

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені В. Н. КАРАЗІНА

Ван СяоЛун

УДК 159.923.2 – 057.875 – 054.62 (= 581)

**ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ
СТУДЕНТІВ З КИТАЮ**

19.00.01 – загальна психологія, історія психології

Автореферат
дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Харків – 2016

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана в Харківському національному університеті імені В.Н.Каразіна, Міністерства освіти і науки України.

Науковий керівник

доктор психологічних наук, професор
Кочарян Олександр Суренович,
Харківський національний університет
імені В.Н. Каразіна,
завідувач кафедри психологічного
консультування і психотерапії.

Офіційні опоненти:

доктор психологічних наук, професор
Вірна Жанна Петрівна,
Східноєвропейський національний університет
імені Лесі Українки,
декан факультету психології

кандидат психологічних наук, доцент
Попова Галина Вікторівна,
Національний технічний університет «ХПІ»,
м. Харків, доцент кафедри педагогіки та
психології управління соціальними
системами

Захист відбудеться «17» листопада 2016 р. о 12.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 64.051.08 в Харківському національному університеті імені В. Н. Каразіна за адресою: 61022, м. Харків, пл. Свободи, 6, ауд. 442.

З дисертацією можна ознайомитись у Центральній науковій бібліотеці Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна за адресою: 61022, м. Харків, пл. Свободи, 4.

Автореферат розісланий «13» жовтня 2016 р.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради

Н. В. Барінова

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми дослідження. В Україну на навчання щорічно приїжджає близько 40 тис. іноземних студентів. На всесвітній конференції з питань вищої освіти ЮНЕСКО-2009 було зазначено, що академічна мобільність, і в тому числі крос-граничне отримання освітніх послуг, є чинниками підвищення якості та ефективності вищої освіти. Особливість підготовки в умовах іншої культури пов'язана з активним входженням іноземного студента в систему національних цінностей, традицій, норм, поведінки й спілкування, тощо (Вей Син). Розширення академічної мобільності зарубіжних країн з Україною у межах різних форм підготовки студентів потребує активної участі психологів у наданні освітніх послуг, у вирішенні ряду серйозних проблем, пов'язаних з забезпеченням соціальної адаптації та міжкультурної взаємодії іноземних студентів, які навчаються в Україні. Розв'язання вказаних проблем істотно підвищить конкурентоспроможність ВНЗ України у сфері надання міжнародних освітніх послуг.

На сьогодні досліджено досить багато аспектів навчання китайських студентів – фізіологічна (Д.Г. Арсен'єв, О.В. Зинковський, М.О. Іванова і ін.), навчальна (Л.І. Бутенко) й міжкультурна (Вей Син, Т.Є. Владимірова, О.Л. Лук'янова, М.Є. Трубочанинова) адаптація, особливості психології китайських студентів (В.Г.Крисько, М.А. Помченко, В.В. Соболюков, А.П. Шилов та ін.) тощо. Проте, недостатньо дослідженими залишились питання адаптації китайських студентів у процесі вузівської підготовки (В.Г. Подзолков). За даними Л.І. Бутенко, мотиваційно-особистісний розвиток більшості китайських студентів відповідає низькому рівню - в них недостатньо виражена потреба в чуттєвих переживаннях, низька емоційна активність, нерозвинена творча уява; індиферентне ставлення до навчання, виразне культурне стомлення, некомунікабельність, вони не виділяють себе як особистість з групи, мають завищену самооцінку, в них переважають колективістські стратегії.

Враховуючи сучасні тенденції змін професійної освіти, спрямованість на розвиток особистісного потенціалу майбутнього фахівця (М. В. Буланова-Топоркова, Т. П. Старовойт та ін.), слід забезпечити комфортне існування студента в освітньому просторі. Суб'єктивне благополуччя (СБ) є одним з найбільш важливих інтегративних психічних утворень, що визначає різні аспекти відносин людини зі світом і їх успішність (Л.В. Куліков, М.В. Соколова, Р.А. Суботіна, М.В. Тонкіх, Р.М. Шаміонов та ін.).

Питання суб'єктивного благополуччя залишилося поза рамками психологічного дослідження, проте, фахівці (О.В. Козлов, Л.В. Куліков та ін.) підкреслюють його важливість для забезпечення психологічного здоров'я особистості. Доцільним є встановлення психологічних чинників забезпечення СБ китайських студентів, що є підґрунтям створення відповідної психокорекційної програми для психологічних служб ВНЗ.

Зв'язок роботи з науковими планами, програмами, темами. Дисертаційне дослідження виконано відповідно до тематики наукових досліджень кафедри психологічного консультування і психотерапії Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна в рамках НДР «Гендерний розвиток особистості сучасної молоді: особливості соціалізації та життєвих стратегій» (№ д/р 0111U010554, 01.01.2012 – 31.12.2014), «Моделі формування гендерної ідентичності у сучасному культурному просторі України» (№ д/р 0115U004051, 01.04.2015 – 31.12.2017). Тему дисертаційного дослідження затверджено рішенням Вченої ради Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна (протокол № 1 від 19.01.2015).

Мета і задачі дослідження. *Мета дослідження* - визначити психологічні чинники забезпечення суб'єктивного благополуччя китайських студентів.

Задачі дослідження:

- 1) провести теоретичний аналіз проблеми суб'єктивного благополуччя особистості;
- 2) визначити особливості мотиваційно-ціннісної структури китайських студентів з різним рівнем суб'єктивного благополуччя;
- 3) визначити особливості співвідношення цінності та її доступності у китайських студентів з різним рівнем суб'єктивного благополуччя;
- 4) виявити структуру сенсожиттєвих орієнтацій у китайських студентів з різним рівнем суб'єктивного благополуччя;
- 5) визначити особливості базових переконань у китайських студентів з різним рівнем суб'єктивного благополуччя;
- 6) визначити особистісні риси, що сприяють формуванню суб'єктивного благополуччя у китайських студентів;
- 7) виявити особливості копінг-стратегій, які забезпечують суб'єктивне благополуччя у китайських студентів;
- 8) розробити програму розвивального психологічного тренінгу, спрямовану на підвищення суб'єктивного благополуччя студентів з Китаю.

Об'єкт дослідження - суб'єктивне благополуччя китайських студентів.

Предмет дослідження - психологічні чинники суб'єктивного благополуччя китайських студентів.

Методи дослідження. Для досягнення мети дослідження було використано комплекс методів: теоретичні (аналіз, систематизація, узагальнення), емпіричні (інтерв'ю, тестування, метод експертних оцінок), математико-статистичні.

