

УДК 159.9.072.43

ВЛИЯНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СОЦИОКУЛЬТУРНОЙ АДАПТАЦИИ, СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ И СТРАТЕГИЙ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ НА СОСТОЯНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ КИТАЙСКИХ СТУДЕНТОВ

СУ ТАО¹⁾, И. А. ФУРМАНОВ¹⁾

¹⁾Белорусский государственный университет, пр. Независимости, 4, 220030, г. Минск, Беларусь

Установлено, что оценка психического здоровья китайских студентов имеет значимую обратную связь с показателями социокультурной адаптации, активного копинга и социальной поддержки, а также прямую связь с показателем пассивного копинга. Выявлено, что на психическое здоровье социокультурная адаптация и социальная поддержка непосредственно не влияют, однако активный копинг воздействует негативно (снижает риск нарушений), а пассивный копинг, наоборот, катализирует проблемы с психическим здоровьем. Социальная поддержка оказывает значимый модулирующий эффект на медиацию активного и пассивного копинга в регуляции психического здоровья. Сделан вывод о том, что проблемы психического состояния и здоровья китайских студентов могут быть преодолены за счет научения их способам активного преодоления стрессовых ситуаций в процессе социокультурной адаптации, а также за счет расширения качества и количества социальной поддержки.

Ключевые слова: социокультурная адаптация; активный и пассивный копинг; социальная поддержка; психическое здоровье.

THE INFLUENCE OF INDICATORS OF SOCIO-CULTURAL ADAPTATION, SOCIAL SUPPORT AND COPING STRATEGIES ON THE MENTAL HEALTH OF CHINESE STUDENTS

SU TAO^a, I. A. FOURMANOV^a

^aBelarusian State University, 4 Niezaliežnasci Avenue, Minsk 220030, Belarus

Corresponding author: I. A. Fourmanov (fourmigor@gmail.com)

It was found that the mental health scores of Chinese students have a significant inverse relationship with the level of socio-cultural adaptation, indicators of active coping and social support, as well as a direct link with passive coping. Socio-cultural adaptation and social support do not directly affect mental health indicators. Active coping negatively affects mental

Образец цитирования:

Су Тао, Фурманов ИА. Влияние показателей социокультурной адаптации, социальной поддержки и стратегий совладающего поведения на состояние психического здоровья китайских студентов. *Журнал Белорусского государственного университета. Философия. Психология.* 2023;2:108–118.
<https://doi.org/10.33581/2520-2251-2023-2-108-118>

For citation:

Su Tao, Fourmanov IA. The influence of indicators of socio-cultural adaptation, social support and coping strategies on the mental health of Chinese students. *Journal of the Belarusian State University. Philosophy and Psychology.* 2023;2:108–118. Russian.
<https://doi.org/10.33581/2520-2251-2023-2-108-118>

Авторы:

Су Тао – аспирант кафедры социальной и организационной психологии факультета философии и социальных наук. Научный руководитель – И. А. Фурманов.
Игорь Александрович Фурманов – доктор психологических наук, профессор; заведующий кафедрой социальной и организационной психологии факультета философии и социальных наук.

Authors:

Su Tao, postgraduate student at the department of social and organisational psychology, faculty of philosophy and social science.
cytao1975@gmail.com
Igor A. Fourmanov, doctor of science (psychology), full professor; head of the department of social and organisational psychology, faculty of philosophy and social science.
fourmigor@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-1931-9751>

health indicators (reduces the risk of disorders), and passive coping, on the contrary, catalyses mental health problems. Social support has a significant moderating effect on the mediation of active and passive coping in the regulation of mental health. The conducted research allowed us to draw an important scientific and practical conclusion that the problems of the mental state and health of Chinese students can be overcome by teaching them how to actively overcome stressful situations in the process of socio-cultural adaptation, as well as expanding the quality and quantity of social support.

Keywords: socio-cultural adaptation; active and passive coping; social support; mental health.

Введение

Межкультурная адаптация является сложным процессом. Многие ученые провели обширные исследования и выдвинули различные теории и модели межкультурной адаптации. Наиболее основательной теорией является процессуальная модель культурной адаптации (К. Уорд), которая представляет собой относительно всеобъемлющую и систематическую интеграцию существующих культурных адаптационных исследований. С одной стороны, эта модель сочетает в себе исследования аккультурации и адаптации [1; 2], с другой стороны, она систематически включает в себя факторы влияния на индивидуальном и социальном уровнях [3]. В процессуальной модели культурной адаптации процесс социокультурной адаптации начинается с культурного контакта и изменения жизни, которые могут оказывать давление на кросс-культурных субъектов, что приводит к когнитивным, эмоциональным и поведенческим реакциям и в итоге – к адаптации на психологическом и социокультурном уровнях. Социокультурная адаптация зависит от следующих факторов: продолжительности проживания, языковых способностей, способов реагирования, социальной поддержки, культуральной дистанции и частоты контактов с членами других культурных обществ [4].

Когда индивид находится в чужой культуре, новая среда вызывает стресс, который, в свою очередь, может привести к физической дисфункции, что принято считать нормальной реакцией. Негативное психологическое состояние человека влияет на его физическое состояние, возможно, усиливая тревогу, депрессию и беспокойство. Культурные потрясения тоже воздействуют на физическое состояние человека, например, у него могут появиться различные физические симптомы (болезненные ощущения и телесный дискомфорт), а также может снизиться функция иммунной системы организма. Помимо этого, у индивида возникают некоторые физические и психологические заболевания [5]. В частности, Чжун Цзябао и его коллеги [6] обнаружили, что социокультурная адаптация иностранных студентов имеет значимую корреляцию с их психическим здоровьем. В исследовании социокультурная адаптация объясняет 49,1 % дисперсии в общем объеме психического здоровья.

