конфирматорный факторный анализ показал приемлемое соответствие: $\chi^2/df = 2,93$, CFI = 0,90, TLI = 0,88, RMSEA = 0,06, SRMR = 0,05. Коэффициент альфа шкалы составил 0,90.

ГЛАВА 3

**РЕЗУЛЬТАТЫ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ
КАЧЕСТВА ЖИЗНИ И ЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ****3.1. Жизненные ориентации и качество жизни китайских студентов
разного пола и уровня образования**

В исследовании приняли участие 600 студентов китайских вузов. Среди ответивших 149 юношей (24,8%) и 451 девушка (75,2%); их возраст варьировал от 17 до 25 лет ($19,64 \pm 3,29$) – 300 первокурсников и 300 четверокурсников. Использовались две психодиагностические методики (Опросник жизненных ориентаций Е.Ю. Коржовой (Коржова Е.Ю., 2002) и Шкала качества жизни Бруннсвикена (Lindner P., Frykheden O., Forsström D. et al., 2016), адаптированные нами на китайской выборке. Шкала качества жизни Бруннсвикена представляет собой одномерную шкалу с 12 пунктами. Используется 5-балльная шкала: чем выше балл, тем выше качество жизни. В китайской версии Опросника жизненных ориентаций, в отличие от оригинальной версии, используется пятибалльная шкала оценивания: чем выше балл, тем более выражена субъектная ориентация и активная жизненная позиция. Психометрические характеристики адаптированных версий данных методик удовлетворительны.

В ходе исследования были рассмотрены различия в базовых жизненных ориентациях в зависимости от пола и уровня образования. Результаты показали (табл. 9), что итоговый показатель субъект-объектных ориентаций у девушек значительно выше, чем у юношей; также у них достоверно выше значение показателя качества жизни. При этом у юношей выше, чем у девушек, значение показателя «смелость бросать вызов трудностям». У первокурсников выше значение итогового показателя субъект-объектных ориентаций, а по показателю качества жизни достоверных различий нет.

Таблица 9 – Сравнительный анализ показателей базовых жизненных ориентаций и качества жизни китайских студентов ($M \pm \sigma$)

Показатели	Юноши (n=149)	Девушки (n=451)	t-критерий Стьюдента	1 курс (n=300)	4 курс (n=300)	t-критерий Стьюдента
обобщенный показатель базовых жизненных ориентаций	43,66±12,51	54,50±19,29	10,83***	63,54±19,21	40,07±6,00	23,47***
смелость бросить вызов трудностям	13,59±2,89	12,76±2,94	0,83**	12,93±3,05	13,01±2,85	0,09
стремление к внутренней гармонии	15,43±2,51	15,36±2,47	0,76	15,38±2,48	15,38±2,48	0,00
ясность цели в жизни	11,51±2,39	11,61±1,90	0,10	11,48±2,17	11,68±1,88	0,20
качество жизни	51,38±20,16	55,38±19,92	4,01*	54,97±20,13	53,81±19,97	1,16

Условные обозначения: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$.

Результаты корреляционного анализа переменных (рис. 7) показали наличие значимых положительных взаимосвязей (все $p < 0,01$), включая взаимосвязь итогового балла жизненных ориентаций и общего балла качества жизни ($r=0,25$, $p < 0,01$); коэффициент корреляции между различными измерениями жизненных ориентаций варьировал от 0,47 до 0,58; среди них значимыми являются коэффициенты корреляции между смелостью бросать вызов трудностям и качеством жизни ($r=0,37$, $p < 0,01$), стремлением к внутренней гармонии и качеством жизни ($r=0,39$, $p < 0,01$), ясностью жизненных целей и качеством жизни ($r=0,45$, $p < 0,01$).

Для проверки влияния показателей жизненных ориентаций на качество жизни был проведен регрессионный анализ и тестирование на мультиколлинеарность (табл. 10).

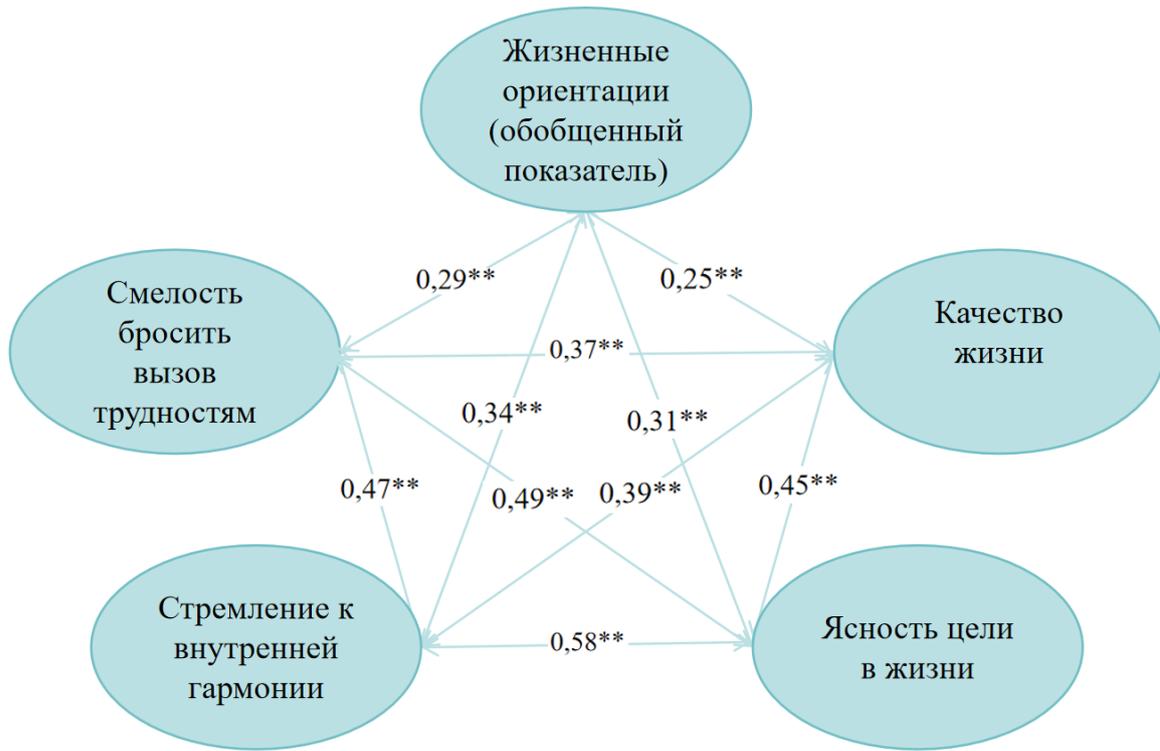


Рисунок 7 – Взаимосвязь показателей базовых жизненных ориентаций и качества жизни китайских студентов (r Пирсона)

Условные обозначения: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$.

Таблица 10 – Показатели жизненных ориентаций как предикторы качества жизни (N=600)

Переменные	Нестандартизированные		Стандартизированные		Коэффициент инфляции дисперсии VIF
	β	Se	β	t	
Свободный член	11,11	4,89			
Смелость бросать вызов трудностям	1,08	0,29	0,16	3,73***	1,42
Стремление к Внутренней гармонии	1,27	0,37	0,16	3,47**	1,61
Ясность цели в жизни	2,77	0,45	0,28	6,15***	1,65

Условные обозначения: ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$.

Предварительные результаты показали, что $R^2=0,25$, а значение F-критерия ($F=64,91$, $p<0,001$), что дает основания провести регрессионный анализ. Дальнейшее регрессионное тестирование показало, что для качества жизни значимы переменные «смелость бросать вызов трудностям» ($\beta=0,16$, $t=3,73$, $p<0,001$), «стремление к внутренней гармонии» ($\beta=0,16$, $t=3,47$, $p<0,01$), «ясность цели в жизни» ($\beta=0,28$, $t=6,15$, $p<0,001$); Результаты теста на мультиколлинеарность показали, что все значения VIF были меньше 10, что указывает на отсутствие линейной зависимости между объясняющими переменными (Tripathi J., 2000).

По данным настоящего исследования у девушек более выражена субъектная жизненная ориентация, чем у юношей, также качество жизни у них значительно выше, чем у юношей, что согласуется с результатами предыдущих исследований удовлетворенности жизнью (Joshanloo M., Jovanović V., 2020). И жизненные ориентация, и качество жизни, по сути, являются отражением отношения к жизни: девушки уделяют больше внимания деталям своей жизни и более усердны в учебе, предъявляя более высокие требования к будущему. Юноши же зачастую сосредоточиваются на ярких событиях в мире, предъявляя меньше требований к повседневной жизни. Однако юноши значительно превосходят девушек по параметру готовности противостоять трудностям, более охотно участвуя в решении сложных задач, участвуя в мероприятиях, связанных с риском, в то время как девушки более осторожны и осмотрительны. Исследование также показало, что студенты первого курса имеют более выраженную субъектную жизненную ориентацию, чем студенты четвертого курса. Новизна университетской жизни и надежды на будущее облегчают первокурсникам восприятие позитивных факторов среды и мобилизацию для борьбы с негативными факторами. Не секрет, что к выпуску активность жизненной позиции студентов снижается.

Результаты исследования показали, что существует значимая положительная связь между различными показателями базовых (субъект-

объектных) жизненных ориентаций, их итоговым показателем, с одной стороны, и качеством жизни, с другой, что согласуется с результатами предыдущих исследований, в которых лица с позитивной жизненной ориентацией имеют более высокое качество жизни (Prusak J., Kwapis K., Pilecka V. et al., 2021). Субъектная жизненная ориентация предполагает, что люди будут более активно воспринимать позитивные аспекты своей жизни и более терпимо относиться к негативным аспектам, что будет способствовать повышению качества жизни. Позитивная жизненная ориентация обычно связана с высокой самооценкой, оптимизмом и удовлетворенностью жизнью, а способность человека регулировать восприятие себя и окружающей среды приводит к более высоким требованиям к жизни и, соответственно, значительному повышению ее качества.

Исследование также показало, что жизненные ориентации оказывают положительное влияние на качество жизни, а три ее измерения (смелость бросить вызов трудностям, стремление к внутренней гармонии и ясность жизненных целей) могут существенно и положительно влиять на качество жизни. Качество жизни включает в себя психологические, физические, духовные и социальные аспекты и является субъективной оценкой благополучия (Naas В.К., 1999). Три измерения жизненной ориентации также в определенной степени отражают духовные, психологические и социальные качества человека, и чем более активна жизненная позиция, тем больше человек готов противостоять трудностям, тем больше он способен стремиться к внутренней гармонии и иметь четкие цели для своей жизни, а значит, достигать баланса в разноуровневых аспектах своей жизни, демонстрируя тем самым более высокий уровень качества жизни. В то же время позитивная жизненная ориентация подразумевает, что она является результатом удовлетворения потребностей личности в безопасности, принадлежности, принятии и социальной идентичности (Straś-Romanowska M., 1992), и в этом состоянии человек может воспринимать позитивные элементы жизни, имеет

высокие надежды на будущее, более мотивирован на выполнение задач, имеет более высокое чувство самоэффективности, и поэтому качество его жизни выше.

3.2. Влияние жизненных ориентаций на качество жизни китайских студентов: опосредованное влияние смысла и цели жизни

В современных исследованиях качества жизни все чаще рассматриваются жизненные ориентации (Aghaei A., 2013), смысл жизни (Hughes M., 2006) и жизненные цели (McGregor J. A., Camfield L., Woodcock A., 2009), что указывает на возрастающий интерес к изучению личностных аспектов качества жизни. В данном исследовании эмпирически изучалась взаимосвязь между жизненными ориентациями, смыслом жизни, жизненными целями и качеством жизни, что ранее не становилось предметом исследования.

Студенты вузов нередко подвергаются стрессу, испытывая дискомфорт в новой среде, погружаясь в непростые межличностные отношения, с трудом справляясь с большой учебной нагрузкой. По сравнению с другими сверстниками, у студентов в целом качество жизни хуже, они в большей мере подвержены тревоге и депрессии. С повышением уровня тревоги у студентов снижается уровень оптимизма, что значительно ухудшает качество жизни. Исследования показали, что позитивные жизненные ориентиры оказывают положительное влияние на развитие личности студентов, уменьшают проявления депрессии, повышают психологическую гибкость и эмоциональную устойчивость. Студенты находятся в процессе постоянного приобретения новых знаний и появления значимых целей, что способствует более глубокому осмыслению жизни. Смысл жизни связан со многими аспектами позитивной деятельности (King L.A., Heintzelman S.J., Ward S.J., 2016) и является эффективным защитой от психологического стресса (Bernard M. et al., 2017). Люди со значимыми целями, как правило, знают, как достичь их, имея высокий уровень мотивации достижения, а также развитые

волевые качества, что способствует преодолению препятствий на пути к достижению цели и в итоге к более высокому уровню удовлетворенности жизнью (Hill P.L., Burrow A.L., Bronk K.C., 2016). Таким образом, жизненные ориентации, смысл жизни и жизненные цели являются важными феноменами, имеющими отношение к качеству жизни студентов.

Качество жизни – это сложный феномен, включающий в целостности физическое здоровье человека, его психическое состояние, социальные отношения, личные убеждения в их соотнесенности с восприятием окружающей среды и поведением (Bonomi A.E., Patrick D.L., Bushnell D.M., Martin M., 2000). Исследования показали, что жизненные ориентации играют важную роль в улучшении качества жизни (Aghaei A., 2013). Было выявлено, что оптимистический взгляд на мир играет большую роль в психическом и физическом благополучии (Avvenuti G., Baiardini I., Giardini A., 2016). Лица с позитивной жизненной ориентацией испытывают больше положительных эмоций и более успешно справляются с проблемами (Diener E., 1984). Так, в ряде исследований, рассматривавших взаимосвязь между позитивной жизненной ориентацией и улучшением самочувствия лиц, проходящих курс восстановительных процедур после перенесенного инфаркта миокарда или готовящихся к коронарному шунтированию, было доказано, что существует положительная взаимосвязь между оптимистическим взглядом на жизнь и субъективным восприятием действительности, ожиданием выздоровления и интернальным локусом контроля (Солодухин А. В., Беззубова В. А., Кухарева И. Н. и др., 2017).

Жизненные ориентации не только оказывают положительное воздействие на качество жизни, но также могут помочь повысить осознанность смысла и целей жизни (Crandall J.E., Rasmussen R.D., 1975). Жизненные цели и смысл жизни всегда взаимосвязаны. Жизненные цели направляют людей к действию и в то же время побуждают их чувствовать, что жизнь наполнена смыслом (McKnight P.E., Kashdan T.B., 2009). Есть доказательства того, что в

некоторых трудных и стрессовых ситуациях жизненные стратегии становятся менее успешными, в то же время это приводит к размыванию смысла жизни, и наоборот. В ходе исследования удовлетворенности жизнью было обнаружено, что смысл жизни и жизненная цель могут быть предикторами психического и физического здоровья (Reker G.T., Peacock E.J., Wong P.T., 1987). Более высокие жизненные цели связаны с более высокой удовлетворенностью жизнью, положительными эмоциями, смелостью и надеждой; чем выше целеустремленность, тем меньше ежедневных негативных симптомов, тем дольше продолжительность жизни и тем эффективнее когнитивные процессы (Pfund G.N., Hill P.L., 2018).

В исследовании приняли участие 600 студентов китайских вузов. Среди них 149 (24,8%) юношей и 451 (75,2%) девушка; их возраст варьировал от 17 до 25 лет ($19,64 \pm 3,29$).

Использовались 4 психодиагностические методики (Опросник субъект-объектных ориентаций (Коржова Е.Ю., 2002), Шкала качества жизни Бруннsvикена (Lindner P., Frykheden O., Forsström D. et al., 2016), Шкала смысла жизни (Steger M. F., Frazier P., Oishi S., Kaler M., 2006), Шкала жизненных целей (Schulenberg S.E., Schnetzer L. W., Buchanan E. M., 2011). Все методики адаптированы на китайском языке.

