

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2022, №5, Том 10 / 2022, No 5, Vol 10 <https://mir-nauki.com/issue-5-2022.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/24PSMN522.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Бохан, Т. Г. Значимые сферы жизни и их удовлетворенность как критерий субъективного благополучия зарубежных студентов в условиях образовательной миграции / Т. Г. Бохан, М. В. Шабаловская, О. В. Терехина, А. Л. Ульянич, Ю. В. Бородич // Мир науки. Педагогика и психология. — 2022. — Т. 10. — № 5. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/24PSMN522.pdf>

For citation:

Bokhan T.G., Shabalovskya M.V., Terekhina O.V., Ul'yanich A.L., Borodich Yu.V. Significant spheres of life and its satisfaction as a criterion for the subjective well-being among foreign students in conditions of educational migration. *World of Science. Pedagogy and psychology*, 10(5): 24PSMN522. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/24PSMN522.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.).

Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научно-исследовательского проекта «Становление идентичности как психологического фактора субъективной оценки качества жизни у молодежи в поликультурной среде университетов (кросскультурные исследования)» (грант № 19-413-700007)

Бохан Татьяна Геннадьевна

ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский Томский государственный университет», Томск, Россия
Заведующий кафедрой «Психотерапии и психологического консультирования»

Доктор психологических наук, профессор

E-mail: btg960@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9628-1470>

РИНЦ: https://www.elibrary.ru/author_profile.asp?id=166268

Web of Science: <https://www.webofscience.com/wos/author/rid/O-1353-2014>

Шабаловская Марина Владимировна

ФГБОУ ВО «Сибирский государственный медицинский университет» Минздрава России, Томск, Россия
Доцент кафедры «Фундаментальной психологии и поведенческой медицины»

ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский Томский государственный университет», Томск, Россия

Доцент кафедры «Психотерапии и психологического консультирования»

Кандидат психологических наук

E-mail: m_sha79@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2622-3491>

РИНЦ: https://www.elibrary.ru/author_profile.asp?id=540415

Web of Science: <https://www.webofscience.com/wos/author/rid/S-3794-2016>

Терехина Ольга Владимировна

ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский Томский государственный университет», Томск, Россия
Старший преподаватель кафедры «Психотерапии и психологического консультирования»

Кандидат психологических наук

E-mail: doterekhina@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0964-9175>

РИНЦ: https://www.elibrary.ru/author_profile.asp?id=787077

Web of Science: <https://www.webofscience.com/wos/author/rid/F-1362-2019>

Ульянич Анна Леонидовна

ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский Томский государственный университет», Томск, Россия
Доцент кафедры «Психотерапии и психологического консультирования»

Кандидат психологических наук

E-mail: fiale@ya.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3154-3756>

РИНЦ: https://www.elibrary.ru/author_profile.asp?id=600058

Web of Science: <https://www.webofscience.com/wos/author/rid/F-3459-2014>

Бородич Юлия Витальевна

ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский Томский государственный университет», Томск, Россия

Магистрант

E-mail: yulya.julia1994@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4256-7641>

Значимые сферы жизни и их удовлетворенность как критерий субъективного благополучия зарубежных студентов в условиях образовательной миграции

Аннотация. В статье представлены результаты выявления особенностей значимых сфер жизни и степени их удовлетворенности с последующим определением специфики структуры качества жизни у представителей зарубежных и российских студентов. В исследовании участвовали 242 студента, из них 140 человек — зарубежные студенты, 102 человека — российские студенты. Использована методика М. Фриша «Оценка качества жизни» (The QOLI or Quality of Life Inventory) в адаптации Е.И. Рассказовой и др. Определены общие тенденции и различия в удовлетворенности жизненными сферами у зарубежных и российских студентов. У зарубежных студентов значимо выше удовлетворенность целями и ценностями и возможностью оказать помощь другим людям. Выявлены значимые связи удовлетворенности и важности жизненных сфер в группах студентов. Установлены количественные и содержательные различия в факторной структуре системы жизненных сфер, указывающих на качество жизни студентов разной культурной направленности. Фактором качества жизни зарубежных студентов является удовлетворенность целями и ценностями, обучением, социальной, досуговой, творческой, интимно-личностной сферами и своим здоровьем. Полученные результаты могут выступать в качестве критериев в оценке субъективного благополучия студенческой молодежи и являться мишенями в психологической работе по повышению качества жизни и субъективного благополучия студентов.