Р. С. Лазарус и С. Фолькман [7] первые начали рассматривать проблему адаптации к окружающей среде. Они считали, что для уменьшения психоло-

гического напряжения, вызванного воздействием внешней среды, необходим определенный ответ (копинг-стратегия), т. е. когнитивные и поведенческие усилия, при которых человек понимает, что его взаимодействие с окружающей средой представляет собой какую-то нагрузку на него. Копинг часто изучается как промежуточный фактор между стрессором и психическим здоровьем. Он может определять интенсивность и тип реакции людей на стрессовые события, а также регулировать индивидуальную приспособляемость, включая процесс адаптации и конечный результат, влияющий на ситуацию.

Копинг-стратегия используется для удовлетворения потребностей внутренней и внешней среды и решения эмоциональных проблем, возникающих под воздействием окружающей среды [8]. Копинг-стратегии в качестве промежуточных переменных для психического здоровья и источников реагирования на чрезвычайные ситуации оказывают важное влияние на психическое здоровье [9]. Результаты исследования Л. Е. Бойтлера и его коллег [10] показывают, что позитивные и зрелые ответные меры совладания способствуют повышению уровня психического здоровья. Копинг является важным фактором как психосоциальной адаптации [11], так и физического и психического здоровья человека, столкнувшегося со стрессовыми событиями [12]. В работе Р. Уокера и Р. С. Стефенса [13] выявлено, что 43,3 % людей в состоянии сильного стресса подвергаются риску нарушений психического здоровья, если у них отсутствуют надлежащее реагирование и эффективная социальная поддержка, и это более чем в два раза превышает долю тех индивидов, которые склонны к общепопуляционным рискам. В исследовании Н. Ноорбахш и его коллег [14] отмечено, что личности, часто использующие активный копинг в стрессовых ситуациях, демонстрируют более высокую приспособляемость, хорошие межличностные отношения, получают больше понимания и поддержки от своего окружения. В то же время люди, которые чаще используют пассивный копинг (уклонение), склонны к негативным эмоциональным переживаниям и физическим симптомам (депрессия, тревога, раздражительность и т. д.), сопровождающимся межличностными проблемами. По результатам исследования Чэнь Вэйчжэня [15], позитивные стратегии реагирования оказывают положительное прогнозируемое воздействие на психическое здоровье, а пассивный

копинг не способствует развитию психического здоровья. Таким образом, хотя методы и объекты в проведенных исследованиях различаются, в результатах изучения взаимосвязи между способом реагирования и психическим здоровьем исследователи пришли примерно к одинаковой точке зрения: существует тесная связь психического здоровья и паттернов реагирования, т. е. позитивный ответ, как правило, положительно влияет на психическое здоровье, в то время как пассивный копинг может негативно воздействовать на психическое здоровье.

Среди многих факторов, влияющих на межкультурную адаптацию, социальная поддержка является наиболее значимой. В современной культуре самой большой проблемой, стоящей перед индивидом, является сокращение или отсутствие социальной поддержки. Жизнь в иной (по сравнению с собственной) культуре влечет за собой потерю системы привычной социальной поддержки, которая напрямую связана с улучшением психического здоровья человека и снижением вероятности физической и психической болезней [16]. Социальная поддержка является относительно стабильным способом отношений среди людей и очень важным фактором общественной среды, влияющим на адаптацию иностранных студентов. Кроме того, она оказывает общее воздействие на индивидуальную адаптацию. Например, исследования В. И. Чиркова и его коллег [17] доказывают, что социальная поддержка положительно коррелирует с социокультурной адаптацией иностранных студентов: чем больше социальной поддержки они получали, тем лучше была их социокультурная адаптация. В то же время М. Б. Адельман [18] писал о том, что слишком много социальной поддержки в среде иностранных студентов приводит к концентрации их на контактах со своими соотечественниками в ущерб контактам с местными студентами и окружающими, препятствует изучению иностранных языков и приобретению межкультурных навыков, и это, в свою очередь, приводит к снижению удовлетворенности жизнью.

Китайские студенты в Беларуси в основном могут использовать ресурсы социальной поддержки как соотечественников, так и местных студентов

и окружающих. М. Б. Адельман [18] считал, что помощь со стороны соотечественников полезна с точки зрения информационной и эмоциональной поддержки. Например, те студенты, которые уже имеют опыт обучения за рубежом, предоставляют информацию другим иностранным студентам, чтобы помочь им справиться с новыми условиями. Соотечественники могут также оказывать эмоциональную поддержку индивиду, стимулируя катарсис негативных эмоций, которые возникают в новых условиях. Этим обеспечивается некий защитный эффект, способствующий усилению ощущения психологической безопасности, повышению самоуважения и чувства принадлежности, снижению уровня стресса, тревоги, чувства беспомощности и отчуждения. Однако такая социальная поддержка может также препятствовать изучению иностранцами новой автохтонной культуры. Исследование иностранных студентов, обучающихся в США, показало, что те, кто близко общался со своими соотечественниками и проводил много времени с ними, были менее адаптивными. Результаты исследования выборки британских иммигрантов в Австралии также показали, что иммигранты с большим количеством друзей-соотечественников и меньшим числом местных друзей менее удовлетворены собственной жизнью. Таким образом, социальная поддержка сограждан может быть как полезной, так и вредной.

На основании теории межкультурной адаптации, предложенной К. Уорд, в настоящем исследовании изучались взаимосвязи и влияние показателей социокультурной адаптации, социальной поддержки, активного и пассивного копинга на психическое здоровье китайских студентов.

В данной статье представлены две гипотезы исследования.

Гипотеза 1. Социокультурная адаптация китайских студентов значимо коррелирует со стратегиями копинга, уровнем социальной поддержки и психического здоровья.

Гипотеза 2. Социокультурная адаптация китайских студентов опосредованно, через стратегии копинга и уровень социальной поддержки, влияет на уровень психического здоровья.