Корреляционный анализ

Результаты корреляционного анализа рассматриваемых переменных (табл. 11) показали наличие значимых положительных взаимосвязей: значимыми оказались взаимосвязи между жизненными ориентациями и переживанием смысла жизни ($r=0,18, p<0,01$), жизненными ориентациями и целью жизни ($r=0,25, p<0,01$), а также жизненными ориентациями и качеством жизни ($r=0,25, p<0,01$). Также значимы взаимосвязи: между переживанием смысла жизни и целью жизни ($r=0,48, p<0,01$), между переживанием смысла жизни и качеством жизни ($r=0,51, p<0,01$), между целью жизни и качеством жизни ($r=0,53, p<0,01$).

Таблица 11 – Результаты корреляционного анализа (r Пирсона) переменных для китайских студентов

Показатели	М	SD	1	2	3	4	5
1 Возраст	19,64	1,81	1				
2 Жизненные ориентации (итоговый показатель)	51,81	18,45	0,61**	1			
3 Смысл жизни	47,48	9,58	0,02	0,18**	1		
4 Цель жизни	97,79	18,77	0,09**	0,25**	0,48**	1	
5 Качество жизни	54,39	20,04	0,05	0,25**	0,51**	0,53**	1

Условные обозначения: М – среднее значение, SD – стандартное отклонение, ** $p < 0,01$

Тест на смещение общего метода

Поскольку в исследовании использовались бумажные варианты методик, был применен односторонний метод Хармана для проверки на смещение общего метода (Podsakoff P.M., MacKenzie S.B., Lee J.Y., Podsakoff N.P., 2003). Результаты показали, что в общей сложности 10 факторов имели собственные значения больше 1, при этом первый фактор объяснял 25,91 %, что ниже критического значения 40 %, что указывает на то, что смещение общего метода в исследовании не было значительным.

Тест на эффект цепной медиации

В соответствии с гипотезой исследования для построения модели цепной медиации из-за различий в методах оценки каждой переменной, чтобы избежать влияния различных шкал, перед тестированием модели каждая переменная была преобразована в стандартные баллы. Тест коэффициентов пути показал (табл. 12 и рис. 8.), что значимы влияние жизненной ориентации на ощущение смысла жизни ($\beta=0,18$, $t=4,36$, $p < 0,001$); влияние жизненной ориентации на цель жизни ($\beta=0,17$, $t=4,61$, $p < 0,001$), влияние переживания

смысла жизни на цель жизни ($\beta=0,45$, $t=12,64$, $p<0,001$); влияние субъектной ориентации на качество жизни ($\beta=0,11$, $t=3,30$, $p<0,001$), влияние смысла жизни на качество жизни ($\beta=0,32$, $t=9,66$, $p<0,001$), влияние цели в жизни на качество жизни ($\beta=0,35$, $t=9,27$, $p<0,001$).

Таблица 12 – Анализ коэффициентов цепного промежуточного пути

Модель	Переменная результата	Предикторная переменная	R^2	F	β	t
1	Смысл жизни	Жизненные ориентации (итоговый показатель)	0,03	19,00***	0,18	4,36***
2	Цель жизни	Жизненные ориентации (итоговый показатель)	0,26	103,94***	0,17	4,61***
		Цель жизни			0,45	12,64***
3	Качество жизни	Жизненные ориентации (итоговый показатель)	0,38	119,37***	0,11	3,30***
		Цель жизни			0,32	9,66***
		Цель жизни			0,35	9,27***

Условные обозначения: ** $p<0,01$, *** $p<0,001$

Дальнейшее изучение эффекта медиации показало (табл. 13), что значимы эффект медиации смысла жизни (эффект=0,05, $p<0,001$), эффект медиации цели в жизни (эффект=0,06, $p<0,001$), эффект цепной медиации чувства смысла жизни и цели в жизни (эффект=0,03, $p<0,001$), а верхняя и нижняя границы доверительных интервалов прямой эффект (0,11), опосредующий эффект чувства смысла жизни (0,05), опосредующий эффект цели в жизни (0,06) и цепной опосредующий эффект чувства смысла жизни и цели в жизни (0,03) составили 43,87%, 22,29%, 22,84% и 10,99% от общего эффекта (0,25) соответственно.

Таблица 13 – Разложение эффектов посредничества

Переменные	Эффект	t	Ниже 2,5%	Выше 2,5%	Процент
Прямой эффект	0,11	6,37***	0,17	0,33	43,87%
Общий эффект	0,14	6,46***	0,10	0,19	56,13%
Смысл жизни	0,05	4,07***	0,03	0,08	22,29%
Цель жизни	0,06	3,87***	0,03	0,09	22,84%
Смысл жизни → Цель жизни	0,03	3,85***	0,02	0,04	10,99%
Совокупный эффект	0,25	6,37***	0,17	0,33	

Примечание: ниже 2,5%, выше 2,5% означает Бутстрэп 2,5% и 97,5%.
Условные обозначения: *** $p < 0,001$

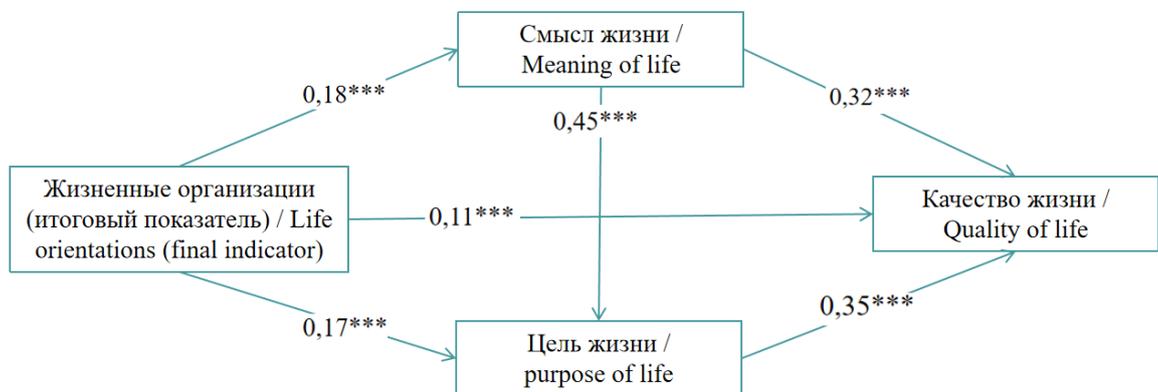


Рисунок 8 – Схема модели эффекта цепного посредничества

Условные обозначения: *** $p < 0,001$

Результаты исследования показали, что субъектная ориентация положительно влияет на качество жизни, а смысл жизни и цель жизни выступают в качестве цепных медиаторов. Полученные данные о позитивном влиянии субъектной жизненных ориентаций на качество жизни согласуются с результатами предыдущих исследований. Позитивная жизненная ориентация, не зависящая от черт личности и отличающаяся сложностью, является субъективной установкой личности эффективно справляться с жизнью, проявляющейся в более частом переживании положительных эмоциональных состояний, в установлении позитивных межличностных отношений и в

успешности социальной адаптации (Alessandri G., Caprara G. V., Tisak J., 2012). Качество жизни – это многомерная оценка текущих условий жизни индивида в культурном контексте ценностей, в которых он живет и укоренен. Позитивная жизненная ориентация предполагает, что индивид способен быть более терпимым к факторам в своем текущем окружении и с большей вероятностью позитивно оценивает текущие условия жизни, а значит, демонстрирует более высокий уровень качества жизни. Качество жизни включает в себя психологические, физические, духовные и социальные аспекты и является субъективной оценкой благополучия (Haas E. R., Madson K. S., 2012). Три измерения жизненных ориентаций, выявленные нами, также в определенной степени отражают духовные, психологические и социальные качества человека, и чем более выражена субъектная жизненная ориентация, тем больше он готов противостоять трудностям, тем больше он способен стремиться к внутренней гармонии и иметь четкие цели для своей жизни, а значит, достигает сбалансированного состояния разноуровневых аспектов своей жизни, демонстрируя тем самым более высокий уровень качества жизни. В то же время позитивная жизненная ориентация означает, что она является результатом удовлетворения потребностей личности в безопасности, принадлежности, принятии и социальной идентичности (StrašRomanowska M., 1992), при которой человек воспринимает позитивные аспекты жизни, имеет высокие ожидания на будущее, более мотивирован на выполнение задач, обладает более высокой самооэффективностью и, следовательно, имеет более высокий уровень качества жизни (Prusak J., Kwapis K., Pilecka B. et al., 2021).

Опосредующая роль переживания смысла и цели в жизни

Ранее также было показано, что связь между позитивной жизненной ориентацией и переживанием смысла жизни носит взаимодополняющий характер (Huta V., Waterman A. S., 2014). Люди с позитивной жизненной ориентацией могут позитивно оценивать имеющиеся в их распоряжении ресурсы даже перед лицом препятствий, а также воспринимать и понимать

негативные события в позитивном свете, что приводит к росту самоэффективности в решении повседневных задач, лучшей интеграции когнитивного и мотивационного функционирования и более глубокому переживанию смысла жизни. Чем выше осмысленность жизни, тем лучше человек понимает жизнь, тем больше он способен находить позитивные факторы жизни и тем терпимее он относится к неблагоприятным факторам жизни, а значит, демонстрирует более высокий уровень качества жизни. Люди с высокой осмысленностью жизни в большей мере испытывают положительные эмоции и удовлетворенность жизнью, что является фундаментальным мотивационным механизмом для активации когнитивных и аффективных ресурсов, связанных с качеством жизни (RussoNetzer P., Tarrasch R., 2024); чем выше осмысленность своей жизни, тем больше человек способен думать о своем месте и значении в жизни, тем больше он способен осознавать свою самоценность в жизни.

Люди с позитивной жизненной ориентацией осознанно выбирают значимые, позитивные виды деятельности в повседневной жизни (RussoNetzer P., Tarrasch R., 2024). Такие люди более позитивно оценивают настоящее и будущее и поэтому с большей готовностью прилагают усилия для реализации жизненной цели, что повышает самоэффективность и качество жизни. Целеустремленные люди более эффективно удовлетворяют свои потребности в саморазвитии и обладают более высоким качеством жизни.

Субъектная жизненная ориентация свидетельствует о многих ожиданиях человека в отношении будущего и активном внимании к настоящему, а также об активном стремлении к целям и ценностям, что может привести к активному поиску смысла жизни и проактивному реагированию на влияния окружающей среды, обретению цели в жизни. Переживание смысла жизни подразумевает, что человек мотивирован двигаться к достойной цели (Prusak J., Kwapis K., Pilecka B. et al., 2021). Поиск смысла жизни способствует формированию переживания благополучия (AshaRani P. V., Lai D., Koh J.,

Subramaniam M., 2022), что не только поддерживает когнитивное функционирование и снижает риск развития деменции, но и способствует улучшению качества жизни (Yeung P., Breheny M., 2021). Также важно отметить, что люди с четкой жизненной целью имеют внутреннюю мотивацию и конгруэнтность идентичности, в отличие от поведения, вынужденного чувством вины или внешним давлением, что позволяет избежать негативных эмоций и демонстрирует высокое качество жизни (Solomon S., Greenberg J., Pyszczynski T., 1991).

3.3. Сравнительный анализ жизненных ориентаций и качества жизни китайских и российских студентов

В исследовании приняли участие 1200 студентов китайских и российских вузов: 1) 600 студентов китайских вузов, среди ответивших 149 юношей (24,8%) и 451 девушка (75,2%); их возраст варьировал от 17 до 25 лет ($19,64 \pm 3,29$) – 300 первокурсников и 300 четверокурсников; 2) 600 студентов российских вузов, среди ответивших 103 юношей (17,2%) и 497 девушка (82,8%); их возраст варьировал от 17 до 25 лет ($19,38 \pm 1,61$) – 300 первокурсников и 300 четверокурсников. Использовались две психодиагностические методики (Опросник жизненных ориентаций Е.Ю. Коржовой (Коржова Е.Ю., 2002) и Шкала качества жизни Бруннsvикена (Lindner P., Frykheden O., Forsström D. et al., 2016), адаптированные нами на китайской выборке.

Корреляционный анализ

Коэффициент корреляции между качеством жизни и жизненными ориентациями (обобщенный показатель) в Китаеу китайских студентов составил $r=0,25$ ($p<0,05$). Существуют достоверные различия между китайскими студентами разного уровня образования: $t=23,47$ ($p<0,001$), т.е. китайские студенты первого курса имеют значительно более высокие

показатели жизненных ориентаций, чем китайские студенты четвертого курса. Разница в жизненных ориентациях не является значимой при сравнении оценок российских студентов, а разница в качестве жизни не является значимой при сравнении оценок как китайских, так и российских студентов. Тем не менее, из приведенной ниже таблицы видно, что российские студенты получили более высокие баллы по качеству жизни, чем китайские студенты, как на 1-м, так и на 4-м году обучения (табл. 14).

Таблица 14 – Сравнение оценок качества жизни и жизненных ориентаций российских и китайских студентов

Переменные	Образовательный уровень		<i>t</i> - критерий
	российские студенты 1 курса (n=300)	россиские студенты 4 курса (n=300)	
обобщенный показатель жизненных ориентаций (Китайский)	63,54±19,21	40,07±6.00	23,47***
обоценный показатель жизненных ориентаций (Русский)	10,55±2,528	10,88±2,498	0,33
	китайские студенты 1 курса (n=300)	китайские студенты 4 курса (n=300)	
качество жизни (Китайский)	54,97±20,13	53,81±19,97	1,16
качество жизни (Русский)	58,42±20,901	61,37±19,491	2,95

Условные обозначения: *** $p < 0,001$

Различия в жизненных ориентациях китайских студентов в зависимости от пола достоверно значимы, $t=10,83$ ($p < 0,001$), то есть уровень субъект-объектных ориентаций студенток достоверно выше, чем у студентов; различия в качестве жизни между студентами и студентками также достоверны, $t=4,01$ ($p < 0,05$), то есть качество жизни китайских студенток достоверно выше, чем у китайских студентов. Качество жизни, и уровень жизненных ориентаций выше у китайских студенток, чем у китайских студентов.

Половые различия в жизненных ориентациях и качестве жизни российских студентов не являются достоверно значимыми. Тем не менее, как видно из приведенной ниже таблицы, и у юношей, и у девушек качество жизни выше, чем у китайских студентов (табл. 15).

Таблица 15 – Сравнение качества жизни и жизненных ориентаций студентов российских и китайских вузов в зависимости от пола

Переменные	Пол		t-критерий
	китайские юноши (n=149)	китайские девушки (n=451)	
обобщенный показатель жизненных ориентаций	43,66±12,51	54,50±19,29	10,83***
качество жизни	51,38±20,16	55,38±19,92	4,01*
	российские юноши (n=103)	российские девушки (n=497)	
общенный показатель жизненных ориентаций	11,04±2,786	10,65±2.454	0,39
качество жизни	58,50±20,887	60,18±20,119	1,68

Проведя анализ, мы обнаружили, что показатели качества жизни российских студентов выше, чем у китайских студентов в зависимости от пола и уровня образования, поэтому мы предположили, что и качество жизни российских студентов вне зависимости от пола и курса выше, чем качество жизни китайских студентов университетов. С помощью независимого выборочного t-теста мы можем обнаружить, что общее качество жизни российских студентов действительно значительно выше, чем качество жизни китайских студентов, $t=0,55$ ($p<0,001$) (табл. 16).