Теоретико-методологічною основою дослідження є положення генетичної психології (С.Д. Максименко), теоретичні та експериментальні розробки суб'єктивного благополуччя (М.В. Соколова, Л.В. Куліков, Е. Diener та ін.), положення про мотиваційно-ціннісні структури особистості (Л.В. Карпушина, В.Ф. Сопов, О.Б. Фанталова, Х. Хекхаузента ін.) й змістовно-життєві орієнтації (Д.О. Леонт'єв), загально-психологічні дослідження способів опанування (Т.Л. Крюкова та ін.), положення про толерантність особистості (Д.О. Леонт'єв, Г. У. Солдатова та ін.), її базові переконання (Р. Янофф-Бульман) й емоційні властивості (К. Ізард, Д. В. Люсін, П. Сіфнеос та ін.),

положення гуманістичної психології (А. Маслоу, К. Роджерс, С.Д. Рюфф та ін.), психокорекцію та соціально-психологічний тренінг (А. А. Осипова, К. Роджерс та ін.).

Наукова новизна одержаних результатів дослідження полягає в тому, що *вперше*:

- встановлено особливості мотиваційно-ціннісної структури, яка предиспонує формування суб'єктивного благополуччя особистості у китайських студентів: прагматизм, полімотивованість, широта життєвих сфер реалізації цінностей, диференційованість та конкордантність;

- визначено, що особливості структури ціннісної сфери у студентів з високими показниками суб'єктивного благополуччя відбивають їх зрілість, готовність до формування стосунків психологічної інтимності та до самостійного життя;

- визначено структуру сенсожиттєвих орієнтацій китайських студентів з високим рівнем благополуччя - вона є такою, що надає сенсу актуальному життю через: 1) синхронію сенсів, 2) поглиблення у процес життя, 3) орієнтацію на досягнення мети; у студентів з низькими показниками благополуччя сенс життя або задалегідь визначений, або залишився у минулому, або внутрішньо конфліктний, невизначений;

подальшого розвитку дістали:

- теоретичні уявлення щодо картини світу у студентів з високими показниками суб'єктивного благополуччя, а саме: переконаність в доброзичливості світу, його справедливості, цінності свого «Я», у можливостях контролювати події, що відбуваються;

- теоретичні уявлення щодо ролі певних особистісних рис (інтернальність, соціальна чуттєвість й толерантність) у забезпеченні суб'єктивного благополуччя, які відносяться до традиційних етнопсихологічних рис китайців й є серйозним ресурсом адаптації;

уточнено:

- форми копіngu, що сприяють суб'єктивному благополуччю китайських студентів, а саме: самоконтроль, прийняття відповідальності, планування рішення проблеми й позитивна переоцінка.

Практичне значення одержаних результатів дисертаційної роботи полягає у розробці програми розвивального психологічного тренінгу, спрямованого на підвищення рівня СБ китайських студентів.

Програму тренінгу впроваджено в роботу Психологічної служби Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна (акт впровадження № 3701-168а від 26.05.2016), у консультативну практику ВГО «Інститут клієнт-центрованої та експерієнтальної психотерапії», м. Харків (акт впровадження № 01-28 від 29.04.2016), а також в навчальний процес підготовки психологів у Харківському національному університеті імені В.Н. Каразіна у курсах: «Психологія», «Людиноцентрований підхід», «Основи психотерапії», «Методи психокорекції та психотерапії» (акт впровадження № 0202-1087 від 23.09.2016).

Особистий внесок здобувача. У статті «Соотношение ценности-доступности в разных жизненных сферах китайских студентов», що написана у співавт. з О.С. Кочаряном й А.О. Макаренко, автору належать збір матеріалу та математико-статистична обробка одержаних даних.

Апробація результатів дисертації. Результати дисертаційного дослідження доповідались на засіданнях кафедри психологічного консультування і психотерапії Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна, на семінарах для аспірантів і молодих викладачів зазначеної кафедри, наукових конференціях і семінарах всеукраїнського та міжнародного рівня: міжнародній молодіжній науковій конференції «Вектори психології – 2014» (Харків, 2014), науково-практичній конференції студентів і молодих вчених «Психологія в сучасному світі» (Харків, 2014, 2015), IV Міжвузівському науково-практичному семінарі «Актуальні питання сучасного соціогуманітарного знання» (Національний аерокосмічний університет імені М.Є. Жуковського «ХАІ», Харків, 2015), Всеукраїнській науково-технічній конференції «Інтегровані комп'ютерні технології в машинобудуванні ІКТМ – 2015» (Національний аерокосмічний університет імені М.Є. Жуковського «ХАІ» Харків, 2015), Міжнародній науково-практичній конференції «Психологія та педагогіка: методика та проблеми практичного застосування» (Львів, 2015).

Публікації. Матеріали дисертації викладені в 13 публікаціях, з яких 4 – у фахових виданнях України, 2 – у міжнародних наукових виданнях та 7 тез доповідей.

Структура та обсяг роботи. Дисертація викладена на 202 сторінках (основний текст 160 сторінок), містить 28 таблиць і 9 рисунків, список літератури налічує 211 джерел.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** обґрунтовано актуальність проблеми дослідження; визначено об'єкті предмет, мету, задачі, методи, теоретико-методологічні підстави дослідження, розкриті наукова новизна і практичне значення одержаних результатів, наведено дані щодо їх апробації.

У **першому розділі «Концептуалізація феномену суб'єктивного благополуччя в психології»** проаналізовано проблему суб'єктивного благополуччя в психології. Поняття «суб'єктивне благополуччя» уявляється дефінітивно не сформованим, до нього близькі, але в семантичному сенсі не перекривають поняття «психологічне благополуччя», «психологічне здоров'я», «задоволеність життям», «щастя», «оптимізм», «позитивне мислення», «успіх», «особистість, яка повно функціонує» (М. Аргайл, О.В. Козлов, Н.М. Колотій, І.Я. Коцан, Г.В. Ложкін, А. Маслоу, М.І. Мушкевич, К. Роджерс, М. Селігман, Н.А. Ярова та ін.). О.В. Козлов описав феномен переходу від медичного дискурсу аналізу психологічного здоров'я до загальнопсихологічного, в якому акцент зроблено на позитивному психологічному функціонуванні особистості. Концептуальне поле здорового й благополучного функціонування особистості

(здоров'я за експертами ВОЗ є станом повного фізичного, розумового і соціального благополуччя)представлено різноманітним трактувань:«нормальна суб'єктивна реальність» (О.В. Шувалов), «особистісний центр» інтеграції внутрішнього і зовнішнього (О.В. Завгородня),високий індивідуальний розвиток, який відбивається у зрілих партнерських стосунках й у сформованій емоційній саморегуляції (О.О. Волошин, Н.М. Колотій, В.І. Стець), ефективні механізми психологічного захисту (В.І. Коновальчук, А.В. Киясь), наявність трансперсонального, духовного виміру життя (Ієрофей Влахос, В.К. Невярович, І.М. Щербакова), емпатійні здібності, які обумовлюють можливість добрих партнерських стосунків (Л.П. Журавльова) тощо.