Ключевые слова: субъективное благополучие; удовлетворенность жизнью; качество жизни; студенческая молодежь; образовательная миграция

Введение

Проблема качества жизни и благополучия рассматривается исследователями как результат субъективной оценки и субъектной активности человека, связанной с удовлетворенностью жизнью [1–5]. Переживания удовлетворенности/неудовлетворенности выступают значимыми факторами в личной и социальной жизни человека, оказывая влияние на психическое состояние, настроение и психологическую устойчивость личности, состояние общественного сознания, отношения в обществе, групповые настроения [6–9]. Значение разработки феномена субъективного благополучия на сегодняшний день осознается в различных отраслях научного знания [8; 10]. Так, в работах медицинского подхода к качеству жизни и благополучию выявляется «удовлетворенность чем» или «благополучие в чем» может испытывать человек [8; 11]. В психологической науке объективируется роль психики в проблематике субъективного благополучия. Важной задачей становится поиск индикаторов, механизмов формирования, личностных предикторов субъективного благополучия, характера субъектной активности, направленной на повышения качества жизни и благополучия [1; 12–15]. Значимость теоретической разработки и результатов эмпирических исследований определяется, прежде всего, поиском решения практических задач по оптимизации субъективного благополучия, повышения качества жизни [16–18].

В определении мишеней и методов практической психологической работы, направленной на повышение субъективного благополучия, внимание психологов-исследователей и практиков привлекают категории ценностей, значимых жизненных сфер и их удовлетворенности [13; 19; 20]. Э. Динер полагал, что человек в течение жизни испытывает определенные эмоции, взаимодействующие между собой и вырабатывающие определенный локус удовлетворенности, который в свою очередь оказывает влияние на восприятие и оценку различных жизненных обстоятельств [13]. Говоря об удовлетворенности различными жизненными сферами (удовлетворенность собой, жизнью, супружеством, профессией и т. д.) как составляющими благополучия, Р.М. Шамионов [3] указывает на их взаимосвязи между собой и взаимоинтегрированность, что необходимо учитывать в психокоррекционной работе. Так, например, может осуществляться компенсация неудовлетворенности в какой-либо сфере не только ее переоценкой, но и возможным перенаправлением активности в сферы, где личность испытывает удовлетворение, в приоритетные жизненные сферы, согласно индивидуальной иерархии системы ценностей. Заслуживает внимание подход к психотерапевтической работе по повышению субъективного благополучия М. Фриша, в котором предлагается выстраивание психокоррекционной работы вокруг тех жизненных сфер человека, которые важны для него, но в которых он чувствует себя неудовлетворенным и нереализованным [16; 19]. Для решения этой задачи М. Фриш разработал метод оценки качества жизни в разных сферах, который может использоваться в психотерапевтической работе по повышению качества жизни. Важность выявления значимых сфер жизни и степени их удовлетворенности подтверждается данными Е. Рассказовой, что общая удовлетворенность может быть не связана с удовлетворенностью разными сферами жизни в целом, если эти сферы не являются центральными [16]. Связь отмечается в тех случаях, когда речь идет о субъективно важных сферах. Общая оценка жизни зависит от того, какие сферы жизни важны для человека. Для определения мишеней в психологической развивающей работе по повышению качества жизни и субъективного благополучия важно понимать, на какие критерии в оценке этого благополучия опирается человек.

Особым субъектом данной проблемы является студенческая молодежь [21; 22]. Выявление критериев психологического благополучия у зарубежных студентов в новых социокультурных условиях их жизни и образования становится важной задачей, определяющей возможности профилактики явлений социально-психологической дезадаптации, нарушений психического здоровья, а также психолого-педагогического сопровождения процесса развития и самореализации студентов [7; 9; 23; 24]. В нашем исследовании, выполненном в рамках кросс-культурного сравнения, мы предполагали, что у зарубежных студентов в новых условиях их жизнедеятельности особую значимость могут приобретать определенные жизненные сферы, удовлетворенность которыми может выступать критерием их благополучия, внутренняя структура качества жизни может иметь отличия от структуры качества жизни у российских студентов. Цель исследования заключалась в выявлении особенностей значимых сфер жизни и степени их удовлетворенности с последующим определением специфики структуры качества жизни у представителей зарубежных и российских студентов, обучающихся в едином образовательном пространстве.

Методы

В исследовании использована методика М. Фриша — «**Оценка качества жизни**» (**The QOLI or Quality of Life Inventory**). В оригинальной методике диагностики качества жизни (Quality of Life Inventory, QOLI) М. Фриша [19] представлен список из 16 жизненных сфер: Здоровье, Самооценка, Цели и ценности, Деньги, Образование, Карьера, Игра, Творчество, Помощь другим, Друзья, Дети, Родственники, Соседи, Дом, Любовь, Общество. Респонденты