Материалы и методы исследования

В исследовании использовались китайские варианты методик. Шкала социокультурной адаптации (*revised socio-cultural adaptation scale*) [19; 20] состоит из 21 утверждения, оценивающих 5 показателей по 5-балльной шкале Ликерта (1–5 баллов): межличностное общение, личные интересы, общественную деятельность, адаптацию к окружающей среде и знание языка. Шкала способов реагирования (*ways of coping questionnaire*) [21] состоит из 20 утверждений, оценивающих 2 показателя по 5-балльной шкале Ликерта (0–4 балла): активный

и пассивный копинг. Многомерная шкала социальной поддержки (*multidimensional scale of perceived social support*) [22] состоит из 12 утверждений, оценивающих 3 показателя по 7-балльной шкале (1–7 баллов): поддержку семьи, поддержку друзей и поддержку значимых других. Шкала самооценки симптомов (*symptom checklist – 54*) [23] состоит из 54 утверждений, оценивающих 10 показателей по 5-балльной шкале Ликерта (0–4 балла): соматизацию, обсессивно-компульсивные расстройства, межличностную сензитивность, депрессию, тревожность, враждебность, фо-

бическую тревожность, паранойяльные симптомы, психотизм и дополнительные вопросы. Высокие показатели по указанным шкалам свидетельствовали о наличии нарушений психического здоровья.

В исследовании приняли участие 198 китайских студентов (107 мужчин и 91 женщина), обучающихся в различных учреждениях высшего образования Беларуси.

Поскольку метод модерируемой медиации является каузальным, представляется важным охарактеризовать и обосновать роли эмпирических критериев (показателей) относительно друг друга для предотвращения эффектов *post hoc* (от лат. *post hoc* – после этого, значит, по причине этого). Речь идет о логической ошибке, когда последовательность случайных событий неверно трактуется как причинно-следственная связь.

Независимой переменной выступал суммарный показатель социокультурной адаптации (X). Как уже отмечалось ранее, социокультурная адаптация личности направлена на формирование психического здоровья, поэтому в качестве зависимой переменной, наиболее важного результата процесса социо-

культурной адаптации, был определен суммарный показатель по шкале самооценки симптомов – показатель психического здоровья (Y). Копинг часто рассматривается как промежуточный фактор между стрессором и психическим здоровьем, поэтому в качестве переменных-медиаторов, отражающих механизм влияния независимой переменной на зависимую переменную, были использованы показатели активного (A) и пассивного (P) копинга. В качестве переменной-условия (модератора) выступил суммарный показатель по методике, определяющей уровень социальной поддержки (W).

На рис. 1 представлена гипотетическая концептуальная схема модели. Стрелками отображены регрессионные зависимости, или пути. Прямой путь c' пролегает от независимой переменной X к зависимой переменной Y . Непрямой путь имеет два направления: пути a_1 и a_2 проходят от независимой переменной X к переменным-медиаторам A и P (левая сторона модели), пути b_1 и b_2 – от переменных-медиаторов A и P к зависимой переменной Y (правая сторона модели). Пути b_1 , b_2 и c' управляются переменной-модератором W .

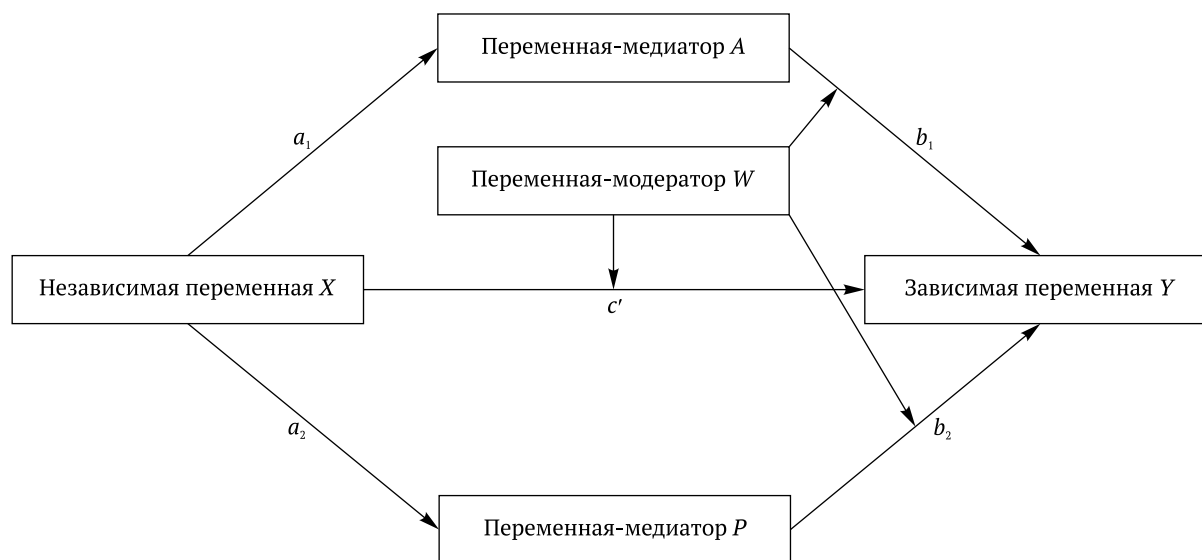


Рис. 1. Гипотетическая концептуальная схема модели модерирующей медиации психического здоровья

Fig. 1. Hypothetical conceptual scheme of the mental health moderated mediation model

Для установления взаимосвязей применялся корреляционный анализ Пирсона, а также использовалась модель модерирующей медиации, которая была построена с помощью программного обеспечения *IBM SPSS Statistics 26.0* и *Process 3.4*. В данной работе в пределах 95 % доверительного интервала рассчитывались значения верхнего (95%LLCI) и нижнего (95%ULCI) косвенного эффекта, средние значения (M), стандартное отклонение (SD), стандартная ошибка (SE), уровень значимости (p), коэффициенты регрессии (β), значения t -критерия Стьюдента, доля дисперсии независимых переменных (R^2), а также

отношение среднего квадрата для регрессии к среднему квадрату для остатка (F). Использование этого метода позволило выявить максимально точные выборочные оценки и распространить полученные данные на всю популяцию. Для интерпретации результатов модели модерируемой медиации А. Ф. Хейс [24] рекомендовал опираться не на ее разбор по отдельным путям, а на анализ индекса модерированной медиации, индексов непрямого условного влияния на различных уровнях модератора и другие индикаторы, которые с высокой точностью позволяют охарактеризовать модель в целом.