Таблица 16 – Сравнение качества жизни студентов российских и китайских вузов

Переменные	Студенты вузов		t-критерий
	китайские студенты (n=600)	российские студенты (n=600)	
качество жизни	54,39±20,040	59,89±20,246	5,5***

В китайской версии Опросника жизненных ориентаций используется 5-балльная шкала Лайкерта. Поскольку в оригинальной версии Опросника жизненных ориентаций используется дихотомическая (2-балльная) шкала, сопоставить напрямую данные, полученные с помощью русской и китайской версий Опросника, не представляется возможным. В связи с этим было осуществлено сравнение качества жизни и жизненных ориентаций российских и китайских студентов с учетом пола и уровня образования, а также сравнение взаимосвязи между качеством жизни и жизненными ориентациями с помощью подгрупп с высоким и низким уровнем данных (по 27%) с использованием t-критерия для независимых выборок. Были сформированы «низкие» и «высокие» группы китайских студентов первого курса, «низкие» и «высокие» группы китайских студентов четвертого курса, «низкие» и «высокие» группы российских студентов первого курса и «низкие» и «высокие» группы российских студентов четвертого курса, в зависимости от уровня образования. На каждом курсе было по 300 студентов, сгруппированных в соответствии с 27%-м критерием группировки психометрии, и каждая группа была в количестве n=81. Из следующей таблицы и гистограмм видно, что качество жизни китайских студентов университета как на первом, так и на четвертом курсе меняется в зависимости от изменения жизненных ориентаций, причем «низкая» группа жизненных ориентаций соответствует низким баллам качества жизни, а «высокая» группа жизненных ориентаций высоким баллам

качества жизни, то есть жизненные ориентации являются предикторами качества жизни китайских студентов. При этом качество жизни российских студентов как на первом, так и на четвертом курсах вуза не меняется в зависимости от уровня жизненных ориентаций, т.е. жизненные ориентации практически не влияют на качество жизни российских студентов (табл. 17 и рис. 9).

Таблица 17 – Сравнение средних показателей «высокой» и «низкой» подгрупп студентов первого и четвертого курсов Китая и России

Описательные статистики					
Переменные	N	Минимум	Максимум	Среднее	Стандартное отклонение
жизненные ориентации, китайцы, 1-й курс, «низкая» подгруппа	81	21	36	32,41	3,833
качество жизни, китайцы, 1-й курс, «низкая» подгруппа	81	6	84	40,19	17,282
жизненные ориентации, китайцы, 1-й курс «высокая» подгруппа	81	43	55	47,21	3,862
качество жизни, китайцы, 1-й курс, «высокая» подгруппа	81	0	96	68,94	20,571
жизненные ориентации, китайцы, 4-й курс «низкая» подгруппа	81	19	37	33,00	3,818
качество жизни, китайцы, 4-й курс, «низкая» подгруппа	81	1	96	41,48	18,740
жизненные ориентации, китайцы, 4-й курс, «высокая» подгруппа	81	44	55	47,27	3,131

Продолжение таблицы17

качество жизни, китайцы, 4-й курс, «высокая» подгруппа	81	0	96	65,40	20,725
жизненные ориентации, россияне, 1-й курс, «низкая» подгруппа	81	4	9	7,56	1,235
качество жизни, россияне, 1-й курс, «низкая» подгруппа	81	4	96	56,86	22,746
жизненные ориентации, россияне, 1-й курс, «высокая» подгруппа	81	12	18	13,64	1,452
качество жизни, россияне, 1-й курс, «высокая» подгруппа	81	0	96	58,36	20,594
жизненные ориентации, россияне, 4-й курс, «низкая» подгруппа	81	3	9	7,78	1,255
качество жизни, россияне, 4-й курс, «низкая» подгруппа	81	13	92	60,05	16,211
жизненные ориентации, россияне, 4-й курс «высокая» подгруппа	81	12	18	13,90	1.329
качество жизни, россияне, 4-й курс, «высокая» подгруппа	81	16	96	60,04	20,838

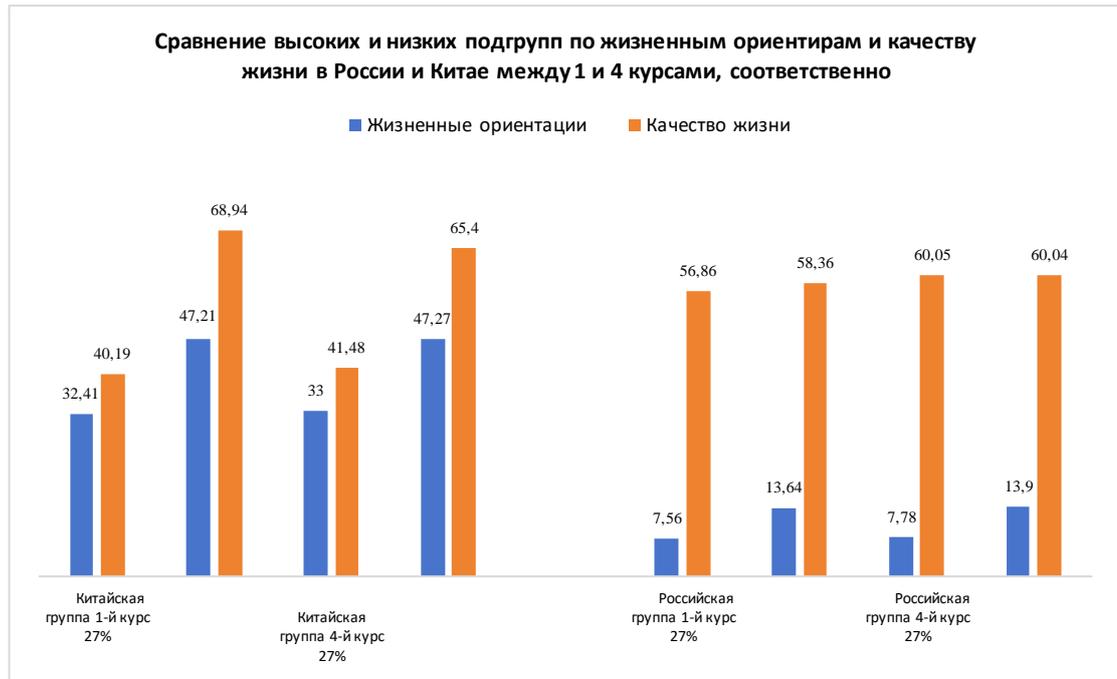


Рисунок 9 – Сравнение высоких и низких подгрупп по жизненным ориентациям и качеству жизни между китайскими и российскими студентами с разным образовательным уровнем (1 и 4 курс).

На следующем этапе нашей работы баллы жизненных ориентаций были разделены на «низкую» и «высокую» группы всех китайских и российских студентов. 600 студентов из каждой страны были классифицированы по психометрическому критерию 27%. В каждой выборке по 600 студентов, и согласно психометрическому критерию группировки 27%, группировка каждой группы составляет $N=162$. Из следующей таблицы и гистограмм видно, что качество жизни китайских студентов меняется с изменением жизненной ориентации, причем «низкая» группа показателя жизненных ориентаций соответствует низкому баллу качества жизни, а «высокая» группа жизненных ориентаций соответствует высокому баллу качества жизни, то есть жизненные ориентации могут прогнозировать качество жизни китайских студентов; а качество жизни российских студентов не меняется из-за высокого или низкого балла жизненных ориентаций, т.е. жизненные ориентации практически не влияют на качество жизни российских студентов (табл. 18 и рис. 10).

Таблица 18 – Сравнение средних показателей в подгруппах с «высоким» и «низким» уровнем между китайскими и российскими студентами

Описательные статистики					
Переменные	N	Минимум	Максимум	Среднее	Стандартная отклонения
жизненные ориентации, китайцы, «низкая» подгруппа	162	19	36	32,69	3,813
качество жизни, китайцы, «низкая» подгруппа	162	1	96	41,10	18,093
жизненные ориентации, китайцы, «высокая» подгруппа	162	44	55	47,27	3,471
качество жизни, китайцы, «высокая подгруппа»	162	0	96	67,40	21,163
жизненные ориентации, россияне, «низкая» подгруппа	162	3	9	7,67	1,246
качество жизни, россияне, «низкая» подгруппа	162	4	96	58,17	19,778
жизненные ориентации, россияне, «высокая» подгруппа	162	12	18	13,77	1,393
качество жизни, россияне, «высокая» подгруппа	162	0	96	59,35	21,164



Рисунок 10 – Сравнение высоких и низких подгрупп китайских и российских студентов по жизненным ориентациям и качеству жизни

На российской выборке после стандартизации суммарных баллов жизненные ориентации были обозначены как независимая переменная, а качество жизни – как зависимая. Результаты регрессионного анализа показали: $\beta=0,011$, $t=0,262$ ($p>0,5$), регрессия не значима; результаты корреляционного анализа показали: $r=0,01$ ($p>0,5$), взаимосвязь не значима (табл. 19).

Таблица 19 – О регрессионном и корреляционном анализе на русской выборке

Модель	Переменная результата	Предикторная переменная	r	β	t
1	Качество жизни	Жизненные ориентации	0,01	0,011	0,262

Из вышеуказанных результатов видно, что жизненные ориентации у российских студентов не оказывают значительного влияния на качество жизни. Эти результаты согласуются с результатами сравнения «высоких» и «низких» групп (рис. 9 и 10). Возможные причины могут быть следующими: 1) в русскоязычной версии шкалы Опросника жизненных ориентаций двубалльные,

а Шкала качества жизни пятибалльная; 2) результаты могут быть связаны с культурным фоном России, образовательной системой или даже погодными условиями. В будущих исследованиях необходимо выяснить конкретные причины.

Тем не менее, это очень неожиданные данные: жизненные ориентации китайских студентов имеют прогностическое влияние на качество жизни, в то время как жизненные ориентации российских студентов практически не влияют на качество жизни. Отсюда можно сделать вывод, что в России качество жизни и жизненные ориентации существуют независимо друг от друга. В Китае же качество жизни и жизненные ориентации всегда идут рука об руку, и жизненные ориентации являются для китайских студентов важным фактором повышения качества жизни, которое может быть улучшено путем развития позитивной жизненной ориентации китайских студентов и, таким образом, повышения их качества жизни, что играет важную роль в усилении переживания благополучия китайских студентов. В то же время китайские студенты могут перенять положительный образ жизни российских студентов и улучшить качество жизни вместе в процессе общения.

Переходя к обсуждению полученных результатов, можно отметить, что более высокий уровень субъект-объектных ориентаций у первокурсников в Китае, чем у студентов четвертого курса, может быть связан с китайским вступительным экзаменом (гаокао). После поступления в вуз учебная нагрузка студентов значительно ниже по сравнению со старшими курсами, так как вступительный экзамен является одним из самых важных событий в жизни каждого старшеклассника в Китае. Долгие часы и высокие нагрузки, связанные с трехлетним обучением в средней школе, заставляют китайских школьников остро нуждаться в отдыхе, а летние каникулы после вступительных экзаменов в университет и относительно меньшее количество курсов в университете делают жизненные ориентиры студентов колледжа более позитивными. По сравнению с китайскими старшеклассниками,

студенты первого курса не испытывают давления, связанного с работой и получением диплома, поэтому их время относительно свободно, они полны надежд на будущее и имеют относительно мало забот.

Российские студенты поступают в вуз и переходят во взрослую жизнь почти в одном и том же возрасте. Когда они поступают в вуз, они начинают учиться и работать одновременно. Поэтому, возможно, во взрослом возрасте у них есть более четкий план на жизнь. Это явно отличается от китайских студентов, которые в основном думают о будущей работе только когда поступают на четвертый курс университета. Поэтому в этом отношении логично, что разницы в уровне субъект-объектных ориентаций российских студентов разных курсов нет. На изменение жизненных ориентаций, конечно, могут оказывать влияние этнокультурные особенности, особые жизненные ситуации или четкие долгосрочные планы.

Разница в качестве жизни не является достоверно значимой ни в одном из сравнений показателей между китайскими и российскими студентами. Причина этого может заключаться в том, что у студентов сходный образ жизни, студенты посещают занятия в одно и то же время, берут отпуск в одно и то же время и находятся в одинаковом окружении. Это справедливо как для российских, так и для китайских студентов, у которых нет существенных различий в качестве жизни в зависимости от уровня образования в вузах своих стран.

В зависимости от пола как по качеству жизни, так и по жизненным ориентациям, китайские студенты-девушки значительно превосходят китайских студентов-юношей, в то время как российские студенты не различаются по качеству жизни и жизненным ориентациям в зависимости от пола. Легко понять, что китайские студенты-девушки имеют более явное переживание благополучия из-за различных способов семейного воспитания в Китае, где существует поговорка «Воспита́й сына плохо, а дочь воспита́й богато», которая означает, что родители будут относиться к дочерям лучше,

чем к сыновьям. Обычно к девочкам более благосклонны, чем к мальчикам, как в финансовом, так и в эмоциональном плане. Когда речь заходит о трудоустройстве и будущей работе, китайские девушки испытывают меньше стресса, чем юноши. Этого нельзя сказать о России, где мужчины и женщины в равной степени независимы, в семьях обычно нет четкого предпочтения мальчиков или девочек, их учат традиционно одинаково относиться к мужчинам и женщинам, и это отражается на всех аспектах их жизни, например, каждый сам платит за свое питание. Взрослые и мужчины, и женщины в определенной степени становятся независимыми от финансовой поддержки семьи, работают, чтобы заработать на жизнь и даже оплатить свое обучение в вузе. Таким образом, с точки зрения половых различий качество жизни и жизненные ориентации существенно различаются в Китае и России.

По общему среднему показателю качество жизни российских студентов (59,89) значительно выше, чем у китайских (54,39), что является очень интересным результатом. Это может быть связано с тем, что восприятие жизни китайскими студентами связано с традиционным для Китая «срединным мышлением». Что касается личности, то российские студенты больше ориентированы на самовыражение, исследования, приключения и т. д., в то время как китайские студенты более интровертированы и предпочитают быть сторонними наблюдателями, а не участниками. Что касается учебы, то, несмотря на то, что китайские студенты поступают в университет, они все еще находятся под большим давлением: их университетские курсы почти в два раза длиннее, чем у российских студентов, и в дополнение к обычной учебе многие первокурсники имеют по крайней мере два урока вечерней самостоятельной подготовки. В результате это усиливает негативные эмоции студентов и снижает качество их жизни. Что касается ценностей и взглядов на жизнь, то китайские студенты больше ориентируются на семью, в то время как русские, вероятно, больше сосредоточены на переживании жизненных ситуаций и на личностном росте. Великолепная художественная атмосфера в России

оказывает тонкое влияние на эстетику и качество жизни россиян. Поэтому неудивительно, что качество жизни российских студентов выше, чем китайских. Сравнивая качество жизни и жизненные ориентации в Китае и России, мы получили яркие результаты, но нам еще предстоит пройти долгий путь кросскультурных исследований. В будущем мы посвятим себя более детальным кросскультурным сравнениям и постараемся выяснить глубинные причины различий в психологических характеристиках наших народов, чтобы внести вклад в дружественные обмены и общее развитие двух стран.

ВЫВОДЫ

1. Адаптированная китайская версия краткой Шкалы качества жизни Бруннсвикена (BBQ) обладает высокими психометрическими характеристиками: имеет такое же количество пунктов и аналогичную факторную структуру (одно измерение), что и оригинальная шкала, обладает высокой надежностью и валидностью для использования в китайской культуре.

2. Адаптированная китайская версия Опросника жизненных (субъект-объектных) ориентаций Е. Ю. Коржовой имеет трехфакторную структуру, охватывающую вдвое меньше пунктов, чем оригинальная русскоязычная версия: смелость бросить вызов трудностям; стремление к внутренней гармонии; ясность цели в жизни. Такая структура базовых жизненных ориентаций существенно отличается от структуры, присущей россиянам, и позволяет фиксировать как сходства, так и различия в психологии народов. Китайская версия опросника обладает высокими психометрическими свойствами и имеет высокую надежность и валидность для использования в китайской культуре.

3. В настоящем исследовании на большой выборке китайских студентов получен ряд достоверных различий между юношами и девушками, а также студентами начального и заключительного курса по характеристикам базовых (субъект-объектных) ориентаций. При этом уровень качества жизни выше у девушек по сравнению с юношами и у первокурсников по сравнению со старшекурсниками. Выявлена тесная положительная связь базовых жизненных ориентаций и качества жизни китайских студентов, а также позитивное влияние базовых жизненных ориентаций на качество жизни студентов.

4. Показатели субъект-объектных ориентаций, качества жизни, осмысленности жизни и цели жизни тесно связаны между собой у китайских студентов (значимая положительная связь). Субъектная жизненная ориентация

положительно влияет на качество жизни; смысл жизни опосредует субъект-объектные ориентации и качество жизни; цель жизни опосредует субъект-объектные ориентации и качество жизни; смысл жизни и цель жизни опосредуют цепочку между субъект-объектными ориентациями и качеством жизни. Тем самым психологические феномены жизненного пути тесно связаны между собой, причем иерархически. Субъект-объектные ориентации как напрямую влияют на качество жизни, так и в еще большей степени опосредованно, через цель и смысл жизни.