Існує дві взаємовиключні концепції досягнення суб'єктивного благополуччя (У. Джеймс): 1) концепція мінімізації бажань (Далай-лама IV й Г.К. Катлер, Ігнатій Брянчанінов і ін.); 2) концепція відповідності домагань/досягнень. Суб'єктивне благополуччя студентів не може будуватися на моделі мінімізації - перед ними стоять серйозні завдання і відповідальність за збереження та розвиток інтелектуального потенціалу країни.

Інша площина концептуалізації благополуччя – диференціювання гедоністичного і евдемоністичного типів благополуччя. Перший тип благополуччя – це емоційна задоволеність без досягнень (М. Аргайл, Н. Бредбурн, Е. Дінер); другий – особистісне зростання – головний і найбільш необхідний аспект благополуччя (А. Вотермен, Р. Райан, К. Роджерс, М. Селігман). К. Ріфф запропонувала шестикомпонентну модель, яка інтегрує у собі дві різних вищезазначених концептуалізацій.

Отже, у літературі спостерігається неоднозначність трактування феномену суб'єктивне благополуччя (А.В. Вороніна, Л.В. Кулікова, М.В. Соколова, Р.М. Шаміонова та ін.).

У ряді робіт встановлено взаємозв'язок між рівнем благополуччя й різними аспектами життєдіяльності студентів (Є. Ю. Григоренко, І. М. Куїмова, Ю. М. Олександров та ін.). Визначено, що забезпечення благополуччя має гендерну специфіку – у жінок (студентки) воно, перш за все, обумовлено чинником - «позитивні взаємини з іншими», у чоловіків – чинником «ціль у житті», що при низьких рівнях благополуччя спостерігаються такі феномени: звуження гендерного діапазону, гендерна «пустота», «емоційна еґо-пустота» та еґо-дистонність гендерного функціонування (Н.Я. Ярова). Більш того, вищезазначений автор показала, що відсутність благополуччя має структурне статеворольове забезпечення й пов'язано з незрілістю стеворольових моделей, які відбиваються у партнерських настановах, що призводять до формування синдрому емоційного холоду. У роботі Я.К. Ягнюк також визначено, що ефективні життєві стратегії є гендерно-специфічними. Визначено, що рівень благополуччя впливає на інтенсивність переживання стресу (Л. В. Міллер, Н. В. Тарабрина), на стратегії адаптації (З.Х. Лепшокова).

Поняття «суб'єктивне благополуччя» знаходиться у концептуальному полі поняття «адаптація». На успішність адаптації іноземних студентів впливає чинник «когнітивна складність», який обумовлює більш коротку соціальну дистанцію з представниками інших культур, а також низький рівень

авторитаризму (Г. Тріандіс). М.А. Іванова визначила об'єктивні і суб'єктивні чинники психологічної адаптації іноземних студентів до нового соціокультурного середовища, до яких віднесла: орієнтацію на засвоєння нової культури, інтеграцію в нове середовище й подолання інформаційної ізоляції, наявність мотивації до здобуття вищої освіти тощо. Проте саме у китайських студентів спостерігається низький рівень мотивації, індиферентне ставлення до навчання, низька емоційна активність, нерозвинена творча уява тощо (Л.І. Бутенко), високий егоцентризм, значна кількість труднощів, низькі впевненість, енергійність й інтернальність (Г.В. Шептура).

У психології китайців важливими є концепції «обличчя» й «сорому», які обумовлюють мотиваційний аспект комунікативної поведінки й переводять будь-який контакт до стереотипу, до ригідної догми (В.В. Соболюков).

Отже, конструкт «суб'єктивне благополуччя» вписується в феноменологічну парадигму психологічного знання, яка розвивається в посткласичних моделях психології (А.Л. Журавльов, А.В. Юрєвич, Д.О. Леонт'єв та ін.) й відбиває інтегративні тенденції опису перцептуального поля людини, цілісний «образ світу» (О.М. Леонт'єв).

У другому розділі «Характеристика вибірки і методів дослідження» представлена характеристика досліджених груп і методів дослідження.

Вибірку склали 226 іноземних студентів з Китаю, з них 119 жінок і 107 чоловіків, віком від 19 до 25 ($22 \pm 2,1$) років, студенти 2-4 курсу навчання Національного аерокосмічного університету імені М.Є. Жуковського «ХАІ» і Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна, Харківського національного медичного університету (ХНМУ).

У результаті обробки даних «Шкали суб'єктивного благополуччя» були отримані наступні результати. У роботі було застосовано метод крайніх груп: було сформовані дві групи по 26% вибірки - вище і нижче медіани, тобто: Гр.1 - група з високим рівнем СБ (58 осіб – 25,7%); Гр.2 - група з низьким рівнем СБ (58 осіб – 25,7%). 48,6% вибірки – це особи з середніми показниками СБ за характером розподілу даної дослідницької вибірки. Порівняння з нормами, що наводяться у психометричній характеристиці опитувальника, не робилося у зв'язку з етноспецифічним характером вибірки. Був застосований метод крайніх груп у зв'язку з тим, що середні показники СБ контамінують характер його зв'язків з різними чинниками.

Психодіагностичний комплекс склався з наступних методик: 1) шкала суб'єктивного благополуччя – ШСБ (Г. Перує-Баду, адаптований М.В. Соколовою), 2) морфологічний тест життєвих цінностей (В.Ф. Сопов, Л.В. Карпушина), 3) опитувальник способів опанування (Р.Лазарус, С.Фолькман, адаптація Т.А. Крюкової, Е.В. Куфтяк), 4) шкала базисних переконань (методика Ронні Янофф-Бульман, адаптація М.А. Падун, А.В. Котельникова), 5) експрес-опитувальник «Індекс толерантності» (Г.У. Солдатова, О.А. Кравцова, О.Є. Хухлаєв, Л.А. Шайгерова), 6) тест сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО, Д.А. Леонт'єв), 7) опитувальник вивчення емоційного інтелекту «ЕмІн» (Д.В. Люсін), 8) опитувальник рівня суб'єктивного контролю (РСК, Є.Ф. Бажін, О.А. Голинкіна, О.М. Еткінд), 9) методика «Рівень

співвідношення цінності і доступності в різних життєвих сферах» (О.Б. Фанталова).