Результаты и их обсуждение

По результатам корреляционного анализа показатель психического здоровья китайских студентов имеет значимую обратную связь с уровнем социокультурной адаптации, показателями активного копинга и социальной поддержки, а также прямую связь с пассивным копингом (табл. 1). Полученные данные могут свидетельствовать о том, что адаптивные китайские студенты, которые активно реагируют на стрессовые ситуации, чаще используют поведенческие или психологические ответы, направленные на непосредственное изменение природы стрессора или его переосмысление, в большей мере ориентируются

на успешные, но стандартные способы адаптации к изменяющимся условиям среды на основе хорошо развитых личностных ресурсов и опираются на широкую сеть социальной поддержки, а также меньше подвергаются риску возникновения нарушений психического здоровья. В свою очередь, китайские студенты, которые в процессе социокультурной адаптации прибегают к стратегии пассивного копинга, предполагающей избегание или бездействие из-за неуверенности в себе и восприятие ситуации как непреодолимой, вероятно, сталкиваются с достаточно выраженными нарушениями психического здоровья.

Таблица 1

Коэффициенты корреляции показателей социокультурной адаптации, активного и пассивного копинга, социальной поддержки и психического здоровья

Table 1

Correlation coefficients of social adaptation, active and passive coping styles, social support and mental health

Показатели	M	SD	Показатели				
			Социокультурная адаптация	Активный копинг	Пассивный копинг	Социальная поддержка	Психическое здоровье
Социокультурная адаптация	3,36	0,71	–				
Активный копинг	23,27	5,63	0,38*	–			
Пассивный копинг	9,16	4,38	–0,06	–0,27*	–		
Социальная поддержка	5,23	0,99	0,50*	0,39*	–0,03	–	
Психическое здоровье	0,57	0,50	–0,31*	–0,39*	0,22*	–0,29*	–

Примечание. Знаком * отмечен показатель, который статистически значим при $-p < 0,01$.

Отрицательная взаимосвязь активного и пассивного копинга, вероятно, свидетельствует о том, что китайские студенты используют два различных способа совладания с проблемами адаптации, причем первый из них является более эффективным.

Позитивную роль также играет социальная поддержка, возможно, как фактор улучшения социокультурной адаптации и усиления стремления к использованию именно активной стратегии копинга.

В ходе исследования были выявлены показатели стандартизированных коэффициентов a_1 , a_2 , b_1 , b_2 и c' (табл. 2). Результаты свидетельствуют о том, что активный копинг является фактором медиации между социокультурной адаптацией и психическим здоровьем, а социокультурная адаптация сначала влияет на активный копинг, а затем – на психическое здоровье. Пассивный копинг не является медиатором взаимосвязи социокультурной адаптации и психического здоровья.

Для расчета доли активного и пассивного копинга в медиаторном эффекте были проанализированы значения процентилей бутстрепа (табл. 3).

Установлено, что активный копинг вносит значительный вклад в медиацию связи между социокультурной адаптацией и психическим здоровьем (51,85 % от общего косвенного эффекта) по сравнению с вкладом пассивного копинга (5,84 % от общего косвенного эффекта). Полученные данные о том, что активный копинг выступает в роли медиатора связи социокультурной адаптации и психического здоровья, согласуются с результатами исследования Ченг Куна [25].

Для проверки регулирующей роли социальной поддержки в соответствии с рекомендациями Вэнь Чжунлин и Е Баоцзюан [26] были рассчитаны и оценены три уравнения регрессии. Согласно первому уравнению, оценивающему прогностический эффект социокультурной адаптации для стратегии активного копинга, социокультурная адаптация является значимым катализирующим прогностическим показателем активного копинга ($\beta = 0,38$, $SE = 0,66$, $t = 5,78$ при $p < 0,001$, $R^2 = 0,15$, $F = 33,42$ при $p < 0,001$). На основании второго уравнения, которое оценивает прогностический эффект социокультурной адаптации

для стратегии пассивного копинга, социокультурная адаптация является значимым ингибирующим прогностическим показателем пассивного копинга ($\beta = -0,05$, $SE = 0,04$, $t = -12,84$ при $p < 0,001$, $R^2 = 0,003$, $F = 0,62$). Согласно третьему уравнению (табл. 4), оценивающему прогностический эффект социокультурной адаптации, стратегий копинга, социальной поддержки и их взаимодействия для показателей психического здоровья, были сделаны следующие выводы:

- социокультурная адаптация и социальная поддержка как в отдельности, так и в совокупности непосредственно не оказывают влияния на психическое здоровье;
- активный копинг негативно влияет на психическое здоровье (снижает риск нарушений), а пассивный копинг, наоборот, катализирует проблемы с психическим здоровьем;

- социальная поддержка оказывает значимый модулирующий эффект на медиацию активного и пассивного копинга в регуляции психического здоровья.

Полученные данные согласуются с процессуальной моделью культурной адаптации К. Уорд [3], в рамках которой процесс социокультурной адаптации, начинаясь с изменений жизненного уклада и вынужденной необходимости межкультурных контактов, приводит к стрессу или дефекту социальных способностей, требует определенных адаптивных когнитивных, эмоциональных и поведенческих реакций и при неблагоприятном исходе этого процесса обуславливает нарушения психического здоровья.

Схематически модель модулируемой медиации психического здоровья показателями социокультурной адаптации, стратегий копинга и социальной поддержки представлена на рис. 2.