5. Уровень жизненных (субъект-объектных ориентаций) у китайских студентов 1 курса достоверно выше по сравнению с китайскими студентами 4 курса, в то время как между российскими студентами начальных и выпускных курсов отсутствуют достоверные различия. В уровне качества жизни отсутствуют достоверные различия как между китайскими, так и между российскими студентами начальных и выпускных курсов.

6. Качество жизни и уровень субъект-объектных ориентаций у китайских студенток значительно выше, чем у китайских студентов. Между российскими студентами разного пола достоверные различия в качестве жизни и уровне жизненных ориентаций отсутствуют.

7. Независимо от уровня обучения и пола показатели качества жизни у российских студентов значительно (достоверно) выше, чем у китайских студентов. Жизненные ориентации оказывают влияние на качество жизни китайских студентов, в то время как жизненные ориентации российских студентов практически не влияют на качество жизни.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Каждый человек стремится к жизни высокого качества. В процессе социально-экономического развития качество жизни стало важным показателем социального прогресса. Жизненные ориентации характеризуют способы принятия решений на протяжении жизни, а также дают возможность прогнозировать поступки. Можно полагать, что люди с позитивными жизненными ориентациями лучше справляются с трудностями на жизненном пути, что способствует повышению качества жизни.

В настоящем исследовании была поставлена цель – исследование взаимосвязи между качеством жизни китайских студентов и их жизненной ориентацией.

В рамках поставленной цели нами были сформулированы следующие гипотезы:

1. Адаптированные на китайской выборке методики исследования качества жизни и жизненных ориентаций психометрически обоснованы и могут применяться для исследования китайской молодежи.

2. Качество жизни и жизненные ориентации китайских студентов взаимосвязаны.

3. Жизненные ориентации влияют на качество жизни китайских студентов.

4. Существуют различия между жизненными ориентациями, качеством жизни и их взаимосвязью у китайских и российских студентов.

Теоретической и методологической основой исследования послужили работы по изучению качества жизни, жизненных ориентаций и психологии студентов России и Китая.

На основе данной модели были адаптированы и психометрически обоснованы китайские версии краткой Шкалы качества жизни Бруннsvикена (оригинал на английском языке) и Опросника субъект-объектных ориентаций

Е. Ю. Коржовой (оригинал на русском языке), чтобы изучить возможность их применения в Китае и заложить методологическую основу для эмпирического исследования. Соответственно, данные методики впервые были использованы на китайской выборке. Использовались теоретические методы, включающие анализ литературы по проблеме исследования, сравнение, обобщение и интерпретацию научных данных; психодиагностический и математико-статистический методы. Поскольку адаптируемые методики получили полное психометрическое обоснование, возможно их использование в кросс-культурных исследованиях.

Полученные данные обогащают данные о качестве жизни и жизненных ориентациях китайцев. Созданный методический комплекс может быть использован в психологической диагностике китайских студентов, а полученные результаты исследования имеют значение для организации вузовской психологической службы в Китае и России.

В перспективе необходимо продолжить изучение психометрических характеристик китайской версии опросника. Применение данной версии позволит проводить межкультурные исследования жизненных ориентаций и способствовать развитию научного и культурного обмена.

Результаты исследования с помощью адаптированных методик подтвердили выдвинутые гипотезы.

Посредством сравнительного и регрессионного анализа качества жизни и жизненных ориентаций китайских студентов, а также сравнительного анализа соответствующих параметров студентов России и Китая был выявлен ряд существенных различий. Если для китайских студентов характерна иерархическая взаимосвязь психологических феноменов жизненного пути (субъект-объектные ориентации, качество жизни, осмысленность жизни, цель жизни), то у российских студентов такая связь отсутствует. У китайских студентов жизненные ориентации как напрямую влияют на качество жизни, так и опосредованно, через цель и смысл жизни.

В дальнейшем эти результаты должны быть более глубоко проанализированы в социокультурном контексте, чтобы повысить их практическую значимость. Настоящее исследование ограничено выборкой китайских студентов, однако может быть расширено для кросскультурного сравнения. Помимо обобщенного показателя жизненных ориентаций также представляют интерес особенности взаимосвязи с качеством жизни их структурных компонентов, что позволит получить более полную картину соотношения феноменов жизненного пути личности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Азарова, Л. Н. Психологическое здоровье и его роль в академической успешности студентов / Л. Н. Азарова, Т. М. Бычкова // Наука и школа. – 2018. – № 1. – С. 33-39.
2. Аكوпова, М. А. Анализ подходов к формированию академических способностей студентов / М. А. Аكوпова // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2016. – № 4. – С. 79-91.
3. Алейкин, А. Г. Сравнительный анализ особенностей и психологических структур общительности, организованности и ответственности студентов – будущих управленцев и специалистов в области управления людьми / А. Г. Алейкин // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2011. – № 5. – С. 215-223.
4. Алланазаров, Е. К. Причины возникновения девиантного поведения среди студентов высших учебных заведений / Е. К. Алланазаров // Вестник науки. – 2023. – № 5(62). – С. 197-201.
5. Антонова, Ю. А. Национально-психологический портрет китайского студента, изучающего русский язык / Ю. А. Антонова // Филологический класс. – 2022. – № 27(2). – С. 161-171.
6. Арефьев, А. Л. Китайские студенты в России / А. Л. Арефьев // Высшее образование в России. – 2010. – № 12. – С. 54-66.
7. Батурин, Н. А. Оценочный стиль и его место в структуре индивидуальности / Н. А. Батурин, И. В. Выбойщик // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2008. – № 1(2). – С. 35-49.
8. Белых, Т. В. Возрастная динамика разноуровневых свойств индивидуальности и личностная толерантность к неопределенности и двусмысленности / Т. В. Белых // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования. Психология развития. – 2017. – № 6(2). – С. 153-156.
9. Беляева, Е. А. Процесс инкультурации китайских студентов в

- образовательном пространстве российского вуза / Е. А. Беляева // Социология. – 2019. – № 4. – С. 168-176.
10. Бонивелл, И. Ключи к благополучию: что может позитивная психология / И. Бонивелл. – М.: Время, 2009. – 192 с.
11. Бубнова, С. С. Ценностные ориентации молодежи различных регионов России: принципы, методы, результаты исследования / С. С. Бубнова, А. Н. Сытин // Научные материалы международного форума и школы молодых ученых ИП РАН. – 2006. – № 3. – С. 140-143.
12. Бурлачук, Л. Ф. Словарь-справочник по психодиагностке: для практических психологов и психотерапевтов. 3-е изд, перераб. и доп. – СПб. и др.: Питер, 2008. – 685 с.
13. Буянова, Г. В. Студенчество как предмет социологических и психолого-педагогических исследований / Г. В. Буянова // Гуманитарные исследования. Педагогика и психология. – 2020. – № 4. – С. 48-55.
14. Быкова, Н. Л. Специфика смысложизненных ориентаций различных групп учащейся молодежи в ситуации субъективации жизненных целей: дисс. ... канд. психол. наук / Быкова Н. Л. – Самара: Сам. гос. пед. ун-т., 2005. – 205 с.
15. Валиуллина, Е. В. Интерактивная направленность личности / Е. В. Валиуллина // Вестник общественных и гуманитарных наук. – 2020. – № 1(3). – С. 57-60.
16. Ван, Е. Влияние конфуцианства на мотивацию китайских школьников к занятиям физической культурой и спортом / Е. Ван // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. – 2022. – № 2(4). – С. 13-19.
17. Варламова, Н. В. Особенности менталитета китайских студентов / Н. В. Варламова // Омский научный вестник. – 2012. – № 1(105). – С. 31-34.
18. Васильев, Я. В. Целевая направленность личности: характеристика целей и жизненных циклов / Я. В. Васильев // Studia Humanitatis. – 2016. – № 4. – С. 10.
19. Васильева, О. В. Социальное самочувствие и уровень жизни как субъективный и объективный показатели качества жизни населения.

- Взаимосвязь уровня счастья и качества жизни населения / О. В. Васильева // KANT: Social science & Humanities. – 2020. – № 2(4). – С. 37-48.
20. Васюра, С. А. Коммуникативная активность студентов: индивидуальные стили, гендерные особенности и способы формирования / С. А. Васюра // Вестник Удмуртского университета. Серия «Философия. Психология. Педагогика». – 2006. – № 9. – С. 23-32.
21. Вашумирская, Д. В. Роль социальной активности студентов в рамках университетской жизни / Д. В. Вашумирская // Северо-Кавказский психологический вестник. – 2023. – № 21(2). – С. 60-68.
22. Войнова, В. И. Психологические особенности процесса принятия решений студентами вузов / В. И. Войнова, Л. А. Костина, М. А. Сергеева, А. С. Кубекова // Мир науки. Педагогика и психология. – 2019. – № 2(7).
23. Волынская, Л. Б. Психология зрелости и старения / Л. Б. Волынская // Психологический журнал. – 2002. – № 1(17). – С. 24-30.
24. Воробьева, А. А. Типологические особенности настойчивости и учебные достижения студентов-лингвистов / А. А. Воробьева, И. А. Новикова, Д. А. Шляхта // Акмеология. – 2015. – № 3. – С. 50-51.
25. Выготский, Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. – М.: Изд-во Смысл; Эксмо, 2005. – 302 с.
26. Гафарова, В. А. Формирование ответственности студентов в процессе учебной деятельности / В. А. Гафарова // Экономика и социум. – 2016. – № 12(31). – С. 125-127.
27. Грачев, А. А. Жизненные ориентации в прикладных психологических концепциях человека / А. А. Грачев // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. – 2008. – № 11(66). – С. 289-294.
28. Грибенникова, Э. А. Саморегуляция личности в индивидуальном стиле жизнедеятельности: диссертация ... канд. пед. наук / Грибенникова Э. А. – М., 1995. – 154 с.

29. Грибов, Д. Е. Социальные ожидания как регулятор социального поведения личности: теоретические проблемы исследования / Д. Е. Грибов // Гуманитарий Юга России. – 2016. – № 19(3). – С. 182-189.
30. Даниленко, О. И., Сюй, И. Ценности китайских студентов: значимость и доступность // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология и педагогика. – 2018. – Т. 8. – № 1. – С. 34-46.
31. Дань, Ч. Китайский студент в российском вузе: тенденции выбора, проблемы адаптации, формирование отношений / Ч. Дань // Гуманитарий Юга России. – 2020. – № 9(5). – С. 162-173.
32. Доброхлеб, В. Г. Семья перед лицом новых социальных вызовов / В. Г. Доброхлеб, Е. А. Баллаева // Народонаселение. – 2018. – № 21(2). – С. 60-68.
33. Дорофеева, Ю. А. Психологические и возрастные особенности студенческого возраста / Ю. А. Дорофеева // Приволжский научный вестник. – 2015. – № 2(44). – С. 41-43.
34. Евдокимова, Я. Г. Интерперсональные факторы эмоциональной дезадаптации у студентов младших курсов / Я. Г. Евдокимова // Психологическая наука и образование. – 2007. – № 5. – С. 71-81.
35. Жарова, Е. Н. «Индивидуализм коллективизм» в ценностных ориентациях студенческой молодежи / Е. Н. Жарова // Высшее образование в России. – 2009. – № 2. – С. 132-137.
36. Зараковский, Г. М. Качество жизни населения России: психологические составляющие / Г. М. Зараковский. М. Смысл, – 2009. – 319 с.
37. Ильин, В. А. Групповое давление и групповое влияние: конформизм, неконформизм, личностное самоопределение / В. А. Ильин, М. Ю. Кондратьев // Социальная психология и общество. – 2012. – № 3(1). – С. 44-58.
38. Кашапова, Г. И. Связь индивидуалистических и коллективистических установок с другими личностными характеристиками / Г. И. Кашапова // Казанский педагогический журнал. – 2011. – № 3. – С. 98-108.

39. Клюев, А. Г. Роль экзистенциальной ориентации личности в экстремальных ситуациях: диссертация ... канд. филос. наук / Клюев А. Г. – М., 1996. – 121 с.
40. Колантаевская А. С., Гришина Н. В., Базаров Т. Ю. Стилевые особенности самодетерминации в ситуации жизненных изменений. // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. – 2016. – № (4). – С. 51-62.
41. Кон, И. С. Жизненный путь как предмет междисциплинарного исследования / И. С. Кон // Человек в системе наук. – М.: Наука, 1999. – С. 471-482.
42. Коржова Е.Ю. Психологическое познание судьбы человека. – СПб., 2002. – 335 с.
43. Коржова, Е. Ю. Взаимосвязь стратегий поведения у представителей разных типов субъект-объектных ориентаций / Е. Ю. Коржова, Е. К. Веселова, М. Я. Дворецкая // Психология. Историко- критические обзоры и современные исследования. – 2018. – Т. 7. – № 5А. – С. 15-25.
44. Коржова, Е. Ю. Психология жизненных ориентаций человека / Е. Ю. Коржова. – СПб.: Изд-во Русской христианской гуманитарной акад., 2006. –383 с.
45. Коржова, Е. Ю. Структура базовых жизненных ориентаций: этнокультурный аспект (на примере китайской версии Опросника субъект-объектных ориентаций) / Е. Ю. Коржова, П. Цинь, Е. К. Веселова, М. Я. Дворецкая // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия Психология. – 2023. – № 2. – С. 493-508.
46. Коржова, Е. Ю., Дун Я. Проявление отношения к жизни в рисунках китайских и российских студентов // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2020. – Т. 9. – № 2 (31). – С. 339-342.
47. Коростелева, Т. В. Личностные ресурсы в управлении качеством жизни молодежи: стратегии, инструменты, измерения / Т. В. Коростелева. – СПб.: Научно-технологические технологии, 2020. – 148 с.

48. Костромина, С. Н., Гришина, Н. В., Москвичёва, Н. Л., Зиновьева, Е. В. Жизненные модели молодёжи: изменения и традиции // Вестник Российского фонда фундаментальных исследований. Гуманитарные и общественные науки. – 2021. – № 1 (103). – С. 79-98.
49. Котова, И. Б. Онтогенез развития личности: неоднозначность исследовательских трактовок / И. Б. Котова // Гуманизация образования. – 2012. – № 4. – С. 58-63.
50. Кочеткова, Т. Н. Смысложизненные ориентации лиц с разным самоотношением / Т. Н. Кочеткова // Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2010. – № 2(92). – С. 118-123.
51. Крюкова, Т. Л. Психология совладающего поведения / Т. Л. Крюкова. – Кострома: Авантитул, 2004. – 343 с.
52. Кузьмина, О. Г. Управление конфликтностью студенческого социума в рамках студенческого самоуправления / О. Г. Кузьмина // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2009. – № 2. – С. 123-128.
53. Кульминская, А. В. Среда ближайшего окружения современных школьников и студентов: концептуализация понятия и структура / А. В. Кульминская // Вестник Сургутского государственного педагогического университета. – 2021. – № 2(71). – С. 93-102.
54. Кустова, Е. И. Психологические особенности личностных жизненных смыслов современного студенчества / Е. И. Кустова // Царскосельские чтения. – 2020. – № 3. – С. 232-235.
55. Кюнґ, Э. «Качество жизни» как цель социальной и экономической политики / Э. Кюнґ // «Социально-экономические аспекты концепции «качества жизни». – М.: АН СССР. ИНИОН, 1977. – 249 с.
56. Латышевская, Н. И. Факторы, влияющие на качество жизни студенческой молодежи / Н. И. Латышевская, Н. В. Левченко, Е. В. Канищева, Е. В. Яхонтова // Прикаспийский вестник медицины и фармации. – 2021. – № 2(3). – С. 16-20.