Методи математичної статистики. В роботі використаний факторний аналіз (метод головних компонент з Varimax обертанням), t-критерій Ст'юдента для незалежних вибірок, G-критерій знаків.

Третій розділ «Суб'єктивне благополуччя китайських студентів» присвячений емпіричному дослідженню чинників суб'єктивного благополуччя китайських студентів.

Для визначення особливостей мотиваційно-ціннісної сфери китайських студентів в залежності від рівню СБ було використано морфологічний тест життєвих цінностей, який оцінює стан 8 мотиваційно-ціннісних тенденцій, які згруповані у дві групи. У таблиці 1 наведено отримані дані.

Таблиця 1

Виразність груп цінностей у китайських студентів з різним рівнем СБ

Групи цінностей	Гр.1		Гр.2		t -Ст'юдента
	M ₁	m ₁	M ₂	m ₂	
духовно-моральні	4,05	1,11	8,70	1,99	t =2,04*, f=114
егоїстично-престижні	7,05	1,22	3,43	1,05	t =2,25*, f=114

Примітка: M₁ – середнє значення у стенах групи цінностей; m₁ - середня помилка середньої арифметичної M₁; M₂ – середнє значення у стенах групи цінностей; m₂ - середня помилка середньої арифметичної M₂; f - число ступенів свободи; * - p<0,05.

До групи духовно-моральних цінностей відносяться наступні: саморозвиток, духовна задоволеність, креативність й активні соціальні контакти; до групи егоїстично-престижних цінностей належать престиж, досягнення, матеріальне становище, збереження власної індивідуальності. Отже, саме висока представленість духовно-моральних цінностей у структурі особистості є чинником, що утруднює досягнення суб'єктивного благополуччя. Йдеться про надвисоку виразність духовно-моральних цінностей у гр.2. Такі цінності неможливо наситити. У групі 1 показники даної групи цінностей знаходяться на середньому рівні (M_{ср} = 4,05 балів у стеновій шкалі). В структурі духовно-моральних цінностей у групі 2 (низькі показники благополуччя) достовірно переважають цінності (відсоток осіб з показниками СБ від 8 балів) *саморозвитку* (φ=1,98, p<0,05) й *духовної задоволеності* (φ=2,42, p<0,01) порівняно з групою 1 (особи з високими показниками благополуччя).

У студентів з високим рівнем СБ крім *прагматизму* (висока виразність другої групи цінностей), спостерігаються *полімотивованість* (профіль мотивації є плоским, але середнє значення виразності цінності (M_{1ср}=Σ (Mi)/8) є більш високим, ніж у Гр.2 (t=1,99, p<0,05) й *широта життєвих сфер реалізації цінностей* (кількість життєвих сфер, які наповнені цінностями, виразність яких досягає 5 стенив): у гр.1 - 4,3, а у гр.2 – 2,7 (t=2,05, p<0,05, M₁=4,3; m₁=0,6; M₂=2,7; m₂=0,5; n₁=n₂=58). Особливістю мотиваційно-ціннісного профілю особистості китайських студентів з низьким рівнем СБ (Гр.2) є його

недостатня диференційованість (у гр.1 визначено у середньому 11,4 зв'язків між цінностями, а у групі 2 – 18,6, $t=2,12$, $p<0,05$, $M_1=11,4$; $m_1=2,3$; $M_2=18,6$; $m_2=2,5$; $n_1=n_2=58$) та *дискордантність*- мотиви взаємовиключають один одного (у гр.2 спостерігається у середньому 11,2 негативних кореляції, а у гр. 1 – 5,4; $t=2,00$, $p<0,05$, $M_1=11,3$; $m_1=2,3$; $M_2=5,2$; $m_2=2,0$; $n_1=n_2=58$).

Отже, мотиваційно-ціннісна сфера китайських студентів, які є суб'єктивно благополучні, характеризується: прагматизмом, полімотивованістю, широтою життєвих сфер реалізації цінностей, диференційованістю та конкордантністю. Прагматизм, ймовірно, пов'язаний з реалізмом й зрілістю, готовністю прийняти світ таким, яким він є, а не триматися своїх фантазій. За таке тлумачення свідчать дані, отримані методикою «Рівень співвідношення цінності і доступності в різних життєвих сферах».

Так, у китайських студентів з високим рівнем СБ (гр.1) «цінність» і її «доступність» знаходяться в «нейтральній зоні»; тобто «бажане» і «реальне» повністю або частково збігаються. Перш за все це стосується сфер любові та матеріальної забезпеченості – студенти досить зрілі для формування стосунків психологічної інтимності та й для самотійного життя. Конфлікт зафіксований по сфері щасливого сімейного життя, яка ще не склалася. У студентів з низьким рівнем СБ (гр.2) внутрішній конфлікт зафіксований по п'яти життєвим сферам, а саме: здоров'я, цікава робота, любов, матеріальне забезпечення, щасливе сімейне життя, що свідчить про неспроможність сформувати й стосунки психологічної інтимності, й про неготовність самотійно жити. Сфера пізнання є доступною, але не викликає на інтерес, що породжує порожнечу сенсу, «невключеність у життя», «життя як би».

Визначено, що структура сенсожиттєвих орієнтацій у китайських студентів з високим рівнем СБ (гр.1) містить 3 фактора (пояснюють 75,85 % загальної дисперсії): 1) «Синхронія сенсів»; 2) «Процес життя»; 3) «Мета в житті». Така структура свідчить про залученість сенсу до актуального життя; студенти з низьким рівнем СБ мають таку структуру орієнтацій, яка представлена трьома факторами (пояснюють 69,75% дисперсії): 1) «Конфлікт сенсу»; 2) «Фаталізм»; 3) «Минуле». Зазначені фактори відбивають відсутність сенсу актуального життя – він або задалегідь визначений, або залишився у минулому, або внутрішньо конфліктний, невизначений.

Важливим є й те, що студенти з високим рівнем СБ (гр.1) переконані в доброзичливості світу ($t=2,03$, $p<0,05$), його справедливості ($t=1,99$, $p<0,05$), цінності свого «Я» ($t=2,24$, $p<0,05$), в можливостях контролювати події, що відбуваються ($t=2,01$, $p<0,05$), вони вірять в те, що до гідних людей приходить удача ($t=2,00$, $p<0,05$).