Таблица 2

Значения стандартизированных коэффициентов для модели медиации (со стандартными ошибками)

Table 2

Values standardised coefficients for the mediation model (with standard errors)

Независимые переменные	Зависимые переменные		
	A	P	Y
X	$a_1 = 0,379$ $SE = 0,065$ $p < 0,001$	$a_2 = -0,055$ $SE = 0,070$ $p > 0,05$	$c' = -0,010$ $SE = 0,066$ $p = 0,05$
A			$b_1 = -0,421$ $SE = 0,069$ $p < 0,001$
P			$b_2 = 0,328$ $SE = 0,065$ $p < 0,001$

Таблица 3

Бутстреп-тестирование эффектов медиации между социокультурной адаптацией и психическим здоровьем

Table 3

Bootstrap test for mediation effects between socio-cultural adaptation and mental health

Тип эффекта	Значение эффекта	Бутстреп			Доля относительных эффектов медиации, %
		SE	95%LLCI	95%ULCI	
Общий косвенный эффект	-0,178	0,044	-0,271	-0,099	57,69
Эффект активного копинга	-0,160	0,039	-0,241	-0,089	51,85
Эффект пассивного копинга	-0,018	0,024	-0,069	0,026	5,84
Эффект от разности активного копинга и пассивного копинга	-0,142	0,048	-0,241	-0,054	46,01

Таблица 4

Прогностические эффекты социокультурной адаптации, стратегий копинга, социальной поддержки и их взаимодействия для значений показателя психического здоровья

Table 4

Prognostic effects of socio-cultural adaptation, coping strategies, social support and their interaction for values of mental health indicators

Независимые переменные	Значения зависимой переменной Y		
	β	SE	t
X	-0,10	0,07	-1,45
W	-0,08	0,07	-1,16
A	-0,41	0,07	-5,70**
P	0,34	0,07	5,22**
X и W	-0,05	0,06	-0,74
A и W	0,14	0,07	2,01***
P и W	-0,13	0,06	-1,98***

Примечания. 1. Знаком ** отмечен показатель, который статистически значим при $-p < 0,001$, знаком *** – показатель, который статистически значим при $-p < 0,05$. 2. $R^2 = 0,30$, $F = 11,81$ при $-p < 0,001$.

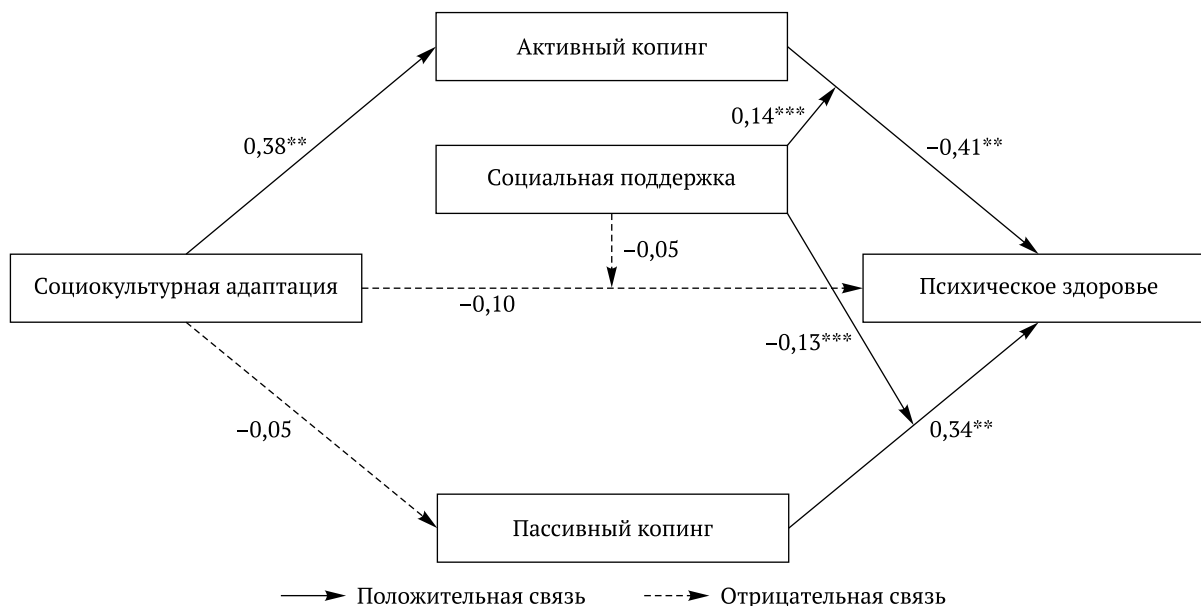


Рис. 2. Эмпирическая концептуальная схема модели модулируемой медиации психического здоровья (знаком ** отмечен показатель, который статистически значим при $-p < 0,001$, знаком *** – показатель, который статистически значим при $-p < 0,05$)

Fig. 2. Empirical conceptual scheme of the mental health moderated mediation model (the ** sign indicates an indicator that is statistically significant at $-p < 0.001$, the *** sign indicates an indicator that is statistically significant at $-p < 0.05$)

Сравнительный анализ трех уровней социальной поддержки позволил выявить различия в доверительных интервалах и эффектах медиации активного копинга во взаимосвязи между социокультурной адаптацией и психическим здоровьем (табл. 5).

Результаты свидетельствуют о том, что по мере увеличения социальной поддержки от низкого до высокого уровня значения эффектов медиации активного копинга постепенно усиливаются с $-0,207$ до $-0,100$. Отсутствие значения 0 между указанными

уровнями по показателям доверительных интервалов LLCI и ULCI доказывает, что модель статистически значима и что существует механизм влияния социокультурной адаптации на психическое здоровье [27; 28]. Более детально и наглядно об обусловленном влиянии активного копинга при наличии социальной поддержки на психическое здоровье можно судить по информации, проиллюстрированной на рис. 3.

Результат визуализации обусловленного эффекта активного копинга путем разделения социальной поддержки на высокую и низкую представлены на рис. 4. При обоих условиях социальной поддержки ($M \pm SD$) показатели психического здоровья прямо

пропорционально снижаются. Тренд данных показателей у китайских студентов, которые использовали активный копинг и получали большое количество социальной поддержки, имеет более крутой наклон. В то же время у тех, кто испытывал дефицит социальной поддержки, наклон тренда был пологим. Другими словами, влияние активного копинга на психическое здоровье зависит от объема социальной поддержки, т. е. даже в том случае, когда используется активный копинг, китайские студенты, имеющие большое количество социальной поддержки, будут испытывать меньше проблем с психическим здоровьем, чем те, у кого объем социальной поддержки минимален.