оценивают не только удовлетворенность каждой сферой (от -3 до 3 баллов), но и то, насколько она важна (от 0 до 2 баллов) для них. Затем субъективная важность каждой сферы и удовлетворенность ею перемножаются. В адаптации методики в исследовании Е.И. Рассказовой и др. [16] были представлены 16 жизненных сфер (здоровье, самооценка, цели и ценности, деньги, работа, игра, обучение, творчество, помощь другим, любовь, друзья, дети, родственники, дом, район, город). По каждой сфере оценки важности и удовлетворенности перемножаются — чем важнее сфера, тем выше будет как балл по неудовлетворенности, так и балл по удовлетворенности. Результаты диагностики могут быть отражены в виде профиля для дальнейшей консультационной или психотерапевтической работы, а могут суммироваться. В результате, как итоговый индекс, так и профиль удовлетворенности разными сферами оказываются скорректированы так, что пики профиля касаются важных сфер, а близкие к нулевым значения — неважных сфер. В нашем исследовании набор жизненных сфер был модифицирован под задачи исследования и особенности выборки — оценка удовлетворенности и важности проводилась по 18 жизненным сферам — к заявленным в адаптированной методике сферам добавлены: «условия онлайн-обучения / дистанционного обучения»; «университет», и вместо сферы дети — «одногоруппники». Респонденты оценивали удовлетворенность каждой сферой (от -3 (полностью не удовлетворён) до 3 баллов (полностью удовлетворен)) и ее важность (от 0 (не важно) до 2 баллов (очень важно)) для них. Значение Альфа-Кронбаха в группе российских студентов равно 0,81, в группе зарубежных студентов — 0,90, что говорит о высокой валидности и надежности методики. Сбор данных проводился в феврале – марте 2022 года. Выборка респондентов составляет 242 человека в возрасте от 17 до 36 лет (средний возраст $21,81 \pm 3,63$); из них 140 человек — зарубежные студенты (табл. 1), обучающиеся на различных факультетах и курсах «Большого университета Томска» и контрольная группа — 102 человека — российские студенты. Обнаружены статистически значимые различия по возрасту между группами российских и зарубежных студентов ($U = 729,0$; $p = 0,000$).

Таблица 1

Состав группы зарубежных студентов

	Частота	Процент (от всех иностранных студентов)
Страны СНГ (Казахстан, Киргизия, Узбекистан, Украина)	44	31,4
Страны Юго-восточной и Восточной Азии (Китай, Индия, Индонезия, Лаос, Филиппины, Монголия, Вьетнам)	56	40,0
Страны Ближнего Востока (Иран, Ирак, Сирия)	10	7,1
Страны Африки (Египет, Гана, Кения, Зимбабве, Кот д'Ивуар, Камерун, Нигерия)	22	15,7
Европейские страны (Италия, Турция)	4	2,9
Северная и Южная Америка (Мексика, Эквадор)	4	2,9

Составлено авторами

Результаты

Результаты описательной статистики позволяют отметить (табл. 2), что во внутренней иерархии средних значений удовлетворенности жизненными сферами в группе зарубежных студентов доминируют «Университет», «Город, в котором учатся», «Цели и ценности», «Обучение и образование»; в группе российских студентов — «Родственники», «Район проживания», «Университет», «Место проживания». Показатели меньшей удовлетворенности в выборке зарубежных студентов приходятся на жизненные сферы «Деньги», «Работа, карьера, профессиональная деятельность», «Одногоруппники в университете», «Любовь»; в российской выборке такими жизненными сферами являются «Деньги», «Работа, карьера, профессиональная деятельность», «Творчество», «Условия онлайн-обучения». Сравнительный

анализ с помощью непараметрического критерия Манна-Уитни (распределения отличаются от нормального) показал статистически значимые различия (при $p \leq 0,05$) по удовлетворенности в отношении двух сфер «Цели и ценности» и «Помощь другим людям», которые не являются родственниками и друзьями» (табл. 2). Удовлетворенность этими сферами выше в группе зарубежных студентов. В отношении других четырех сфер («Здоровье», «Самооценка», «Обучение, образование», «Город, в котором Вы учитесь») были выявлены различия на уровне статистической тенденции (при $p \leq 0,1$), что говорит о тенденции к большей удовлетворенности этими сферами также у зарубежных студентов. В оценках важности жизненных сфер значимых различий выявлено не было.