Виявлено більш високий рівень загальної інтернальності у китайських студентів з високим рівнем СБ (гр.1), ніж у групи 2 ($t=2,12$, $p<0,05$), що свідчить про високий рівень суб'єктивного контролю над будь-якими життєвими ситуаціями. За всіма шкалами РСК спостерігаються достовірно більш високі показники інтернальності у гр.1 (студенти з високим рівнем СБ) -в області досягнень, невдач, сімейних, виробничих, міжособистісних стосунків, а також у

сфері здоров'я й хвороби. У літературі вказується на традиційну інтернальність китайців, й тому показники гр.2 можна тлумачити як відхід від традиційної етнопсихологічної риси.

Етнопсихологічні дані свідчать про чуттєвість китайців до переживань інших, що пов'язано з їх колективізмом. Така чуттєвість може бути оцінена за допомогою опитувальника емоційного інтелекту «ЕмІн» (Д.В. Люсін). Емоційний інтелект описується як чинник досягнення більш адаптивних і гнучких форм поведінки, що забезпечує благополуччя людини. Визначено, що у студентів з Китаю з високим рівнем СБ (гр.1) показники емоційного інтелекту є більш розвинутими (дані наведені у табл.2).

Таблиця 2

Відмінності в емоційному інтелекті китайських студентів з різним рівнем СБ

Шкали емоційного інтелекту	Гр. 1		Гр. 2		t
	M ₁	m ₁	M ₂	m ₂	
Міжособистісний інтелект	48,2	3,1	38,1	2,5	2,54*
Внутрішньоособистісний емоційний інтелект	50,4	3,3	37,2	2,3	3,28*
Розуміння емоцій	47,3	1,9	40,4	1,8	2,64*
Управління емоціями	52,1	3,4	43,2	2,5	2,11*

Примітка: t - критерій Ст'юдента; * - $p < 0,05$; M₁ – середнє значення у гр. 1; m₁ – середня помилка середнього значення M₁; M₂ - середнє значення у гр. 2; m₂ - середня помилка середнього значення M₂

Крім традиційного тлумачення щодо переваг, які надає емоційний інтелект, ймовірно, йдеться про те, що збереження традиційних цінностей у іншому культурному оточенні є серйозним ресурсом адаптації. Це збігається з концепціями «обличчя» та «авторитету», які притаманні китайській традиційній культурі. Поняття «обличчя» має універсальне використання (В.В. Соболев) – лінія поведінки й імідж дозволяють презентувати себе, відповідати нормативам, а прийняття «авторитету» дозволяє увійти в культуру, не втрачаючи «обличчя».

Філософія «метушні всередині гнізда» привела до формуванню характерної риси - не визнання своїх помилок, виправдання й навіть брехня, не любов до правди, яка вказана в очі (Бо Ян), але, з другого боку, - миролюбність, здатність до пасивного опору й гнучкість, наполегливість в досягненні своєї мети і здатність вміло обходити перешкоди, якщо не можуть їх подолати (І.Я. Коростовец), «товстошкірість», покірність, терплячість (Дун Линци, Сун Шаохуа). Такі риси складають симптомокомплекс толерантності. Г.У. Солдатова розглядає толерантність як інтегральну характеристику, що визначає здатність людини в проблемних і кризових ситуаціях активно взаємодіяти із зовнішнім середовищем з метою відновлення своєї нервово-психічної рівноваги, успішної адаптації.

Отримані результати свідчать про достовірно більш високі показники толерантності у гр.1. Результати наведені у таблиці 3.

Не виявлено різниці між групами за показником етнічна толерантність – в обох групах він заходиться на середньому рівні; за показниками – соціальна толерантність й толерантність як риса особистості та за загальним показником толерантності виявлена значуща різниця.

Таблиця 3

Відмінності в рівнях толерантності у студентів з різним рівнем СБ

Рівні толерантності	Гр.1		Гр.2		t
	M ₁	m ₁	M ₂	m ₂	
Етнічна толерантність	30,4	5,7	25,2	6,7	0,59
Соціальна толерантність	37,2	5,4	22,4	4,9	2,03*
Толерантність як риса особистості	32,6	5,3	18,8	4,1	2,06*
Загальна толерантність	100,3	7,3	60,5	4,3	4,70**

Примітка: t - критерій Ст'юдента; M₁ – середнє значення у гр. 1; m₁ – середня помилка середнього значення M₁; M₂ - середнє значення у гр. 2; m₂ - середня помилка середнього значення M₂; *- p<0,05; **- p<0,01

У А. Фрейд, а потім у Н. Хаан розроблена дуже продуктивна ідея зовнішнього (на відміну від внутрішнього) психологічного захисту, яка пізніше оформилася як ідея копінг-стратегії. Саме цей механізм надає можливість подолати тривогу, страх й перешкоду й досягти мету. В таблиці 4 наведені достовірність відмінностей у копінг-стратегіях груп китайських студентів, які розрізняються за рівнем СБ.

Таблиця 4

Достовірність відмінностей у копінг-стратегіях китайських студентів з різним рівнем СБ

Типи копінг-стратегій	Гр.1		Гр.2		t
	M ₁	m ₁	M ₂	m ₂	
Конфронтація	13,7	2,1	7,2	1,5	2,52*
Дистанційювання	6,4	1,9	14,5	2,3	2,72*
Самоконтроль	18,5	2,7	10,2	1,3	2,77*
Пошук соціальної підтримки	8,4	1,2	16,2	1,5	4,06*
Прийняття відповідальності	12,2	1,9	5,4	0,7	3,36*
втеча-уникнення	7,8	0,8	19,7	3,2	3,61*
Планування рішення проблеми	16,4	2,2	10,1	1,7	2,27*
Позитивна переоцінка	19,4	3,3	9,5	1,2	2,82*

Примітка: t - критерій Ст'юдента; M₁ – середнє значення у гр. 1; m₁ – середня помилка середнього значення M₁; M₂ - середнє значення у гр. 2; m₂ – середня помилка середнього значення M₂;*- p<0,05

Отже, у студентів з високими показниками СБ визначено, що найбільш активними є такі форми копінгу: самоконтроль, прийняття відповідальності,

планування рішення проблеми й позитивна переоцінка. Саме вони забезпечують ефективний емоційний самоконтроль; реалізм, прагматизм; пошуки опори в себе, відповідальність; можливість надати ситуації новий сенс, розглянути її як проблему, яку можливо вирішити, а не як трагедію, якої не можна уникнути; дефензивність, тобто зміст психотравми допускається до свідомості. Пошук соціальної підтримки, а не опора на себе призводять до формування вивченої безпорадності. Крім того, така опора на чужу людину, а не на сім'ю не відповідає традиційним китайським цінностям. Бо Ян наводить метафору «розсипаного на підносі піску», підкреслює відсутність єдності й солідарності у китайців, те, що сумісна діяльність для них не характерна. Крім того, отримані дані свідчать про недоліки зрілості й реалізму студентів з низькими показниками СБ.