Таблица 5

Значения эффектов медиации активного копинга при различных уровнях социальной поддержки

Table 5

The values of the mediating effect of active coping at different levels of social support

Уровень социальной поддержки	Значение эффекта медиации	Бутстреп		
		SE	95%LLCI	95%ULCI
Низкий уровень ($M - SD$)	-0,207	0,058	-0,332	-0,107
Средний уровень (M)	-0,154	0,039	-0,234	-0,086
Высокий уровень ($M + SD$)	-0,100	0,039	-0,180	-0,030

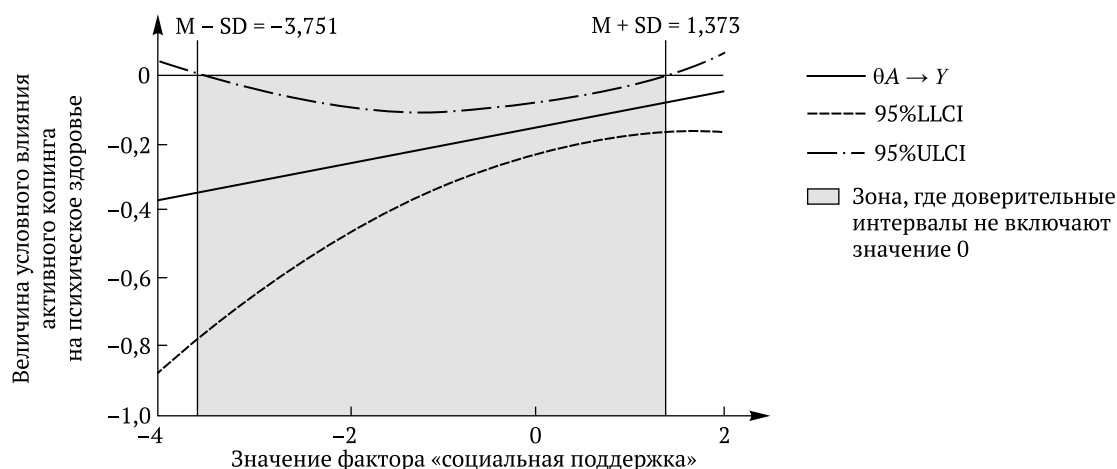


Рис. 3. Обусловленное влияние показателя активного копинга на показатель психического здоровья как функция модератора социальной поддержки

Fig. 3. Conditional influence of active coping indicator on mental health indicator as a function of social support moderator

Таким образом, социальная поддержка выступает защитным фактором психического здоровья, причем как при позитивном, так и при негативном эффекте активного копинга. На рис. 4 отчетливо видно,

что социальная поддержка может значительно снизить оценку психического здоровья независимо от степени активного копинга. В исследованиях [29; 30] получены схожие данные.

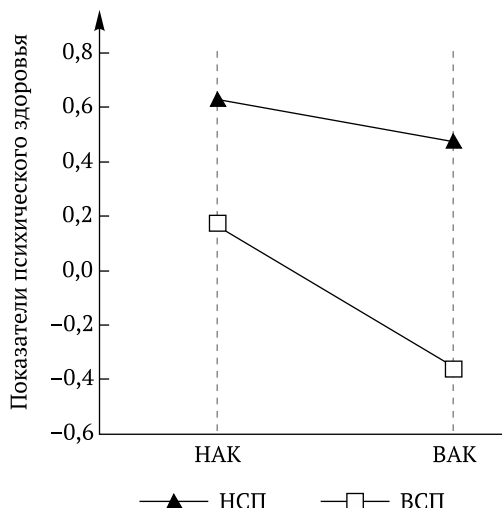


Рис. 4. Модерирующий эффект социальной поддержки:

НСП – низкие значения социальной поддержки,
ВСП – высокие значения социальной поддержки,
НАК – низкие значения активного копинга,
БАК – высокие значения активного копинга

Fig. 4. Moderating effect of social support:
НСП – low values of social support, ВСП – high values of social support,
НАК – low values of active coping, БАК – high values of active coping

Результаты настоящей работы в полной мере свидетельствуют о том, что, столкнувшись с проблемами социокультурной адаптации, китайские студенты должны активно обращаться за социальной

поддержкой независимо от стратегий совладания, поскольку эффективная социальная поддержка может значительно повысить уровень их психического здоровья.

Заключение

Проведенное исследование позволило сделать важный научный и практический вывод о том, что проблемы психического состояния и здоровья китайских студентов могут быть преодолены за счет

научения их способам активного преодоления стрессовых ситуаций в процессе социокультурной адаптации, а также за счет расширения качества и количества социальной поддержки.

Библиографические ссылки

1. Berry JW. Immigration, acculturation and adaptation. *Applied Psychology: An International Review*. 1997;46(1):5–34. DOI: 10.1111/j.1464-0597.1997.tb01087.x.
2. Argyle M. The nature of social skill. In: Argyle M, editor. *Social skills and health*. London: Routledge; 1981. p. 7–37. DOI: 10.4324/9780203796108.
3. Ward C, Bochner S, Furnham A. *The psychology of culture shock*. 2nd edition. London: Routledge; 2001. 384 p. DOI: 10.4324/9781003070696.
4. 邱珊, 颜晓敏. 对Colleen Ward双维度模型中影响因素的研究. 学理论. 2016;11:171–173 = Цю Шань, Ян Сяомин. Исследование факторов влияния в двухмерной модели Colleen Ward. *Теория науки*. 2016;11:171–173.
5. Berry JW, Phinney JS, Sam DL, Vedder P. Immigrant youth: acculturation, identity and adaptation. *Applied Psychology*. 2006;55(3):303–332. DOI: 10.1111/j.1464-0597.2006.00256.x.
6. 钟家宝, 高静, 谢钢. 留学生文化适应与心理健康相关性分析. *中国学校卫生*. 2013;34(12):1519–1521 = Чжун Цзябао, Гао Цзин, Се Ган. Анализ корреляции между культурной адаптацией и психическим здоровьем иностранных студентов. *Китайская школьная гигиена*. 2013;34(12):1519–1521.
7. Lazarus RS, Folkman S. *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer; 1984. 460 p.
8. Lazarus RS. Coping theory and research: past, present, and future. *Psychosomatic Medicine*. 1993;55(3):234–247. DOI: 10.1097/00006842-199305000-00002.
9. 王卫平, 薛朝霞, 牛利. 应对方式在工作压力与心理健康之间的中介作用机制. *中国卫生统计*. 2012;29(3):330–332 = Ван Вэйпин, Сюэ Чаося, Ниу Ли. Механизм медиации между стрессом на работе и психическим здоровьем. *Статистика здравоохранения Китая*. 2012;29(3):330–332.
10. Beutler LE, Harwood TM, Kimpura Satoko, Verdirame D, Blau K. Coping style. *Journal of Clinical Psychology*. 2011; 67(2):176–183. DOI: 10.1002/jclp.20752.
11. Desmond DM, MacLachlan M. Coping strategies as predictors of psychosocial adaptation in a sample of elderly veterans with acquired lower limb amputations. *Social Science & Medicine*. 2006;62(1):208–216. DOI: 10.1016/j.socscimed.2005.05.011.