57. Лебедева, Н. В. Кросс-культурное исследование особенностей самооценки студентов / Н. В. Лебедева, Е. Д. Васильева // Психолого-педагогические исследования. – 2023. – № 15(1). – С. 3-20.
58. Леонтьев, Д. А. Психология смысла: Природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – М.: Смысл, 2003. – 486 с.
59. Лопаева, Н. С. Правонарушения в студенческой среде: основные причины, признаки и особенности / Н. С. Лопаева, Т. М. Резер // Инновационная научная современная академическая исследовательская траектория. – 2024. – № 1(17). – С. 49-67.
60. Ляхова, М. А. Психологические составляющие жизненной стратегии личности / М. А. Ляхова // Вестник КемГУ. – 2010. – № 3(43). – С. 83-90.
61. Мажарова, Е. А. Ведущий мотив учебной деятельности студентов достижение успеха / Е. А. Мажарова, О. В. Решетова // Вестник Оренбургского государственного университета. – 2006. – № 10. – С. 4-11.
62. Мазкина, О. Б. Взаимосвязь нравственной позиции и социально-психологических особенностей личности в студенческом возрасте / О. Б. Мазкина // Пенитенциарная наука. – 2020. – № 14(3). – С. 437-444.
63. Максимов, С. А. Особенности распространенности артериальной гипертензии и уровня удовлетворенности жизненных потребностей в различных социально-экономических группах населения / С. А. Максимов, В. А. Семенихин, О. А. Иванова [и др.] // Бюллетень сибирской медицины. – 2012. – № 11(1). – С. 212-216.
64. Максимов, Н. Р. К вопросу о социальной адаптации китайских студентов в российских университетах / Н. Р. Максимов, С. В. Панина // Общество: социология, психология, педагогика. – 2017. – № 1. – С. 106-108.
65. Мальгина, А. Смысложизненные ориентации в разных жизненных ситуациях у молодежи: дисс. ... канд. психол. наук / Мальгина А. – СПб., 2015. – 161 с.
66. Мамедов, Т. М. Психология личности. Биологические основы психики / Т.

- М. Мамедов // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2009. – № 4. – С. 205-208.
67. Мартышенко, Н. С. Формирование образа профессии на пути будущего трудоустройства выпускников вузов / Н. С. Мартышенко // Азимут научных исследований: экономика и управление. – 2017. – № 4(21). – С. 179-183.
68. Меньшикова, Е. А. О психолого-педагогической природе любопытства и любознательности детей / Е. А. Меньшикова // Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2009. – № 1(79). – С. 88-92.
69. Меркулов, К. К. Сравнение культурных архетипов народов России и Китая: обзор источников // Человек и культура Востока. Исследования и переводы. – 2022. – Т. 1. – № 10. – С. 65-93.
70. Мещанинова, Е. Ю. Место денег в системе жизненных ценностей студентов / Е. Ю. Мещанинова // Теория и практика общественного развития. – 2023. – № 11. – С. 139-145.
71. Мишина, М. М. Фрустрационная толерантность у студентов-психологов как показатель профессиональной и личностной зрелости / М. М. Мишина, Г. С. Перевощикова // Вестник Государственного университета просвещения. Серия: Психологические науки. – 2018. – № 2. – С. 6-19.
72. Накохова, Р. Р. Взаимосвязь ценностных ориентаций и жизненного стиля студентов первого и четвертого года обучения / Р. Р. Накохова, М. Б. Аппаев, М. М. Урсова // Мир науки. Педагогика и психология. – 2019. – № 7(3). – С. 42.
73. Небольсин, Ю. А. Феномен престижа профессии в психологии и акмеологии (к постановке проблемы) / Ю. А. Небольсин // Акмеология. – 2014. – № 3. – С. 143-147.
74. Непомнящая, В. А. Психологические механизмы формирования качества жизни / В. А. Непомнящая // Сибирский психологический журнал. – 2004. – № 20. – С. 28-32.
75. Никулина, А. А. Теоретический анализ понятия «жизненные ориентации»

в психологии // Обзор педагогических исследований. – 2022. – Т. 4. – № 8. – С. 221-226.

76. Паскевская, Н. А. Оценка хозяйственного рационализма студенческой молодежи Иркутской области / Н. А. Паскевская // Известия Байкальского государственного университета. – 2011. – № 3(77). – С. 165-168.

77. Петрова, С. И. Взаимосвязь личности и социальной среды / С. И. Петрова // Инновационная наука. – 2017. – № 3(2). – С. 61-62.

78. Погосова, Н. В. Русскоязычная версия опросников РНQ-2 и 9: чувствительность и специфичность при выявлении депрессии у пациентов общемедицинской амбулаторной практики / Н. В. Погосова, Т. В. Довженко, А. Г. Бабин, А. А. Курсаков, В. А. Выгодин // Кардиоваскулярная терапия и профилактика. – 2014. – Т. 13. – № 3. – С. 18-24.

79. Полянская, Е. Н. Индивидуально-типические особенности настойчивости, инициативности и карьерных ориентаций студентов: дисс. канд. психол. наук / Полянская Е. Н. – М., 2008. – 197 с.

80. Попов, А. А. Склонность к рискованному поведению у студентов / А. А. Попов, И. К. Петров // Форум молодых ученых. – 2018. – № 5/2(21). – С. 1212-1215.

81. Просеков, С. А. «Лицо» китайца: содержание понятия / С. А. Просеков // Знание. Понимание. Умение. – 2020. – № 3. – С. 191-201.

82. Регуш, Л. А. Проблемы психического развития и их предупреждение (от рождения до пожилого возраста) / Л. А. Регуш. – СПб.: Речь, 2006. – 320 с.

83. Ролдугина, В. Н. Представления о ценностных ориентациях в отечественной и зарубежной психологии / В. Н. Ролдугина // Вестник Московского информационно-технологического университета – Московского архитектурно-строительного института. – 2018. – № 3. – С. 73-76.

84. Романенко, А. А., Яценко, П. Ф. Влияние конфуцианства на менталитет китайского народа // Язык, культура, ментальность: проблемы и перспективы филологических исследований. Сборник IV Международной научной

- конференции. Отв. ред. Н. И. Степыкин. Курск. – 2022. – С. 231-236.
85. Романова, Н. П. Одинокие женщины: Потребности, жизненные ориентации и пути их реализации: дисс. ... канд. социол. наук / Романова Н. П. – Чита, 1999. – 146 с.
86. Ружникова, И. Г. Проблемы формирования позитивного отношения к учебной деятельности в системе дополнительного образования / И. Г. Ружникова // Поволжский педагогический вестник. – 2013. – № 3. – С. 60-68.
87. Сахарова, Т. Н. Возрастная динамика смысложизненных ориентаций личности / Т. Н. Сахарова // Вестник Воронежского государственного технического университета. – 2012. – № 8(10-2). – С. 156-160.
88. Сидоров, К. Р. Концепт «Уровень притязаний» в современной психологии / К. Р. Сидоров // Вестник Удмуртского университета. Серия «Философия. Психология. Педагогика». – 2014. – № 2. – С. 40-50.
89. Солодухин, А. В., Беззубова, В. А., Кухарева, И. Н. и др. Взаимосвязь психологических характеристик внутренней картины болезни и копинг-поведения пациентов с ишемической болезнью сердца с параметрами их когнитивного статуса // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2017. – Т. 14. – № 2. – С. 178-189.
90. Стрижев, В. А. Тревожно-депрессивные расстройства в медицинской студенческой среде / В. А. Стрижев, Е. О. Бойко, Л. Е. Ложникова, О. Г. Зайцева // Кубанский научный медицинский вестник. – 2016. – № 2(157). – С. 126-131.
91. Тарченко, В. С. Сексуальное поведение и установки студентов: различия по полу и религиозной идентичности / В. С. Тарченко // Общество: социология, психология, педагогика. – 2020. – № 1. – С. 36-43.
92. Топеха, Т. А. Влияние семьи на формирование личности / Т. А. Топеха // Вестник Пермского национального исследовательского политехнического университета. Социально-экономические науки. – 2015. – № 3. – С. 40-50.
93. Трошкова, Е. А. Жизненные ориентации студенчества: тенденции

- изменения / Е. А. Трошкова // Вестник Челябинского государственного университета. – 2012. – № 3(257). – С. 114-118.
94. Тупичкина, Е. А. Влияние социокультурных факторов на трансформацию ценностных ориентаций у российской молодежи / Е. А. Тупичкина, С. И. Семенака // Научно-педагогическое обозрение. Pedagogical Review. – 2022. – № 4(44). – С. 37-47.
95. Тянь, Ю. Проблемы коммуникации между российским преподавателем и китайским студентом / Ю. Тянь // Балтийский гуманитарный журнал. – 2021. – № 1(34). – С. 287-290.
96. Ушкова, Ю. В. Роль семьи в формировании социальной успешности молодёжи: история и современность / Ю. В. Ушкова // Вестник Ульяновского государственного технического университета. – 2016. – № 4. – С. 33-36.
97. Фромм, Э. Человек для себя / Э. Фромм. – М.: Астрель, 2012. – 348 с. –
98. Фурманов, И. А. Психология активности и поведения / И. А. Фурманов. – Минск: БГУ, 2012. – 188 с.
99. Фурманов, И. А., Синьчунь Не. Внутренняя согласованность шкал китайского варианта опросника «Аффективные мотивационные ориентации в сексуальной жизни» // Журнал Белорусского государственного университета. Философия. Психология. – 2022. – № 2. – С. 49-58.
100. Хухлаев, О. Е. Восприятие европейских ценностей и отношение к ним российских студентов-бакалавров московского вуза / О. Е. Хухлаев, М. Ю. Чибисова, Ш. А. Усубян // Психолого-педагогические исследования. – 2019. – № 11(2). – С. 58-73.
101. Цвекс, М. В. Индивидуально-психологические особенности патриотичности и ценностные ориентации российских студентов / М. В. Цвекс, М. А. Рушина // Психология и Психотехника. – 2024. – № 1. – С. 105-118.
102. Цзюй, Ю., Матвеев, М. О. Обзор истории китайской психологии // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. – 2022. – № 2. – С. 3-31.

103. Цинь, П. Китайская версия краткой шкалы качества жизни Бруннсвикена // Письма в Эмиссия. Оффлайн. – 2022. – №. 4. – ART 3057. – URL: <http://emissia.org/offline/2023/3215.htm>
104. Чжоу, М., Мынбаева, А. К. Психологическая диагностика и педагогические измерения: анализ подходов в Казахстане и Китае // Современные научные гипотезы и прогнозы: от теории к практике. сборник научных статей по итогам международной научно-практической конференции. – СПб., – 2021. – С. 78-80.
105. Чудосветова, О. В. Проблема рождения индивидуальности в филогенезе / О. В. Чудосветова // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. – 2007. – № 44. – С. 312-315.
106. Чуева, Н. А. Событийный жизненный проект как основа целостного жизненного проекта / Н. А. Чуева // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. – 2013. – № 1. – С. 116-124.
107. Чуличков, Е. А. Уровень и качество жизни населения / Е. А. Чуличков // Челябинский гуманитарий. – 2009. – № 2. – С. 68-72.
108. Шалыгина, Н. В. Игреки и центениалы: новая ментальность Российской молодежи / Н. В. Шалыгина // Власть. – 2017. – № 1. – С. 164-167.
109. Шамхалова, З. А. Формирование здорового образа жизни студентов / З. А. Шамхалова // Автономия личности. – 2022. – № 1(27). – С. 220-224.
110. Шапошникова, Т. Т. Диагностика поведенческого компонента коммуникативной компетентности студентов / Т. Т. Шапошникова, В. Г. Миненко, К. В. Хорошун, Д. А. Романов // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2020. – № 5(183). – С. 466-470.
111. Шатене, К. Психология ценностей: Пер с фр. / К. Шатене. – М., Харьков: Гуманитарный центр, 2021. – 534 с.
112. Шатыр, Ю. А. Систематизация факторов формирования социальных девиаций / Ю. А. Шатыр, И. Г. Мулик, И. В. Улесикова [и др.]. // Logos et Praxis. – 2017. – № 16(3). – С. 136-144.

113. Шершнёва, Т. В. Особенности образа субъективного будущего у современных студентов / Т. В. Шершнёва // Вестник Прикамского социального института. – 2021. – № 1. – С. 124-132.
114. Шеховцова, Л. Ф. Концепция целостного развития человека в современной психологии и христианской антропологии: дисс. д-ра пед. наук / Шеховцова Л. Ф. – Калуга, 2002. – 331 с.
115. Шиповская, Л. П. Смысл жизни. Человек и его потребность быть личностью / Л. П. Шиповская // Сервис plus. – 2008. – № 4. – С. 25-30.
116. Шифнер, Н. А. Клинические особенности и варианты динамики расстройств адаптации у студентов / Н. А. Шифнер, А. Е. Бобров, М. А. Кулыгина // Вестник психиатрии и психологии Чувашии. – 2012. – № 8. – С. 43-61.
117. Щербакова, Л. Н. Влияние социальных условий на формирование и развитие стратегии жизни личности / Л. Н. Щербакова // Вестник Оренбургского государственного университета. – 2005. – № 1(10). – С. 67-71.
118. Aghaei, A. General health prediction based on life orientation, quality of life, Life satisfaction and age / A. Aghaei // Procedia-social and behavioral sciences. – 2013. – № 84. – P. 569-573.
119. Alessandri, G., Caprara G. V., Tisak J. The unique contribution of positive orientation to optimal functioning: Further explorations // European Psychologist. – 2012. – V. 17. – № 1. – P. 44-54.
120. Andrews, F. M. Developing measures of perceived life quality: Results from several national surveys / F. M. Andrews, S. B. Withey // Social Indicators Research. – 1974. – № 1. – P. 1-26.
121. Anić, P. Orientations to happiness, subjective well-being and life goals / P. Anić, M. Tončić // Psihologijske teme. – 2013. – № 22(1). – pp. 135-153.
122. AshaRani, P. V., Lai, D., Koh, J., Subramaniam, M. Purpose in life in older adults: a systematic review on conceptualization, measures, and determinants // International Journal of Environmental Research and Public Health. – 2022. – V. 19.

– № 10. – P. 5860.

123. Avvenuti, G., Baiardini, I., Giardini, A. Optimism's explicative role for chronic diseases // *Frontiers in Psychology*. – 2016. – № 7. – P. 295.

124. Beri, N. Orientation to Happiness Among Senior Secondary School Students of Hilly Areas / N. Beri, A. Beri, A. Sharma // *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education*. – 2021. – № 12(11). – P. 7066-7075.

125. Bernard, M., Strasser, F., Gamondi, C., Braunschweig, G., Forster, M., Kaspers-Elekes, K., ... Magaya, N. K. Relationship between spirituality, meaning in life, psychological distress, wish for hastened death, and their influence on quality of life in palliative care patients // *Journal of pain and symptom management*. – 2017. – V. 54. – № 4. – P. 514-522.

126. Bian, Y. J. The prevalence and the Increasing significance of guanxi / Y. J. Bian // *The China Quarterly*. – 2018. – № 234. – P. 597-621.

127. Bigelow, D. A. Quality of life of community mental health program clients: validating a measure / D. A. Bigelow, B. H. McFarland, M. M. Olson // *Community Mental Health Journal*. – 1991. – № 27(1). – P. 43-55.

128. Blanchflower, D. G. Is Happiness U-shaped Everywhere? Age and Subjective Well-Being in 145 countries / D. G. Blanchflower // *Journal of Population Economics*. – 2021. – № 34(2). – P. 575-624.

129. Bognar, G. The Concept of Quality of Life / G. Bognar // *Social Theory and Practice*. – 2005. – № 31(4). – P. 561-580.

130. Boniwell, I. A question of balance: Time perspective and well-being in British and Russian samples / I. Boniwell, E. Osin, P. A. Linley, G. V. Ivanchenko // *The Journal of Positive Psychology*. – 2010. – № 5(1). – P. 24-40.

131. Bonomi, A. E., Patrick, D. L., Bushnell, D. M., Martin, M. Validation of the United States' version of the world health organization quality of life (WHOQOL) instrument // *Journal of Clinical Epidemiology*. – 2000. – № 53(1). – P. 1-12.