У четвертому розділі «Програма соціально-психологічного тренінгу (СПТ) підвищення рівня суб'єктивного благополуччя» представлена програма СПТ, мета якої - підвищення рівня суб'єктивного благополуччя китайських студентів. Цільовою аудиторією програми є студенти, які мають знижені показники СБ. В основі розробленого тренінгу лежать результати дослідження чинників, які регулюють СБ китайських студентів. Ідеологічною основою СПТ є клієнт-центрований підхід в психотерапії. Техніки групової роботи засновані на ідеях когнітивної терапії, гештальт-терапії, арт-терапії, тілесно-орієнтованій терапії, аутогенному тренуванні. СПТ складається з п'яти блоків: вступний; інформаційний; поведінковий; емоційний та особистісний (табл.5).

Таблиця 5

Блоки програми СПТ

Назва блоку СПТ	Задачі блоку СПТ
Вступний	Підготовка до СПТ; формування мотивації до активної роботи в рамках тренінгу; створення понятійного поля та єдиного робочого простору
Інформаційний	Презентація чинників, що визначають суб'єктивне благополуччя особистості
Поведінковий	Оволодіння базовими навичками, що сприяють суб'єктивному благополуччю
Емоційний	Опрацювання негативних емоційних станів і набуття емоційної рівноваги і комфорту
Особистісний (інтеграційний)	Створення і стимулювання рефлексії та інтеграції отриманого матеріалу у власну особистість

СПТ включає кілька теоретичних положень психотерапії та психокорекції, каркасом для яких є ідеї клієнт-центрованої традиції К. Роджерса. У процесі СПТ застосовуються різні методичні прийоми, такі як групова дискусія, рольова гра, невербальні вправи тощо.

Було визначено кілька шляхів виявлення ефективності участі в СПТ:
1) самооцінки за шкалою лайкертовського типу загенералізованим моно

параметром («Я відчуваю себе краще у житті»); 2)тест/ретест – процедура за шкалою «Суб'єктивне благополуччя»; 3) експертні оцінки (в якості експертів виступили викладачі, однокурсники і товариші по гуртожитку); 4) оцінка стійкості змін через 2 місяці після завершення програми; 5) порівняння з групою контролю (Гр.К, 13 осіб).

У програмі прийняли участь 13 осіб (7 дівчат і 6 юнаків) – Гр. Е, з них 6 з середнім рівнем суб'єктивного благополуччя, 7 - з низьким. Зустрічі відбувалися 2 рази на тиждень, тривалість одного заняття становила 2,5 години. Всього було 20 зустрічей, які були здійснені протягом 10 тижнів.

Результати порівняння показників суб'єктивного благополуччя китайських студентів свідчать про зростання суб'єктивного благополуччя при застосуванні методу самооцінок ($K3, G=3, p=0,05$); в контрольній групі зміни не досягли значущого рівня ($K3, G=7, p>0,05$). Експерти оцінювали зміни у учасників програми за параметрами, що наведені у таблиці 6.

Таблиця 6

Результати експертних оцінок ефективності програми СПТ

Перелік показників	G	
	Гр.Е	Гр.К
В останній час перебував у доброму настрої	3*	4
Звертався за допомогою, порадою	3*	7
Рідко був неуважним	3*	8
З задоволенням виконував повсякденні справи	1**	6
Знаходився у прекрасній формі	3*	4

Примітка: * - $p=0,05$; ** - $p=0,01$; Гр. Е – експериментальна група, Гр. К. - контрольна група.

Експертні оцінки показали, що в учасників програми відбулися зміни у бік збільшення ознак СБ, у той час як в контрольній групі такі зміни не спостерігались.

Через 2 місяці було проведено опитування всіх учасників тренінгу, спрямоване на виявлення вражень від участі у тренінгу в цілому, яке показало позитивні зміни в житті ($G=3, p=0,05$), у взаєминах з іншими людьми ($G=2, p<0,05$) й самим собою ($G=3, p=0,05$), у переживанні благополуччя ($G=3, p=0,05$).

Отже, розроблена програма СПТ є ефективною і може бути рекомендована до використання.

ВИСНОВКИ

У роботі здійснено теоретичне узагальнення й запропоновано нове вирішення актуального завдання - підвищення рівня суб'єктивного благополуччя китайських студентів, які навчаються у вишів України шляхом розробки соціально-психологічного тренінгу, заснованого на ідентифікованих

чинниках суб'єктивного благополуччя. В результаті роботи дійшли наступних висновків:

1. Мотиваційно-ціннісна сфера китайських студентів, які є суб'єктивно благополучні, характеризується: прагматизмом, полімотивованістю, широтою життєвих сфер реалізації цінностей, диференційованістю та конкордантністю. Прагматична мотивація (егоїстично-престижні цінності) містить цінності престижу, досягнення, матеріального становища, збереження власної індивідуальності. Прагматизм, ймовірно, обумовлений реалізмом й зрілістю. Надвисока представленість духовно-моральних цінностей у структурі особистості є чинником, що утруднює досягнення суб'єктивного благополуччя, свідчить про особистісну незрілість.

2. Китайські студенти з високим рівнем суб'єктивного благополуччя цінності «любові» й «матеріального забезпечення» є «доступні», що свідчить про те, що вони є досить зрілими для формування стосунків психологічної інтимності та й для самостійного життя. У студентів з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя фрустрованими є п'ять життєвих сфер, а саме: здоров'я, цікава робота, любов, матеріальне забезпечення, щасливе сімейне життя, що свідчить про неготовність до стосунків психологічної інтимності й самостійного життя. Сфера пізнання в них є доступною, але не викликає на інтерес, що породжує порожнечу сенсу, особистісне невключення у життя.

3. Структура сенсожиттєвих орієнтацій китайських студентів з високим рівнем благополуччя є такою, що містить сенс життя - включає 3 аспекти сенсоутворення: 1) «синхронію сенсів», 2) «поглиблення у процес життя», 3) «орієнтацію на досягнення мети». У студентів з низьким рівнем благополуччя зазначена структура представлена факторами, що не надають сенсу актуальному життю – він або заздалегідь визначений, або залишився у минулому, або внутрішньо конфліктний, невизначений: 1) «конфлікт сенсу», 2) «фаталізм», 3) «минуле». Їм притаманні відсутність цілей, звуження тимчасової перспективи, процес життя виглядає нецікавим, а результативність незадовільною, відсутність віри в те, що вони володіють достатньою свободою вибору, щоб побудувати своє життя відповідно своїм уявленням.