12. Endler NS, Parker JD. Multidimensional assessment of coping: a critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1990;58(5):844–854. DOI: 10.1037/0022-3514.58.5.844.
13. Walker R, Stephens RS. Protective behavioral strategies mediate problem-focused coping and alcohol use in college students. *Addictive Behaviors*. 2014;39(6):1033–1037. DOI: 10.1016/j.addbeh.2014.02.006.
14. Noorbakhsh Najmeh, Besharat Mohammad Ali, Zarei Jamileh. Emotional intelligence and coping styles with stress. *Procedia-Social and Behavioral*. 2010;5:818–822. DOI: 10.1016/j.sbspro.2010.07.191.
15. 陈伟珍. 高中艺术生心理健康状况及应对方式的相关研究 [硕士学位论文]. 苏州: 苏州大学. 2010. 87 頁 = Чэнь Вэйчжэнь. *Исследование психического здоровья и способов реагирования студентов искусства средней школы* [диссертация]. Сучжоу: Университет Сучжоу; 2010. 87 с.
16. Kim Young Yun, Gudykunst WB. *Cross-cultural adaptation: current approaches*. New York: Newbury Park; 1988. 320 p.
17. Chirkov VI, Safdar S, de Guzman J, Playford K. Further examining the role motivation to study abroad plays in the adaptation of international students in Canada. *International Journal of Intercultural Relations*. 2008;32(5):427–440. DOI: 10.1016/j.ijintrel.2007.12.001.
18. Adelman MB. Cross-cultural adjustment: a theoretical perspective on social support. *International Journal of Intercultural Relation*. 1988;12(3):183–204. DOI: 10.1016/0147-1767(88)90015-6.
19. Yue H. *Research on the Chinese sojourners' cross-cultural adaptation in Confucius institutes* [dissertation]. Zhengzhou: Henan University of Technology; 2016. 65 p.
20. Ward C, Kennedy A. The measurement of socio-cultural adaptation. *International Journal of Intercultural Relations*. 1999;23(4):659–677. DOI: 10.1016/S0147-1767(99)00014-0.
21. 解亚宁. 简易应对方式量表信度和效度的初步研究. *中国临床心理学杂志*. 1998;6(2):114–115 = Се Яньнин. Предварительное исследование достоверности и эффективности простых методов реагирования. *Китайский журнал клинической психологии*. 1998;6(2):114–115.
22. Zimet GD, Powell SS, Farley GK, Werkman S, Berkoff KA. Psychometric characteristics of the multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*. 1990;55(3–4):610–617. DOI: 10.1080/00223891.1990.9674095.
23. 王姿欢, 俞文兰等. 症状自评量表简化版 (SCL-54) 在女生医疗卫生人员心理测评中的信度效度评价. *中国工业医学杂志*. 2018;32(5):351–355 = Ван Цзихуан, Юй Вэньлан. Упрощенная версия шкалы самооценки симптомов (SCL-54) оценивает достоверность в психологической оценке женского медицинского персонала. *Китайский журнал промышленной медицины*. 2018;32(5):351–355.
24. Hayes AF. Partial, conditional, and moderated moderated mediation: quantification, inference, and interpretation. *Communication Monographs*. 2018;85(1):4–40. DOI: 10.1080/03637751.2017.1352100.
25. 程琨. 高中生应对方式、心理弹性与适应取向心理健康的关系 [硕士学位论文]. 山东: 山东师范大学; 2014. 52 頁 = Ченг Кун. *Взаимосвязь между стилем преодоления трудностей старшеклассников, психологической устойчивостью и психическим здоровьем, ориентированным на адаптацию* [диссертация]. Шаньдун: Шаньдунский педагогический университет; 2014. 52 с.
26. Wen Zhonglin, Ye Baojuan. Different methods for testing moderated mediation models: competitors or backups? *Acta Psychologica Sinica*. 2014;46(5):714–726. DOI: 10.3724/SP.J.1041.2014.00714.
27. Hayes AF, Rockwood NJ. Conditional process analysis: concepts, computation, and advances in modeling the contingencies of mechanisms. *American Behavioral Scientist*. 2019;64(1):19–54. DOI: 10.1177/0002764219859633.
28. Hayes AF. *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: a regression-based approach*. New York: Guilford Press; 2013. 732 p.
29. Rosenthal DA, Russell J, Thomson G. Social connectedness among international students at an Australian university. *Social Indicators Research*. 2007;84(1):71–82. DOI: 10.1007/s11205-006-9075-1.
30. Alsaad Khaled Saeed Mohammad. *Psychosocial and mental health challenges of international students compared to British students in UK universities* [dissertation]. Luton: University of Bedfordshire; 2017. 356 p.