132. Bramston, P. Unravelling Subjective Quality of Life: An Investigation of Individual and Community Determinants / P. Bramston, H. Chipuer, G. Pretty //

- Social Indicators Research. – 2002. – № 59. – P. 261-274.
133. Cai, H. J. A sociocultural approach to narcissism: The case of modern China / H. J. Cai, V. S. Kwan, C. Sedikides // *European Journal of Personality*. – 2012. – № 26(5). – P. 529-535.
134. Calman, K. C. Quality of life in cancer patients – an hypothesis / K. C. Calman // *Journal of Medical Ethics*. – 1984. – № 10(3). – P. 124-127.
135. Cameron, L. Little Emperors: Behavioral Impacts of China's One-Child Policy / L. Cameron, N. Erkal, L. Gangadharan, X. Meng // *Science*. – 2013. – № 339(6122). – P. 953-957.
136. Campbell, A. The quality of American life: Perceptions, evaluations, and satisfactions / A. Campbell, P. E. Converse, W. L. Rodgers. – 1st ed. – New York: Russell Sage Foundation, 1976. – 600 p.
137. Cantril, H. The pattern of human concerns. – New Jersey: Rutgers University Press, 1965. – 427 p.
138. Caron, V. Sociocultural context and autistics' quality of life: A comparison between Québec and France / V. Caron, N. Jeanneret, M. Giroux et al. // *Autism*. – 2022. – № 26(4). – P. 900-913.
139. Cileli, M. Life and value orientations of Turkish university students / M. Cileli, E. Tezer // *Adolescence*. – 1998. – № 33(129). – P. 219-228.
140. Clark, W. A. Subjective well-being in China's changing society / W. A. Clark, D. C. Yi, Y. Q. Huang // *Proceedings of the National Academy of Sciences*. – 2019. – № 116(34). – P. 16799-16804.
141. Coomans, M. B., Dirven, L., Taphoorn, M. J. Quality of life and cognition / M. B. Coomans, L. Dirven, M. J. Taphoorn // *Oncology of CNS Tumors*. – 2019. – P. 769-786.
142. Crandall, J. E., Rasmussen, R. D. Purpose in life as related to specific values // *Journal of Clinical Psychology*. – 1975. – V. 31. – № 3. – P. 483.
143. Cummins, R. A. Moving from the quality of life concept to a theory / R. A. Cummins // *Journal of Intellectual Disability Research*. – 2005. – № 49(10). –

P. 699-706.

144. Diener, E. Subjective Well-Being: The Science of Happiness and a Proposal for a National Index / E. Diener // *American Psychologist*. – 2000. – № 55(1). – P. 34.

145. Diener, E. Subjective well-being // *Psychological Bulletin*. – 1984. – V. 9. – № 3. – P. 542-575.

146. Diener, E. Subjective well-being: the science of happiness and life satisfaction / E. Diener, R. E. Lucas, S. Oishi // *Handbook of Positive Psychology*. – 2002. – № 2. – P. 63-73.

147. Efklides, A. Prologue to Special Issue: Positive Psychological Perspective in the Study of Quality of Life / A. Efklides, T. Haralambos // *Social Indicators Research*. – 2006. – № 76. – P. 1-3.

148. Farquhar, M. Definitions of quality of life: a taxonomy / M. Farquhar // *Journal of Advanced Nursing*. – 1995. – № 22(3). – P. 502-508.

149. Farrer, J. Re-embedding sexual meanings: A qualitative comparison of the premarital sexual scripts of Chinese and Japanese young adults / J. Farrer, G. Suo, H. Tsuchiya, Z. X. Sun // *Sexuality & Culture*. – 2012. – № 16(3). – P. 263-286.

150. Felce, D. Quality of life: its definition and measurement / D. Felce, J. Perry // *Research in Disabilities*. – 1995. – № 16(1). – P. 51-74.

151. Ferrans, C. E. Quality of life index: development and psychometric properties / C. E. Ferrans, M. J. Powers // *Advances in Nursing Science*. – 1985. – № 8(1). – P. 15-24.

152. Ferriss, A. L. Approaches to Improving the Quality of Life How to Enhance the Quality of Life: How to enhance the quality of life / A. L. Ferriss. – Dordrecht: Springer Science & Business Media, 2010. – 162 p.

153. Flanagan, J. C. Measurement of quality of life: current state of the art // *Arch Phys Med Rehabil*. – 1982, – № 63(2). – P. 56-59.

154. Gao, S. Recent changes in narcissism of Chinese youth: A cross-temporal meta-analysis, 2008–2017 / S. Gao, S. Thomaes, W. V. Noortgate et al. // *Personality*

and Individual Differences. – 2019. – № 148. – P. 62-66.

155. Gao, Y., Lin, Z., Li, Z. A survey and analysis of college students' life value orientation and personality traits // *Journal of Shanghai University: Social Science Edition*. – 1999. – № 6. – P. 90-97.

156. Giannopoulos, V. L. Effects of Positive Interventions and Orientations to Happiness on Subjective Well-Being / V. L. Giannopoulos, D. A. Vella-Brodrick // *The Journal of Positive Psychology*. – 2011. – № 6(2). – P. 95-105.

157. Gill, T. M. A critical appraisal of the quality of quality-of-life measurements / T. M. Gill, A. R. Feinstein // *Journal of the American Medical Association*. – 1994. – № 272(8). – P. 619-626.

158. Gregory, D. *The Dictionary of Human Geography* / D. Gregory, R. Johnston, G. Pratt [et al.]. – 5th ed. – Oxford : Wiley-Blackwell, 2009. – 1072 p.

159. Guthrie, D. The declining significance of guanxi in China's economic transition / D. Guthrie // *The China Quarterly*. – 1998. – № 154. – P. 254-282.

160. Haas B. K. A multidisciplinary concept analysis of quality of life // *Western Journal of Nursing Research*. – 1999. – V. 21. – № 6. – P. 728-742.

161. Haas, E. R. *Success on Purpose: The Starting Point for a Life of Happiness, Satisfaction & Significance* / E. R. Haas, K. C. Madson. – 3d ed. – Fort Collins: Martin Print Services, 2012. – 524 p.

162. Han, H , Jung, Y. M., Xiong, X. *The Ageing of Australian Ethnic Minorities*. – Springer Singapore, – 2019.

163. Haraldstad, K. A systematic review of quality of life research in medicine and health sciences / K. Haraldstad, A. Wahl, R. Andenæs et al. // *Quality of Life Research*. – 2019. – № 28(10). – P. 2641-2650.

164. Hill, P. L., Burrow, A. L., Bronk, K. C. Persevering with positivity and purpose: An examination of purpose commitment and positive affect as predictors of grit // *Journal of Happiness Studies*. – 2016. – № 17. – P. 257-269.

165. Hofmann, S. G., Wu J. Q., Boettcher H. Effect of cognitive-behavioral therapy for anxiety disorders on quality of life: a meta-analysis // *Journal of*

Consulting and Clinical Psychology. – 2014. – V. 82 (3). – P. 375.

166. Hu, L. T., Bentler, P. M. Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: conventional criteria versus new alternatives // Structural Equation Modeling. – 1999. – V. 6. – № 1. – P. 1-55.

167. Huang, X. “Guanxi networks and job searches in China’s emerging labour market: A qualitative investigation.” Work / X. Huang // Employment and Society. – 2008. – № 22(3). – P. 467-484.

168. Hughes, M. Affect, meaning and quality of life // Social Forces. – 2006. – V. 85. – № 2. – P. 611-629.

169. Huppert, F. A. Evidence for the independence of positive and negative well-being: implications for quality of life assessment / F. A. Huppert, J. E. Whittington // British Journal of Health Psychology. – 2003. – № 8(1). – P. 107-122.

170. Huta, V., Waterman, A. S. Eudaimonia and its distinction from hedonia: Developing a classification and terminology for understanding conceptual and operational definitions // Journal of Happiness Studies. – 2014. – № 15. – P. 1425-1456.

171. Hörnquist, J. O. The concept of quality of life / J. O. Hörnquist // Scandinavian Journal of Social Medicine. – 1982. – № 10(2). – P. 57-61.

172. Joshanloo, M., Jovanović, V. The relationship between gender and life satisfaction: analysis across demographic groups and global regions // Arch Womens Ment Health. – 2020. – V. 23. – P. 331-338.

173. Kaplan, R. M. The significance of quality of life in health care / R. M. Kaplan // Quality of Life Research. – 2003. – № 2(1). – P. 3-16.

174. Katschnig, H. Quality of life in mental disorders: challenges for research and clinical practice / H. Katschnig // World Psychiatry. – 2006. – № 5(3). – P. 139-145.

175. King, L. A., Heintzelman, S. J., Ward, S. J. Beyond the Search for Meaning: A Contemporary Science of the Experience of Meaning in Life // Current Directions in Psychological Science. – 2016. – V. 25. – № 4. – P. 211-216.

176. Kosintseva, T. D. The life of young Russia: Value orientations and life paths

- / N. G. Khairullina, I. N. Gluhih [et al.] // ESPACIOS. – 2017. – № 38(56). – P. 25.
177. Kottke, F. J. Philosophic considerations of quality of life for the disabled. // Archives of Physical Medicine & Rehabilitation. – 1982. – № 63(2). – P. 60.
178. Kreitler, S. Multidimensional Quality of Life: A New Measure of Quality of Life in Adults / S. Kreitler, M. Kreitler // Social Indicators Research. – 2006. – № 76(1). – P. 5-33.
179. Kristol, I. The Affluent Society, by John Kenneth Galbraith (Book Review) // Commentary. – 1958. – № 26(2). – P. 176.
180. Kroenke, K., Spitzer, R. L., Williams, J. B. The PHQ-9: validity of a brief depression severity measure // Journal of general internal medicine. – 2001. – V. 16. – № 9. – P. 606-613.
181. Lasalle, M. A motivational approach to perfectionism and striving for excellence: Development of a new continuum-based scale for post-secondary students / M. Lasalle, U. Hess // Frontiers in Psychology. – 2022. – № 13. – P. 1-10.
182. Lemos-Giráldez, S. Personality dispositions and health-related habits and attitudes: A cross-sectional study / S. Lemos-Giráldez, A. M. Fidalgo-Aliste // European Journal of Personality. – 1997. – № 11(3). – P. 197-209.
183. Li, J., Liu, C., Li, Ni., He, Y., Li, B. A study on the quantitative criteria of the Quality of Life Assessment Scale SF-36 in China // Journal of West China University of Medical Sciences. – 2001. – № 1. – P. 40-42.
184. Li, L. Self-esteem among Chinese cohorts: Its temporal trend and its relationships with socioecological factors, 1993–2016 / L. Li, W. Q. Li, D. M. Mei, Y. H. Wang // European Journal of Personality. – 2020. – № 34(2). – P. 203-214.
185. Li, S. Meta-analysis and research on the changes in subjective well-being of college students / S. Li, X. Li // Psychological techniques and Applications. – 2019. – № 10. – P. 12-17.
186. Li, X. J. Improving the quality of life and Guangdong's development strategy // Academic Research. – 1995. – № (1). – P. 23-25.
187. Liao, Y. A cross-cutting historical study of the changes in national mental

- health in the past three decades / Y. Liao, R. Lian. – Текст : непосредственный // Journal of Southwest University (Social Sciences Edition). – 2019. – № 42(5). – P. 105-116.
188. Lindner, P., Frykheden, O., Forsström, D. et al. The Brunnsviken Brief Quality of life scale (BBQ): Development and psychometric evaluation // Cognitive behaviour therapy. – 2016. – V. 45. – № 3. – P. 182-195.
189. Liu, D. Birth cohort and age changes in the self-esteem of Chinese adolescents: A cross-temporal meta-analysis, 1996–2009 / D. Liu, Xin, Q. Z. // Journal of Research on Adolescence. – 2015. – № 25(2). – P. 366-376.
190. Liu, D. The newly compiled Gender Role Scale for college students reveals the changes in gender roles / D. Liu, H. Huang, F. Jia et al. – Текст : непосредственный // Journal of Psychology. – 2011. – № 43(6). – P. 639-649.
191. Loon, M. H. Self-Assessment and Self-Reflection to Measure and Improve Self-Regulated Learning in the Workplace / M. H. Loon // Handbook of Vocational Education and Training. – 2018. – P. 1-20.
192. Lorenzen, S. Alienation and “Productive Orientation” / S. Lorenzen // A Contribution to Erich Fromm’s Critical Analysis of Society. – Tuebingen: Karl Schlecht Stiftung, 2019. – P. 108-117.
193. Lyubormirsky, S. The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success? / S. Lyubormirsky, L. King, E. Diener // Psychological Bulletin. – 2005. – № 131(6). – P. 803-855.
194. Marks, N. A well-being manifesto for a flourishing society / N. Marks, H. Shah // Journal of Public Mental Health. – 2004. – № 3(4). – P. 9-15.
195. McGrath, R. E. The current status of "projective" "tests" / R. E. McGrath, E. J. Carroll // APA handbook of research methods in psychology, V. 1. Foundations, planning, measures, and psychometrics. – 2011. – № 1. – P. 329-348.
196. McGregor, J. A., Camfield, L., Woodcock, A. Needs, wants and goals: Wellbeing, quality of life and public policy // Applied research in Quality of Life. – 2009. – № 4. – P. 135-154.

197. McKnight, P. E., Kashdan, T. B. Purpose in Life as a System that Creates and Sustains Health and Well-Being: An Integrative, Testable Theory // *Review of General Psychology*. – 2009. – V. 13. – № 3. – P. 242-251.
198. Meeberg, G. A. Quality of life: a concept analysis / G. A. Meeberg. – Текст : непосредственный // *Journal of Advanced Nursing*. – 1993. – № 18(1). – pp. 32-38.
199. Morris, C. W. Paths of Life: Preface to a World Religion / C. W. Morris. – Chicago: The University of Chicago Press, 1973. – 213 p.
200. Moudjahid, A. Psychology of Quality of Life and Its Relation to Psychology / A. Moudjahid, B. Abdarrazak, M. Buheji // *International Journal of Inspiration & Resilience Economy*. – 2019. – № 3(2). – P. 58-63.
201. Neef, N. A. Assessment of impulsivity and the development of self-control in students with attention deficit hyperactivity disorder / N. A. Neef, D. F. Bicar, S. En // *Journal of Applied Behavior Analysis*. – 2001. – № 34(4). – P. 397-408.
202. Niu, J. H. Trust discrimination tendency in average citizens at in-nation and out-nation levels in Canada, China and the United States / J. H. Niu, Z. Q. Xin, N. Martins // *International Journal of Psychological Studies*. – 2010. – № 2(1). – P. 12-24.
203. Ohtsubo, Y. Prestige Orientation and Reconciliation in the Workplace / Y. Ohtsubo, K. Yamaura // *Evolutionary Psychology*. – 2022. – № 20(4). – P. 1-11.
204. Owczarek, K. The concept of quality of life / K. Owczarek // *Acta Neuropsychologica*. – 2010. – № 8(3). – P. 207-213.
205. O’Keefe, T. Review of The Birth of Hedonism: The Cyrenaic Philosophers and Pleasure as a Way of Life / T. O’Keefe // *Ancient Philosophy*. – 2007. – № 37(1). – P. 185-192.
206. Park, N. Orientations to Happiness and Life Satisfaction in Twenty-Seven Nations / N. Park, C. Peterson, W. Ruch // *Journal of Positive Psychology*. – 2009. – № 4(4). – P. 273-279.
207. Parke, M. Are Married Parents Really Better for Children? What Research