4. Студенти з високим рівнем суб'єктивного благополуччя переконані в доброзичливості світу і його справедливості, цінності свого «Я» і в можливостях контролювати події, що відбуваються, вони вірять в те, що до гідних людей приходить удача. Студенти з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя, навпаки, переконані у ворожості світу, не вірять у справедливість, їм притаманні низькі рівні цінності «Я» і «контролю над життям».

5. Особистісними рисами, що сприяють формуванню суб'єктивного благополуччя є: інтернальність, соціальна чуттєвість (емоційний інтелект) й толерантність.

Високий рівень суб'єктивного контролю над будь-якими життєвими ситуаціями в області досягнень, невдач, сімейних, виробничих, міжособистісних стосунків, а також у сфері здоров'я й хвороби забезпечує опору на себе; високий емоційний інтелект обумовлює здатність до регуляції як

своїх, так і чужих емоційних станів, високу точність в ідентифікації емоцій, здатність до зміни модусу поведінки, мислення й реагування; толерантність надає можливість не тільки чути іншого, але і бути почутим.

Вищезазначені риси входять до традиційних етнопсихологічних рис китайців, які є відповідними концепціям «обличчя» та «авторитету». Збереження традиційних цінностей у іншому культурному оточенні є серйозним ресурсом адаптації.

6. Високі показники суб'єктивного благополуччя забезпечуються активністю таких форм копіngu: самоконтроль, прийняття відповідальності, планування рішення проблеми й позитивна переоцінка. Вони забезпечують ефективний емоційний самоконтроль, реалізм, прагматизм, пошуки опори в себе, відповідальність, можливість надати ситуації новий сенс, як проблему, яку треба вирішити, а не як трагедію, якої не можна уникнути, дефензивність. Пошук соціальної підтримки, а не опора на себе призводять до формування вивченої безпорадності.

7. На основі отриманих чинників суб'єктивного благополуччя китайських студентів, з дотриманням принципів побудови соціально-психологічного тренінгу була розроблена програма соціально-психологічного тренінгу, мета якого - підвищення рівня суб'єктивного благополуччя китайських студентів. Цільова аудиторія - студенти з Китаю зі знизеним рівнем суб'єктивного благополуччя. СПТ складається з п'яти блоків 1) вступний блок; 2) інформаційний; 3) поведінковий; 4) емоційний; 5) особистісний.

В технічному відношенні програма є полімодальною: когнітивно-поведінкова терапія, аутогенне тренування, гештальт-терапія, арт-терапія, тілесно-орієнтована терапія. Ідеологічним каркасом програми є клієнт-центрований підхід. Використання багатовимірної оцінки ефективності СПТ дозволило встановити підвищення суб'єктивного благополуччя в учасників соціально-психологічного тренінгу.

Перспектива подальших досліджень полягає у вивченні гендерних та етноспецифічних особливостей забезпечення суб'єктивного благополуччя.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ РОБІТ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

1. Ван СяоЛун. Мотивационно-ценностная структура личности китайских студентов с разными уровнями субъективного благополучия / Ван СяоЛун// Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія, Вип.50. – Х.:ХНПУ, 2015. – С.24-30.
2. Ван СяоЛун. Суб'єктивне благополуччя китайських студентів /Ван СяоЛун// Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. — 2014. — № 1099 : Сер. : Психологія. — Вип. 54. — С. 5—9.
3. Ван СяоЛун. Особливості толерантності іноземних студентів з різним рівнем суб'єктивного благополуччя / Ван СяоЛун // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. — 2014. — № 1121 : Сер. : Психологія. — Вип. 56. — С. 13—18.

4. Ван Сяолун. Рівень суб'єктивного студентів з Китаю при різних рівнях суб'єктивного благополуччя / Ван Сяолун// Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія, Вип.52. – Х.:ХНПУ, 2016. – С.5-11.
5. Ван Сяолун. Соотношение ценности-доступности в разных жизненных сферах китайских студентов [Електронний ресурс] / А. С. Кочарян, А. А. Макаренко, Ван Сяолун // Перспективы Науки и Образования.– 2015. № 1 (13). С. 96-100. – Режим доступу до ресурсу: rnojournal.wordpress.com/archive15/15-01/.
6. Ван Сяолун. Особенности ценностной сферы китайских студентов / Ван Сяолун// Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools./ Publishingoffice: Accent Graphics Communications – Hamilton, ON – Canada,2015.- №6 (12). –С.111-119.
7. Ван Сяолун. Структура и критерии субъективного благополучия/ Ван Сяолун // "Вектори психології - 2014". Матеріали Міжнародної молодіжної наукової конференції (11 квітня 2014 р., м. Харків, Україна). - Харків: "Оперативні поліграфія", 2014 -С.106 - 108.
8. Ван Сяолун. Психологическое благополучие студентов-иностранцев: теоретико-методологический анализ проблемы/ Ван Сяолун // Матеріали науково-практичної конференції студентів і молодих вчених «Психологія в сучасному світі»: Тези доповідей. Харків: Національний аерокосмічний університет імені М.Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут», 2014. – С. 40.
9. Ван Сяолун. Повышение уровня субъективного благополучия китайских студентов / Ван Сяолун // Матеріали науково-практичної конференції студентів і молодих вчених «Психологія в сучасному світі»: Тези доповідей. Харків: Національний аерокосмічний університет імені М.Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут», 2015. – С. 38.
10. Ван Сяолун. Толерантность как фактор субъективного благополучия иностранных студентов / Ван Сяолун// Матеріали IV Міжвузівського науково-практичного семінару «Актуальні питання сучасного соціогуманітарного знання» Тези доповідей. Харків: Національний аерокосмічний університет імені М.Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут», 2015. – С. 35.
11. Ван Сяолун. Психологічні чинники суб'єктивного благополуччя студентів з Китаю/ Ван Сяолун // Всеукраїнська науково-технічна конференція «Інтегровані комп'ютерні технології в машинобудуванні ІКТМ - 2015»: Тези доповідей. - Харків: Національний аерокосмічний університет імені М.Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут», 2015. – Том 3. - С. 185.
12. Ван Сяолун. Особливості емоційних властивостей особистості китайських студентів з різним рівнем суб'єктивного благополуччя / Ван Сяолун // Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «Психологія та педагогіка: методика та проблеми практичного застосування». (м. Львів, 25-26 грудня 2015року):- Львів: Го «Львівська педагогічна спільнота», 2015. – С. 41–43.