References

1. Berry JW. Immigration, acculturation and adaptation. *Applied Psychology: An International Review*. 1997;46(1):5–34. DOI: 10.1111/j.1464-0597.1997.tb01087.x.
2. Argyle M. The nature of social skill. In: Argyle M, editor. *Social skills and health*. London: Routledge; 1981. p. 7–37. DOI: 10.4324/9780203796108.
3. Ward C, Bochner S, Furnham A. *The psychology of culture shock*. 2nd edition. London: Routledge; 2001. 384 p. DOI: 10.4324/9781003070696.
4. Qiu Shan, Yan Xiaomin. [Research on the influencing factors in Colleen Ward's two-dimensional model]. *Learn Theory*. 2016;11:171–173. Chinese.
5. Berry JW, Phinney JS, Sam DL, Vedder P. Immigrant youth: acculturation, identity and adaptation. *Applied Psychology*. 2006;55(3):303–332. DOI: 10.1111/j.1464-0597.2006.00256.x.
6. Zhong Jiabao, Gao Jing, Xie Gang. [Correlation analysis of international students' cultural adaptation and mental health]. *Chinese School Health*. 2013;34(12):1519–1521. Chinese.
7. Lazarus RS, Folkman S. *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer; 1984. 460 p.
8. Lazarus RS. Coping theory and research: past, present, and future. *Psychosomatic Medicine*. 1993;55(3):234–247. DOI: 10.1097/00006842-199305000-00002.
9. Wang Weiping, Xue Zhaoxia, Niu Li. [The mediating mechanism of coping style between work stress and mental health]. *China Health Statistics*. 2012;29(3):330–332. Chinese.
10. Beutler LE, Harwood TM, Kimpara Satoko, Verdirame D, Blau K. Coping style. *Journal of Clinical Psychology*. 2011; 67(2):176–183. DOI: 10.1002/jclp.20752.
11. Desmond DM, MacLachlan M. Coping strategies as predictors of psychosocial adaptation in a sample of elderly veterans with acquired lower limb amputations. *Social Science & Medicine*. 2006;62(1):208–216. DOI: 10.1016/j.socscimed.2005.05.011.

12. Endler NS, Parker JD. Multidimensional assessment of coping: a critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1990;58(5):844–854. DOI: 10.1037/0022-3514.58.5.844.
13. Walker R, Stephens RS. Protective behavioral strategies mediate problem-focused coping and alcohol use in college students. *Addictive Behaviors*. 2014;39(6):1033–1037. DOI: 10.1016/j.addbeh.2014.02.006.
14. Noorbakhsh Najmeh, Besharat Mohammad Ali, Zarei Jamileh. Emotional intelligence and coping styles with stress. *Procedia-Social and Behavioral*. 2010;5:818–822. DOI: 10.1016/j.sbspro.2010.07.191.
15. Chen Weizhen. [Research on the mental health status and coping styles of high school art students] [dissertation]. Suzhou: Suzhou University; 2010. 87 p. Chinese.
16. Kim Young Yun, Gudykunst WB. *Cross-cultural adaptation: current approaches*. New York: Newbury Park; 1988. 320 p.
17. Chirkov VI, Safdar S, de Guzman J, Playford K. Further examining the role motivation to study abroad plays in the adaptation of international students in Canada. *International Journal of Intercultural Relations*. 2008;32(5):427–440. DOI: 10.1016/j.ijintrel.2007.12.001.
18. Adelman MB. Cross-cultural adjustment: a theoretical perspective on social support. *International Journal of Intercultural Relation*. 1988;12(3):183–204. DOI: 10.1016/0147-1767(88)90015-6.
19. Yue H. *Research on the Chinese sojourners' cross-cultural adaptation in Confucius institutes* [dissertation]. Zhengzhou: Henan University of Technology; 2016. 65 p.
20. Ward C, Kennedy A. The measurement of socio-cultural adaptation. *International Journal of Intercultural Relations*. 1999;23(4):659–677. DOI: 10.1016/S0147-1767(99)00014-0.
21. Xie Yaning. [A preliminary study on the reliability and validity of the simple coping style scale]. *Chinese Journal of Clinical Psychology*. 1998;6(2):114–115. Chinese.
22. Zimet GD, Powell SS, Farley GK, Werkman S, Berkoff KA. Psychometric characteristics of the multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*. 1990;55(3–4):610–617. DOI: 10.1080/00223891.1990.9674095.
23. Wang Zihuan, Yu Wenlan. [Evaluation of the reliability and validity of the simplified version of the symptom self-rating scale (SCL-54) in the psychological evaluation of female medical staff]. *Chinese Journal of Industrial Medicine*. 2018;32(5):351–355. Chinese.
24. Hayes AF. Partial, conditional, and moderated moderated mediation: quantification, inference, and interpretation. *Communication Monographs*. 2018;85(1):4–40. DOI: 10.1080/03637751.2017.1352100.
25. Cheng Kun. [The relationship between high school students' coping style, mental flexibility and adaptive mental health] [dissertation]. Jinan: Shandong Normal University; 2014. 52 p. Chinese.
26. Wen Zhonglin, Ye Baojuan. Different methods for testing moderated mediation models: competitors or backups? *Acta Psychologica Sinica*. 2014;46(5):714–726. DOI: 10.3724/SP.J.1041.2014.00714.
27. Hayes AF, Rockwood NJ. Conditional process analysis: concepts, computation, and advances in modeling the contingencies of mechanisms. *American Behavioral Scientist*. 2019;64(1):19–54. DOI: 10.1177/0002764219859633.
28. Hayes AF. *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: a regression-based approach*. New York: Guilford Press; 2013. 732 p.
29. Rosenthal DA, Russell J, Thomson G. Social connectedness among international students at an Australian university. *Social Indicators Research*. 2007;84(1):71–82. DOI: 10.1007/s11205-006-9075-1.
30. Alsaad Khaled Saeed Mohammad. *Psychosocial and mental health challenges of international students compared to British students in UK universities* [dissertation]. Luton: University of Bedfordshire; 2017. 356 p.

Статья поступила в редколлегию 09.01.2023.
Received by editorial board 09.01.2023.