- Says About the Effects of Family Structure on Child Well-Being / M. Parke // Center for Law and Social Policy Review. – 2003. – № 1. – P. 2-13.
208. Pastoral, J. A cross-cutting historical study on the personality changes of Chinese students from 2004 to 2013 / J. Pastoral, H. Ming, S. Huang, L. Sun // Psychological development and Education. – 2017. – № 33(1). – P. 30-36.
209. Peterson, C. Orientations to Happiness and Life Satisfaction: The Full Life Versus the Empty Life / C. Peterson, N. Park, M. E. Seligman // Journal of Happiness Studies. – 2005. – № 6(1). – P. 25-41.
210. Pfund, G. N., Hill, P. L. The multifaceted benefits of purpose in life // The International Forum for Logotherapy. – 2018. – V. 41. – № 1. – P. 27-37.
211. Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B., Lee, J.Y., Podsakoff, N. P. Common method biases in behavioral research: A critical review of the literature and recommended remedies // Journal of Applied Psychology. – 2003. – V. 88. – № 5. – P. 879–903.
212. Power, T. M. The economic value of the quality of life. – Routledge, 2020.
213. Prusak, J., Kwapis, K., Pilecka, B., Chemperek, A., Krawczyk, A., Jabłoński, M., Nowakowski, K. The quality of life, meaning in life, positive orientation to life and gratitude of Catholic seminarians in Poland: A comparative analysis // Archive for the Psychology of Religion. – 2021. – V. 43. – № 1. – P. 78-94.
214. Rapley, M. Quality of life research: A Critical Introduction. Quality of Life Research, 2003. – 286 p.
215. Reker, G. T., Peacock, E. J., Wong, P. T. Meaning and purpose in life and well-being: A life-span perspective // Journal of Gerontology. – 1987. – V. 42. – № 1. – P. 44-49.
216. Rodgers, W. L., Converse, P. E. Measures of the perceived overall quality of life. Social Indicators Research // – 1975. – № 2. – P. 127-152.
217. Rostow, W. Politics and the Stages of Growth // Cambridge: Cambridge University Press. – P. 1971
218. Ruble, R. A. Stereotypes of Chinese international students held by

- Americans / R. A. Ruble, Y. B. Zhang // *International Journal of Intercultural Relations*. – 2013. – № 37. – P. 202-211.
219. Russo-Netzer, P., Tarrasch, R. The path to life satisfaction in adolescence: life orientations, prioritizing, and meaning in life // *Current Psychology*. – 2024. – P. 1-13.
220. Ryan, J. *International Education and the Chinese Learner* / J. Ryan, G. E. Slethaug. – Hong Kong: Hong Kong University Press, – 2010. – 216 p.
221. Scheier, M. F., Carver C. S., Bridges, M. W. Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1994. – V. 67. – № 6. – P. 1063 -1078.
222. Schulenberg, S. E., Schnetzer, L. W., Buchanan, E. M. The purpose in life test-short form: Development and psychometric support // *Journal of Happiness Studies*. – 2011. – № 12. – P. 861-876.
223. Sheldon, K. M. Revisiting the Sustainable Happiness Model and Pie Chart: Can Happiness Be Successfully Pursued? / K. M. Sheldon, S. Lyubomirsky // *The Journal of Positive Psychology*. – 2021. – № 16(2). – P. 145-154.
224. Shen, S. M. Optimally Scaled Quality-of-Life Indicators / S. M. Shen, Y. L. Lai // *An International and Interdisciplinary Journal for Quality-of-Life Measurement*. – 1998. – № 44(2). – P. 225-254.
225. Smith, Gregory, T. On Construct Validity: Issues of Method and Measurement // *Psychol Assess*. – 2005. – V. 17. – № 4. – P. 396-408.
226. Smith, K. W. Distinguishing between quality of life and health status in quality of life research: a meta-analysis / K. W. Smith, N. E. Avis, S. F. Assmann // *Quality of Life Research*. – 1999. – № 8(5). – P. 447-459.
227. Solomon, S., Greenberg, J., Pyszczynski, T. *Terror management theory of self-esteem*. 1991.
228. Staats, A. W. *Psychological Behaviorism and Behaviorizing Psychology* / A. W. Staats // *The Behavior Analyst*. – 1994. – № 17(1). – P. 93-114.

229. Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., Kaler, M. The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life // *Journal of Counseling Psychology*. – 2006. – №53(1). – P. 80-93.
230. Straś-Romanowska M. Los człowieka jako problem psychologiczny. Podstawy teoretyczne. – Wrocław: Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego. – 1992. – 130 s.
231. Taylor, C. Explanation and Practical Reason / C. Taylor // *The Quality of Life (WIDER Studies in Development Economics)*. – Oxford: Clarendon Press, 1993. – P. 208-231.
232. Tripathi, G. Review of Econometric methods by J. Johnston and J. DiNardo // *Econometric Theory*. – 2000. – V. 16. – № 1. – P. 139-142.
233. Uchida, Y. The Happiness of Individuals and the Collective / Y. Uchida, S. Oishi // *Japanese Psychological Research*. – 2016. – № 58(1). – P. 125-141.
234. Veenhoven, R. The four qualities of life: Ordering concepts and measures of the good life / R. Veenhoven // *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*. – 2000. – № 1(1). – P. 1-39.
235. Vittersø, J. Subjective well-being versus self-actualization: using the flow-simplex to promote a conceptual clarification of subjective quality of life / J. Vittersø // *Social Indicators Research*. – 2004. – № 65(3). – P. 299-331.
236. Vittersø, J. Handbook of Eudaimonic Well-Being (International Handbooks of Quality-of-Life) / J. Vittersø. – 1st ed. – New York: Springer, 2016. – 584 p.
237. WHOQOL. The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization // *Social Science & Medicine*. – 1995. – № 41(10). – P. 1403-1409.
238. Watkins, D. Teaching the Chinese Learner: Psychological and Pedagogical Perspectives / D. Watkins, J. Biggs. – Hong Kong : ACER Press. – 2001. – 306 p.
239. Whoqol Group. Development of the World Health Organization WHOQOL-BREF quality of life assessment // *Psychological medicine*. – 1998. – № 28(3). – P. 551-558.

240. Wong, V. Business Orientation and Corporate Success / V. Wong, J. Saunders // *Journal of Strategic Marketing*. – 2006. – № 1(1). – P. 20-40.
241. Xin, S. F. Birth cohort changes in Chinese college students' loneliness and social support: One up, as another down. *International / S. F. Xin, Xin, Q. Z. // Journal of Behavioral Development*. – 2015. – № 40(5). – P. 398-407.
242. Yan, Z. The changes of the times of empathy: A meta-analysis of cross-cutting history / Z. Yan, J. Su, Y. Su // *Psychological Techniques and Applications*. – 2017. – № 5(10). – P. 578-585.
243. Yang, M. H. The resilience of guanxi and its new deployments: A critique of some new guanxi scholarship / M. H. Yang // *The China Quarterly*. – 2002. – № 170. – P. 459-476.
244. Yeung, P., Breheny, M. (2021). Quality of life among older people with a disability: the role of purpose in life and capabilities // *Disability and rehabilitation*. – 2021. – V. 43. – № 2. – P. 181-191.
245. Yoshikawa, K., Wu, C. H., Lee, H. J. Generalized exchange orientation: conceptualization and scale development // *Journal of Applied Psychology*. – 2010. – № 105(3).
246. Zhang, T. G., Qu, W. Y., Zhang, Y. H., Lin, L. C. Survey and reflection on college students' life value orientation // *The Real World*. – 2004. – № 4. – P. 69-72.
247. Zheng, L. J. Online sexual activity in Mainland China: Relationship to sexual sensation seeking and sociosexuality / L. J. Zheng, Zheng, Y. // *Computers in Human Behavior*. – 2014. – № 36. – P. 323-329.
248. Zhu, Y. “They Make No Contribution!” versus “We Should Make Friends with Them!”—American Domestic Students’ Perception of Chinese International Students’ Reticence and Face / Y. Zhu, M. Bresnahan // *Journal of International Students*. – 2018. – № 8(4). – P. 1614-1635.
249. Ziller, R. Self-other orientations and quality of life / R. Ziller // *An International and Interdisciplinary Journal for Quality-of-Life Measurement*. – 1974. – № 1(3). – P. 301-327.

250. 陈丹.大学生抑郁情绪的预测模型研究[D].浙江大学 2011.
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=4ce5fdfed944ce9144cd331d44ac2d5&site=xueshu_se&hitarticle=1
251. 陈维,葛纓,胡媛艳,张进辅.人生意义量表(修订版)的适用性和推广性:基于 CTT 和 多维 Rasch 的分析[J].中国临床心理学志 .2015,23(04).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=c695357b9750335249db7c1a7d5c4bf7&site=xueshu_se&hitarticle=1
252. 陈萌,孙玉梅,王玲.冠心病住院患者人生取向与焦虑的相关性研究[J].中华现代护理杂志 .2008, 14(14).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=04e85d6c7bac2f945a1942478afe783b&site=xueshu_se&hitarticle=1
253. 邓稳根,戴海琦.不同 IRT 模型在生活取向测验修订版中的适用性比较[J].江西师范大学学报:自然科学版 .2011, 35(2).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=0c57d24d7ca2ecca45d71bddd3db8529&site=xueshu_se&hitarticle=1
254. 方积乾,郝元涛.世界卫生组织生活质量量表中文版的信度与效度[J].中国心理卫生杂志 .1999, 13(4).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=819cf78eb8466e3eb9ad1b0f239a5571&site=xueshu_se&hitarticle=1
255. 黄盈盈,潘绥铭.中国少男少女的爱与性——基于 2010 年 14-17 岁全国总人口的随机抽样调查 [D].CNKI ; WanFang, 2012.
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=88766c237bac09cbb645978549602e58&site=xueshu_se&hitarticle=1
256. 黄萍.大学生生活适应量表的编制[J].当代教育实践与教学研究(电子刊).2017,(012).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=1k0t0tf0th690gs0mw5s0xv0h5042382&site=xueshu_se&hitarticle=1
257. 凌喜欢,辛自强.大学生睡眠质量变化的横断历史研究[J].中国心理卫生

- 杂 志 .2014, 28(10).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=0730b6279b270996484ed49b369ea7af&site=xueshu_se&hitarticle=1
258. 刘丹, 缴润凯.我国大学生情绪智力变迁的横断历史研究:2000-2014[J]. 黑 龙 江 高 教 研 究 .2017(9).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=52430d4433c6060ffbb80cd78cdd8338&site=xueshu_se&hitarticle=1
259. 刘志军, 陈会昌.生活取向量表在初中生中的初步修订[J].中国临床心理 学 杂 志 .2007,15(2).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=73084ec9932ce486447b27fad2895de6&site=xueshu_se&hitarticle=1
260. 李晓敏, 韩布新.城市老年人抑郁症状检出率随年代的变化趋势[J].中国老 年 学 杂 志 .2012, 32(16).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=a83d49ec3d9da3ed4ecb478b364e24b1&site=xueshu_se&hitarticle=1
261. 林荣茂, 严由伟, 唐向东.近 15 年中国青少年学生匹兹堡睡眠质量指数 调 查 结 果 的 元 分 析 [J]. 中 国 心 理 卫 生 杂 志 .2010, 24(011).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=8dae1ae237954431d551196eedfa8ab4&site=xueshu_se
262. 沙晶莹, 张向葵.中国大学生自尊变迁的横断历史研究:1993~2013[J].心 理 科 学 进 展 .2016, 24(11).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=163q0ad09u530a10ke4b0aw0n2773999&site=xueshu_se&hitarticle=1
263. 王勍, 俞国良.初中生心理健康的横断历史研究[J].中国特殊教 育 .2017(11).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=0c0c2f7a5f28690c586cb503174036eb&site=xueshu_se&hitarticle=1
264. 王莲莲, 刘文文, 汪洪秀, 等.结肠造口患者生活质量与适应水平的相

- 关性研究[J]. 检验医学与临床 .2015, 12(13).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=8b5d0f6ef521e1dcae55212cf3066e8f&site=xueshu_se&hitarticle=1
265. 社会发展指标及评价方法课题组. 首都社会发展指标及评价方法[J]. 社会学研究 .1987(4).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=d6e5805fe502a1d8f0671b3d1e0a5730&site=xueshu_se&hitarticle=1
266. 肖蓉,李碧雯.简版生活目的量表在大学生中应用的信效度分析[J].中华行为医学与脑科学杂志 . 2016, 25(10).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=3d74614a053266ed218b5346323196ef&site=xueshu_se&hitarticle=1
267. 解翠玲.大学生成就动机的发展特点研究[J].内蒙古师范大学学报:哲学社会科学版 .2007, 36(4).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=3598c40e59f0872717f8b092ac5e9c25&site=xueshu_se&hitarticle=1
268. 许燕,王芳,贾慧悦.5·12地震灾后四川和北京大学生价值观类型的对比[J].心理学探 . 2008, 28(4).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=5fb83a4b7be0ba9690aad1ebb6347808&site=xueshu_se
269. 谢高强.中国一般人群生活质量量表的编制及呼吸功能对远期生活质量的影响[D].中国协和医科大学 .2005.
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=e8c99b544af43cd85220df24532ab2a1&site=xueshu_se&hitarticle=1
270. 辛素飞,岳阳明,辛自强,林崇德.1996至2015年中国老年人社会支持的变迁:一项横断历史研究简[J].心理发展与教育 .2018(6).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=107r0jr0gr4k0v903d4q0v702x380371&site=xueshu_se&hitarticle=1
271. 辛素飞,王一鑫.中国大学生成就动机变迁的横断历史研究:1999~

- 2014[J]. 心 理 发 展 与 教 育 .2019(3).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=1y1608f0565q0gy0ev5u0vu0qr460751&site=xueshu_se&hitarticle=1
272. 辛自强.市场化与人际信任变迁[J].心理科学进展.2019, 27(12).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=1r5t04h04x4p0vk0yx390eg0vs491117&site=xueshu_se&hitarticle=1
273. 辛自强,刘春晖,张莉.2001-2006年男女大学生应对方式的横断历史研究 [J]. 中 华 女 子 学 院 学 报 .2008, 20(3).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=9db13fc95c2547e2a717d5175621c37b&site=xueshu_se&hitarticle=1
274. 辛自强,周正.大学生人际信任变迁的横断历史研究[J].心理科学进展 .2012(03).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=1y6s02d0yd6q0gj0fd2v0c406m291804&site=xueshu_se&hitarticle=1
275. 辛自强,窦东徽,陈超.学经济学降低人际信任?经济类专业学习对大学生人际信任的影响 [J]. 心 理 科 学 进 展 .2013, 21(001).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=b79164bed72a1a3189068b4d1b806d92&site=xueshu_se&hitarticle=1
276. 辛自强,辛素飞,张梅.1993至2009年大学生焦虑的变迁:一项横断历史研究 [J]. 心 理 发 展 与 教 育 .2011, 27(6).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=43fefdc6532daa52b5fe3a7793f91aff&site=xueshu_se&hitarticle=1
277. 杨强,叶宝娟,温忠麟.用 SPSS 软件计算单维测验的合成信度[J].中国临床心理学杂志 .2014, 22(3).
https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=d042ae9719e65bfd609ea23a13069fd0&site=xueshu_se&hitarticle=1
278. 张迪.不同生源地大学新生心理健康状况的变迁(2006~2013年)[J].心理探学 .2015, 35(6).

https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=3a4f2d4d6e44eb984ad77b6e919b15d7&site=xueshu_se&hitarticle=1

279. 周振华, 周秀芳, 李燕. 男女大学生卡特尔 16 种人格因素量表测查结果比较的 meta 分析 [J]. 中国心理卫生杂志 .2011, 25(008).

https://xueshu.baidu.com/usercenter/paper/show?paperid=02029720bdfdc28217c6a6fefb7fa981&site=xueshu_se&hitarticle=1

ПРИЛОЖЕНИЯ

Бланки методик исследования на русском и китайском языках

Опросник жизненных ориентаций

Уважаемые студенты, здравствуйте!

Пожалуйста, внимательно прочитайте инструкцию перед каждым разделом и отвечайте в соответствии с Вашей реальной ситуацией. Благодарим Вас за поддержку и сотрудничество! Для нас очень важно, чтобы Вы ответили на все вопросы! (Пожалуйста, отметьте соответствующее Вашему мнению поле, например, “ √ ”).

Пол: ① М ② Ж

Возраст (лет): _____

Курс: ① первый ② второй ③ третий ④ четвертый

Инструкция:

Внимательно прочитайте предложенные Вам пары высказываний и выберите из каждой пары то из них, которое больше соответствует Вашему представлению о себе.