13. Ван Сяолун. Ценностная сфера китайских студентов / Ван Сяолун//Сборник научных статей VII Международной научно-практической интернет-конференции (Состояние здоровья: медицинские, социальные и психолого - педагогические аспекты) . Забайкал. гос. ун-т; отв. ред. С.Т. Кохан. – Чита : Забайкал. гос. ун-т, 2016. – С.744-749.

АНОТАЦІЯ

Ван Сяолун. Психологічні чинники суб'єктивного благополуччя студентів з Китаю. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. - Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна Міністерства освіти і науки України. –Харків, 2016.

Дисертація присвячена дослідженню психологічних чинників суб'єктивного благополуччя китайських студентів. Встановлено особливості мотиваційно-ціннісної структури, особистісних рис, опануючих стратегій, базових переконань, що пов'язані з високим суб'єктивним благополуччям. Встановлено, що чинником суб'єктивного благополуччя є не домінуючі цінності, а ступінь їх досяжності. Показано, що відповідність традиційним етнопсихологічним цінностям китайського етносу є важливим ресурсом адаптації. У якості чинників суб'єктивного благополуччя студентів з Китаю є емоційна сфера, толерантність, способи копіngu. На основі визначених чинників суб'єктивного благополуччя студентів з Китаю розроблено програму соціально-психологічного тренінгу, мета якої - підвищення рівня суб'єктивного благополуччя. Результати соціально-психологічного тренінгу виявились ефективними.

Ключові слова: суб'єктивне благополуччя, студенти з Китаю, мотиваційно-ціннісна сфера, типи копіngu, локус контролю, соціально-психологічний тренінг.

АННОТАЦИЯ

Ван Сяолун. Психологические факторы субъективного благополучия студентов из Китая. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.01 – общая психология, история психологии. – Харьковский национальный университет имени В.Н. Каразина Министерства образования и науки Украины. – Харьков, 2016.

Диссертация посвящена изучению психологических факторов субъективного благополучия студентов из Китая. Установлено, что мотивационно-ценностная структура студентов с высоким уровнем субъективного благополучия отображает полимотивированность, разнообразие ценностей, широту сфер деятельности; у студентов с низким уровнем

субъективного благополучия мотивационно-ценностная структура уплощена, дискондантна. Выявлены феномены структурной организации мотивационно-ценностной сферы, предрасполагающие к субъективному благополучию – прагматизм, полимотивированность, широта сфер реализации мотивов, конкордантность. Особенности структурной организации смысложизненных ориентаций также являются фактором предиспонирования к переживанию субъективного благополучия. У студентов с высокими уровнями благополучия такая структура представлена тремя факторами: 1) «Синхрония смыслов»; 2) «Процесс жизни»; 3) «Цель в жизни». Соответствующая структура у студентов с низким уровнем субъективного благополучия представлена тремя факторами: 1) «Конфликт смысла»; 2) «Фатализм»; 3) «Прошлое» - у них смысл либо отсутствует, либо внутренне конфликтен, либо отнесен к прошлому.

Установлено, что доминирующими ценностями, не зависимо от уровня субъективного благополучия, являются сфера любви, материальной обеспеченности и счастливой семейной жизни. Фактором уровня субъективного благополучия являются не доминирующие ценности, а степень их доступности, широта диссоциации, внутренней конфликтности и внутреннего вакуума в сферах «ценности» - «доступности». Особенность доступности к ценности любви и материальному благополучию состоит в том, что студенты с низким уровнем благополучия не являются готовыми к установлению отношений психологической интимности и к самостоятельной взрослой жизни без поиска социальной опоры.

Субъективная оценка благополучия соотносится с основными аспектами позитивного личностного функционирования, последний выступает в качестве фактора субъективных оценок благополучия. Выявлено три группы личностных черт, которые предрасполагают китайских студентов к переживанию благополучия – толерантность, интернальность, эмоциональная чувствительность, эквивалентом которой является эмоциональный интеллект. Эти черты относятся к традиционным особенностям китайской психологии, и выступают ресурсом адаптации. Толерантность идентифицирована как один из факторов, определяющих субъективное благополучие китайских студентов. Установлено, что совладающие способы поведения являются одним из психологических факторов, участвующих в оценках китайскими студентами субъективного благополучия. Высокий уровень субъективного благополучия связан с широким диапазоном копинг-стратегий, что обеспечивает хорошее соответствие между жизненными трудностями и способами их преодоления. Низкий уровень субъективного благополучия китайских студентов связан с функционированием копинг-стратегий практически в неактивном режиме, не позволяющем минимизировать негативные воздействия ситуаций, что приводит к пониженным возможностям восстановления, а также делает невозможным преобразование ситуаций, которые могут становиться перманентными факторами стресса, в результате чего происходит утрата эмоционального равновесия и, как следствие, наблюдается низкий уровень субъективного благополучия.

На основе полученных факторов субъективного благополучия китайских студентов, с соблюдением принципов построения социально-психологического тренинга разработана программа социально-психологический тренинга, цель которого – повышения уровня субъективного благополучия китайских студентов. Для достижения цели СПТ и реализации блоков СПТ было задействовано несколько положений современной практики психотерапии и психокоррекции (когнитивная терапия, аутогенная тренировка, гештальт-терапия, арт-терапия, телесно-ориентированная терапия), каркасом для которых выступил клиент-центрированный подход. Использование многомерной оценки эффективности СПТ позволило установить возрастание субъективного благополучия у участников социально-психологического тренинга.

Ключевые слова: субъективное благополучие, студенты из Китая, мотивационно-ценностная сфера, типы копинга, локус контроля, социально-психологический тренинг.

SUMMARY

Van SyaoLun. Psychological factors subjective well-being of students from China. - Manuscript.

Thesis for Candidate degree in psychological sciences, specialty 19.00.04 - medical psychology. – V.N. Karazin's University of Kharkiv National University of Ministry of Education and Science of Ukraine. - Kharkiv, 2016.

This research focuses on psychological factors of subjective well-being of the students. The peculiarities of motivational-value structure, personality traits, opanuyuchyh strategies, basic beliefs associated with high subjective well-being. Found that factor in subjective well-being is not the dominant values and the extent of their reach. It is shown that compliance ethnopsychological traditional values of Chinese ethnicity is an important resource adaptation. As factors of subjective well-being of students from China are emotional sphere, tolerance, ways of coping. On the basis of certain factors of subjective well-being of students from China developed a program of social and psychological training, whose purpose - improving the level of subjective well-being. The results of the socio-psychological training proved effective.

Keywords: subjective well-being of students from China, motivational sphere of values, types of coping, locus of control, socio-psychological training.