1.	А.	Я предпочитаю привычные жизненные ситуации
	Б.	Я предпочитаю жизненные ситуации, которые привлекают новизной
2.	А.	Моя жизнь насыщена разнообразными жизненными событиями
	Б.	В моей жизни немного внешних событий
3.	А.	Я стремлюсь жить настоящим и радоваться тому, что дает жизнь
	Б.	Я стремлюсь подчинить свою жизнь идеалам истины, добра, красоты
4.	А.	Я часто чувствую, что мало влияю на то, что происходит со мной.
	Б.	Обычно я чувствую себя хозяином своей жизни.
5.	А.	Я больше склонен (а) воспринимать свою жизнь как непрерывную жизненную линию
	Б.	Я больше склонен воспринимать свою жизнь как цепочку отдельных событий
6.	А.	Я предпочитаю жить реальной полноценной жизнью
	Б.	Я предпочитаю больше внимания уделять своему внутреннему миру
7.	А.	В моем прошлом было много жизненных событий
	Б.	В моем прошлом было мало жизненных событий
8.	А.	Для меня важнее достичь самовыражения
	Б.	Для меня важнее понять смысл своего существования
9.	А.	То, что многим кажется удачей или везением, на самом деле является результатом долгих целенаправленных усилий

	Б.	То, что многим людям кажется удачей или везением, на самом деле и есть случайный подарок судьбы
10.	А.	Мне нравится общаться с новыми людьми
	Б.	Мне нравится общаться с привычным кругом знакомых
11.	А.	Я стараюсь прежде всего достичь гармонии с собой
	Б.	Я стараюсь прежде всего реализовать свои имеющиеся возможности
12.	А.	Думаю, что случай или судьба не играют важной роли в моей жизни
	Б.	Думаю, что случай или судьба играют важную роль в моей жизни
13.	А.	Мне нравится читать новые книги, смотреть новые фильмы
	Б.	Мне нравится перечитывать давно знакомые книги, пересматривать знакомые фильмы
14.	А.	Я предпочитаю следовать потоку времени
	Б.	Я предпочитаю время вести за собой
15.	А.	В жизни важнее всего понять самого себя
	Б.	В жизни важнее делать то, что лучше всего получается
16.	А.	Я стараюсь не планировать далеко вперед, потому что многое зависит от того, как сложатся обстоятельства
	Б.	Обычно я стараюсь планировать далеко вперед
17.	А.	Я предпочитаю часто менять занятия
	Б.	Я предпочитаю привычные занятия
18.	А.	Я стремлюсь решать как можно более сложные жизненные задачи
	Б.	Я стремлюсь как можно более достичь в реальной жизни
19.	А.	Моя жизнь существенно зависит от стечения обстоятельств
	Б.	Моя жизнь мало зависит от стечения обстоятельств
20.	А.	Я стремлюсь как можно больше заниматься нравственным самосовершенствованием
	Б.	Я стремлюсь как можно больше достичь в реальной жизни
21.	А.	Я редко меняю место работы, учебы
	Б.	Я часто меняю место работы, учебы

Шкала депрессии

Как часто Вас беспокоили следующие проблемы за последние 2 недели?	Ни разу	Несколько дней	Более половины времени	Почти каждый день
1) У Вас был снижен интерес или удовольствие от выполнения ежедневных дел	0	1	2	3
2) У вас было плохое настроение, Вы были подавлены или испытывали чувство безысходности	0	1	2	3
3) Вам было трудно заснуть или у Вас прерывистый сон или Вы слишком много спали	0	1	2	3
4) Вы были утомлены или у Вас было мало сил	0	1	2	3
5) У Вас плохой аппетит или Вы переедали	0	1	2	3
6) Вы плохо о себе думали: считали себя неудачником (неудачницей) или были разочарованы или считали, что подвели семью	0	1	2	3
7) Вам было трудно сосредоточиться на каждодневных делах, таких как чтение газет или просмотр передач	0	1	2	3
8) Вы двигались или говорили так медленно, что другие это отмечали, или наоборот, Вы были настолько суетливы или беспокойны, что двигались гораздо больше обычного	0	1	2	3

9) Вас посещали мысли о том, что Вам лучше было бы умереть, или о том, чтобы причинить себе какойлибо вред	0	1	2	3
--	---	---	---	---

Шкала качества жизни

Эти 12 вопросов о том, насколько для вас важны разные сферы жизни	Полностью не согласен	Частично согласен			Полностью согласен
		1	2	3	
1) Я доволен тем, как я провожу свой досуг : у меня есть возможность делать то, что я хочу, для того, чтобы расслабиться и развлечься	0	1	2	3	4
2) Мой досуг важен для качества моей жизни	0	1	2	3	4
3) Я доволен тем, как я смотрю на жизнь: я знаю, что для меня имеет большое значение, что я думаю о жизни и как я хочу распорядиться ею	0	1	2	3	4
4) Мой взгляд на жизнь важен для качества моей жизни	0	1	2	3	4
5) Я доволен своими возможностями быть творческим: использовать свою фантазию в повседневной жизни : в хобби, на работе или в учебе	0	1	2	3	4
6) Творческий подход важен для качества моей жизни	0	1	2	3	4
7) Я доволен своим обучением: у меня есть возможность и желание научиться новым увлекательным вещам и овладеть новыми навыками, которые меня интересуют	0	1	2	3	4
8) Обучение важно для качества моей жизни	0	1	2	3	4
9) Я доволен друзьями и дружбой: у меня есть друзья, с которыми я общаюсь и которые поддерживают меня (столько друзей, сколько я хочу иметь, и в том количестве , в котором я нуждаюсь)	0	1	2	3	4
10) Друзья и дружба важны для качества моей жизни	0	1	2	3	4
11) Я доволен собой как личностью: я люблю и уважаю себя	0	1	2	3	4
12) То, что я доволен собой как личностью, важно для качества моей жизни	0	1	2	3	4

Шкала смысла жизни

Инструкция: Пожалуйста, уделите немного времени тому, чтобы подумать о том, что делает Вашу жизнь важной и значимой для Вас. Пожалуйста, оцените следующие утверждения настолько искренне и точно, насколько Вы можете; помните также, что это очень субъективные вопросы и на них нет правильных и неправильных ответов. Пожалуйста, отвечайте согласно представленной ниже шкале.

	Абсолютно неверно	В основном неверно	До	Не могу	До	В	Абсолютно верно
--	-------------------	--------------------	----	---------	----	---	-----------------

			определенной степени неверно	сказать, верно или нет	определенной степени верно	основном верно	
1) Я понимаю смысл моей жизни	1	2	3	4	5	6	7
2) Я всегда стараюсь найти в жизни что-то, что заставит меня почувствовать, что моя жизнь наполнена смыслом	1	2	3	4	5	6	7
3) Я всегда стремлюсь найти цель в жизни	1	2	3	4	5	6	7
4) В моей жизни есть четкое понимание цели	1	2	3	4	5	6	7
5) У меня есть четкое понимание того, что наполняет мою жизнь смыслом	1	2	3	4	5	6	7
6) Я уже нашел удовлетворяющую меня цель жизни	1	2	3	4	5	6	7
7) Я всегда ищу что-то, что заставит меня почувствовать значимость моей жизни	1	2	3	4	5	6	7
8) Я ищу цель или миссию в жизни	1	2	3	4	5	6	7
9) У меня нет четкой цели в жизни	1	2	3	4	5	6	7
10) Я ищу смысл моей жизни	1	2	3	4	5	6	7

**中文版量表的完整版（Полная версия всех китайских
версий шкалы）**

生活取向量表

亲爱的同学：

您好！本研究旨在了解学生日常生活学习的一些情况。请仔细阅读每一部分前面的提示，根据自己的实际情况真实作答。我们会对您的作答严格保密，不会让研究者以外的人看到，**答案无对错之分**，您的作答态度将直接影响到我们研究结果的可靠性，所以希望你能认真作答，感谢您的热心支持与合作！首先请您填好一些基本资料，这非常重要！（请相应的选项上打“√”或在“__”上填写相应内容）。

1. 学 号：_____
2. 性 别：①男 ②女
3. 年 龄：_____
4. 生源地：①农村 ②乡镇 ③县城 ④市区
5. 民 族：①汉族 ②少数民族

生活取向量表

下面是一些描述，请根据你的符合程度打“√”	完全不符合	比较不符合	不确定	比较符合	完全符合
1. 我更喜欢充满新鲜事物的生活环境。	1	2	3	4	5
2. 我从不畏惧生活中的各种困难。。	1	2	3	4	5
3. 我努力朝一种“真、善、美”的理想方向生活。	1	2	3	4	5
4. 通常我觉得我可以主导自己的生活。	1	2	3	4	5
5. 我把我的生活看作是一个“连续不断的过程”。	1	2	3	4	5
6. 比起现实生活，我更喜欢关注自己的内心世界。	1	2	3	4	5
7. 比起物质，我过去的生活更忠于内心世界的精神充实。	1	2	3	4	5
8. 对我来说了解自己存在的意义比实现自我更重要。	1	2	3	4	5
9. 我认为“好运”实际是长期专注和努力的结果。	1	2	3	4	5
10. 我喜欢结交新的朋友。	1	2	3	4	5
11. 我觉得人最重要的是保持自己的内心和谐。	1	2	3	4	5
12. 我并不认为生活很大程度是命运安排好的。	1	2	3	4	5
13. 我喜欢读新书，看新电影。	1	2	3	4	5
14. 我乐于自己掌握时间。	1	2	3	4	5
15. 生活中，了解自己内心是最重要的。	1	2	3	4	5
16. 我做事通常会提前做计划。	1	2	3	4	5
17. 我总是喜欢改变。	1	2	3	4	5

18. 我倾向于过更有挑战性的生活。	1	2	3	4	5
19. 我的生活很少会被周围环境所影响。	1	2	3	4	5
20. 对我来说道德和修养上的自我提升比现实成就更重要。	1	2	3	4	5
21. 我经常更换学习地点（或工作机构）。	1	2	3	4	5

抑郁量表

指导语：根据过去两周的情况，请你回答是否存在以下描述的问题及频率，情看清楚问题后在符合你的选项上打“√”	完全不会	好几天	一半以上的天数	几乎每天
1. 做事时提不起劲或没有兴趣	0	1	2	3
2. 感到心情低落、沮丧或绝望	0	1	2	3
3. 入睡困难、睡不安稳或睡眠过多	0	1	2	3
4. 感觉疲倦或没有活力	0	1	2	3
5. 食欲不振或吃太多	0	1	2	3
6. 我希望自己能更自律一些	0	1	2	3
7. 觉得自己很糟或觉得自己很失败，或让自己或家人失望	0	1	2	3
8. 动作或说话速度缓慢到别人已经察觉，或正好相反——烦躁坐立不安、动来动去的情况更胜于平常	0	1	2	3
9. 有不如死掉或用某种方式伤害自己的念头	0	1	2	3

生活质量量表

下面是一些描述，请根据你的赞同程度打“√”	完全不符合	比较不符合	不确定	比较符合	完全符合
1 我对自己的休闲时间是满意的：因为我有机会就去做令自己放松和快乐的事情。	0	1	2	3	4
2 休闲时间对于我的生活质量有重要意义。	0	1	2	3	4
3 我对自己的人生观是满意的：我清楚什么对自己重要，了解自己的信念和所求。	0	1	2	3	4
4 我的人生观对于我的生活质量有重要意义。	0	1	2	3	4
5 我对自己发挥创造性的机会是满意的：能把我的想象力运用在日常生活、个人爱好、工作和学习	0	1	2	3	4

中。					
6 能够发挥创造性对于我的生活质量有重要意义。	0	1	2	3	4
7 我对自己的学习是满意的：我渴望学习新知识和感兴趣的技能，并且我也有这样的机会。	0	1	2	3	4
8 学习对于我的生活质量有重要意义。	0	1	2	3	4
9 我对自己的朋友和友谊是满意的：我有经常联系并且给我支持的朋友(我有足够这样的朋友)。	0	1	2	3	4
10 朋友和友谊对于我的生活质量有重要意义。	0	1	2	3	4
11 就个人而言，我对自己是满意的：我欣赏并尊重自己。	0	1	2	3	4
12 我对自己的评价对于我的生活质量有重要意义。	0	1	2	3	4

人生意义量表

下面是一些描述，请根据你的符合程度打“√”	非常不符合	比较不符合	有一点不符合	一般	有一点符合	比较符合	非常符合
1. 我很了解自己的人生意义	1	2		3		4	5
2. 我一直在寻找一些能让我人生显得有意义的东西	1	2		3		4	5
3. 我总是在寻找自己人生的目标	1	2		3		4	5
4. 我的人生有一个很明确的目标	1	2		3		4	5
5. 我很清楚是什么能使我的人生变得有意义	1	2		3		4	5
6. 我已经发现了一个让自己满意的人生目标	1	2		3		4	5
7. 我正在寻觅让我感觉自己人生饶有意义的东西	1	2		3		4	5
8. 我正在寻觅我人生的目标或使命	1	2		3		4	5
9. 我的人生没有明确的目标	1	2		3		4	5
10. 我正在寻找自己人生的意义	1	2		3		4	5

生活目的量表

附录 1. 生活目的量表 (PIL) 请根据句子及下面方框内的选项, 用“√”标记出最适合于你近半年感受的数字。请注意这里的数字是从感觉的一个极端延伸到另一个极端, “中性”意味着两边的感受都没有, 请尽量不要做“中性”的评定。例如: 我觉得自己 1 2 3 4 5 6 7 非常快乐 中性的 非常不快乐 如果你觉得自己非常快乐, 就在 1 上打“√”, 如果比较快乐, 就在 2 上“√”, 以此类推。

1、我通常是 ()

1	2	3	4	5	6	7
非常无聊的			中性的			兴致勃勃的

2、生活对我来说 ()

1	2	3	4	5	6	7
总是令人振奋的			中性的			完全是例行公事

3、在我的生活中 ()

1	2	3	4	5	6	7
根本没有目标或目的			中性的			有很明确的目标或目的

4、我个人的存在是 ()

1	2	3	4	5	6	7
完全没意义、没目的			中性的			非常有意义、有目的

5、每天都是 ()

1	2	3	4	5	6	7
崭新的、不同的			中性的			完全一样的

6、如果我可以选, 那么我宁愿: ()

1	2	3	4	5	6	7
不要出生人世			中性的			像现在这样再活几次

7、退休后我会: ()

1	2	3	4	5	6	7
做一些我一直想做的令人兴奋的事			中性的			虚度余生

8、在达到生活目标的路途上我: ()

1	2	3	4	5	6	7
一筹莫展			中性的			正逐步逼向成功

9、我的生活是：（ ）

1	2	3	4	5	6	7
空虚的、充满绝望的			中性的			充满令人兴奋的事

10、如果我今天死了，我觉得我这一生过得：（ ）

1	2	3	4	5	6	7
非常有价值			中性的			完全没有价值

11、想到我的一生，我：（ ）

1	2	3	4	5	6	7
经常怀疑我为什么活着			中性的			总能看到一个让我活着的理由

12、相对于我的生活而言，这个世界：（ ）

1	2	3	4	5	6	7
令我完全混乱不解的			中性的			与我的生活配合天衣无缝

13、我是一个：（ ）

1	2	3	4	5	6	7
完全没有责任感的人			中性的			非常有责任感的人

14、关于人是否应有自决的自由，我的看法是：（ ）

1	2	3	4	5	6	7
人是完全可以自由选择的			中性的			人是完全受到遗传和环境制约的

15、对于死亡，我是：（ ）

1	2	3	4	5	6	7
已经准备好了而且没有恐惧			中性的			毫无准备而且很恐惧

16、对于自杀，我（ ）

1	2	3	4	5	6	7
认真考虑过用它来			中性的			从未认真的想过

解决问题						
------	--	--	--	--	--	--

17、我认为自己在生活中寻求意义、目的和使命的能力：（ ）

1	2	3	4	5	6	7
非常强			中性的			根本没有

18、我的生活是：（ ）

1	2	3	4	5	6	7
操纵在我的手上,由我来控制的			中性的			不操纵在我手上,是由外在因素所控制

19、每天的工作,是（ ）

1	2	3	4	5	6	7
快乐及满足的来源			中性的			痛苦及枯燥的来源

20、我发现：（ ）

1	2	3	4	5	6	7
还没有找到生活的使命和目的			中性的			已经找到了一个明确的、另我满意的生活目标