Таблица 2

**Результаты описательной статистики
и сравнительного анализа удовлетворенности и важности жизненных сфер**

Жизненная сфера	Удовлетворенность				Важность			
	U Манна- Уитни	Ур-ь значимости (p)	M±SD (Российские студенты)	M±SD (Иностранные студенты)	U Манна- Уитни	Ур-ь значимости (p)	M±SD (Российские студенты)	M±SD (Иностранные студенты)
Здоровье	1464,00	0,083	0,71±1,54	1,14±1,68	1595,00	0,223	1,59±0,54	1,70±0,49
Самооценка	1463,50	0,085	0,59±1,59	1,01±1,85	1755,00	0,849	1,65±0,53	1,64±0,48
Цели и ценности	1413,00	0,045	0,84±1,72	1,46±1,44	1542,00	0,113	1,76±0,43	1,63±0,49
Деньги	1616,00	0,365	0,20±1,77	0,50±1,84	1709,00	0,655	1,45±0,73	1,43±0,65
Работа, карьера, профессиональная деятельность	1569,00	0,246	0,29±1,65	0,63±1,72	1734,00	0,752	1,59±0,61	1,59±0,53
Игра, свободное время, хобби	1652,00	0,471	1,14±1,80	1,17±1,36	1695,00	0,601	1,39±0,72	1,36±0,64
Обучение, образование	1452,00	0,072	0,88±1,78	1,44±1,56	1675,50	0,491	1,65±0,56	1,60±0,53
Условия онлайн- обучения / дистанционного обучения	1518,50	0,155	0,35±2,18	0,97±1,87	1762,50	0,898	1,22±0,76	1,21±0,68
Творчество	1482,50	0,104	0,22±1,78	0,84±1,44	1714,00	0,680	1,39±0,75	1,37±0,66
Помощь другим людям, которые не являются родственниками и друзьями	1314,00	0,011	0,69±1,48	1,29±1,54	1642,00	0,408	1,16±0,67	1,26±0,67
Любовь	1686,50	0,599	0,75±1,99	0,51±2,12	1623,00	0,335	1,55±0,61	1,43±0,67
Друзья	1658,50	0,491	1,06±1,76	1,29±1,65	1587,50	0,231	1,59±0,64	1,50±0,56
Одногруппники в университете	1637,00	0,430	0,75±1,99	0,47±1,86	1774,00	0,950	1,20±0,69	1,20±0,71
Родственники	1665,50	0,518	1,59±1,28	1,21±1,82	1528,00	0,129	1,51±0,58	1,34±0,61
Место проживания / общежитие / квартира в Томске	1544,50	0,195	1,47±1,45	0,86±2,09	1708,00	0,644	1,47±0,64	1,54±0,56
Район проживания — территория и люди вокруг вашего места проживания в Томске	1580,50	0,269	1,55±1,42	1,21±1,65	1645,00	0,416	1,27±0,72	1,40±0,60
Город, в котором Вы учитесь	1478,00	0,096	1,18±1,53	1,53±1,60	1757,00	0,871	1,33±0,71	1,37±0,64
Университет, в котором Вы учитесь	1541,00	0,181	1,49±1,55	1,77±1,54	1708,00	0,643	1,51±0,58	1,49±0,50

Составлено авторами

С помощью корреляционного анализа критерием Спирмена (распределения отличаются от нормального) были выявлены взаимосвязи удовлетворенности жизненными сферами и важности этих же сфер в каждой группе. В группе иностранных студентов обнаружены положительные корреляции удовлетворенности и важности в двенадцати жизненных сферах: «Самооценка» ($r = 0,244$ при $p = 0,042$), «Игра, свободное время, хобби» ($r = 0,257$ при $p = 0,032$), «Обучение, образование» ($r = 0,333$ при $p = 0,005$), «Онлайн обучение» ($r = 0,295$ при $p = 0,013$), «Творчество» ($r = 0,381$ при $p = 0,001$), «Помощь другим людям» ($r = 0,280$ при $p = 0,019$), «Любовь» ($r = 0,310$ при $p = 0,009$), друзья ($r = 0,342$ при $p = 0,004$), «Одногруппники» ($r = 0,272$ при $p = 0,023$), «Родственники» ($r = 0,478$ при $p = 0,000$), «Район проживания» ($r = 0,263$ при $p = 0,028$), «Университет» ($r = 0,362$ при $p = 0,002$). В группе Российских студентов выявлены значимые корреляции в трех сферах: «Деньги» ($r = -0,312$ при $p = 0,026$), «Помощь другим людям» ($r = 0,314$ при $p = 0,025$) и «Одногруппники» ($r = 0,354$ при $p = 0,011$). В связи со значимой разницей в возрасте между группами студентов был проведен корреляционный анализ возраста и показателей удовлетворенности и важности жизненных сфер. Для российских студентов взаимосвязи не обнаружены. У иностранных студентов выявлены значимые с возрастом положительные корреляции с удовлетворенностью в сферах «Самооценка» ($r = 0,380$ при $p = 0,001$), «Родственники» ($r = 0,245$ при $p = 0,041$), важностью сферы «Город, в котором Вы учитесь» ($r = 0,252$ при $p = 0,035$).

Далее определялся «взвешенный» профиль, учитывающий субъективное значение каждой из сфер для человека при оценивании удовлетворенности (рис. 1). Соответственно, все значения удовлетворенности с учетом важности в «взвешенном» профиле по каждой сфере лежали в пределах от -6 до 6 баллов.

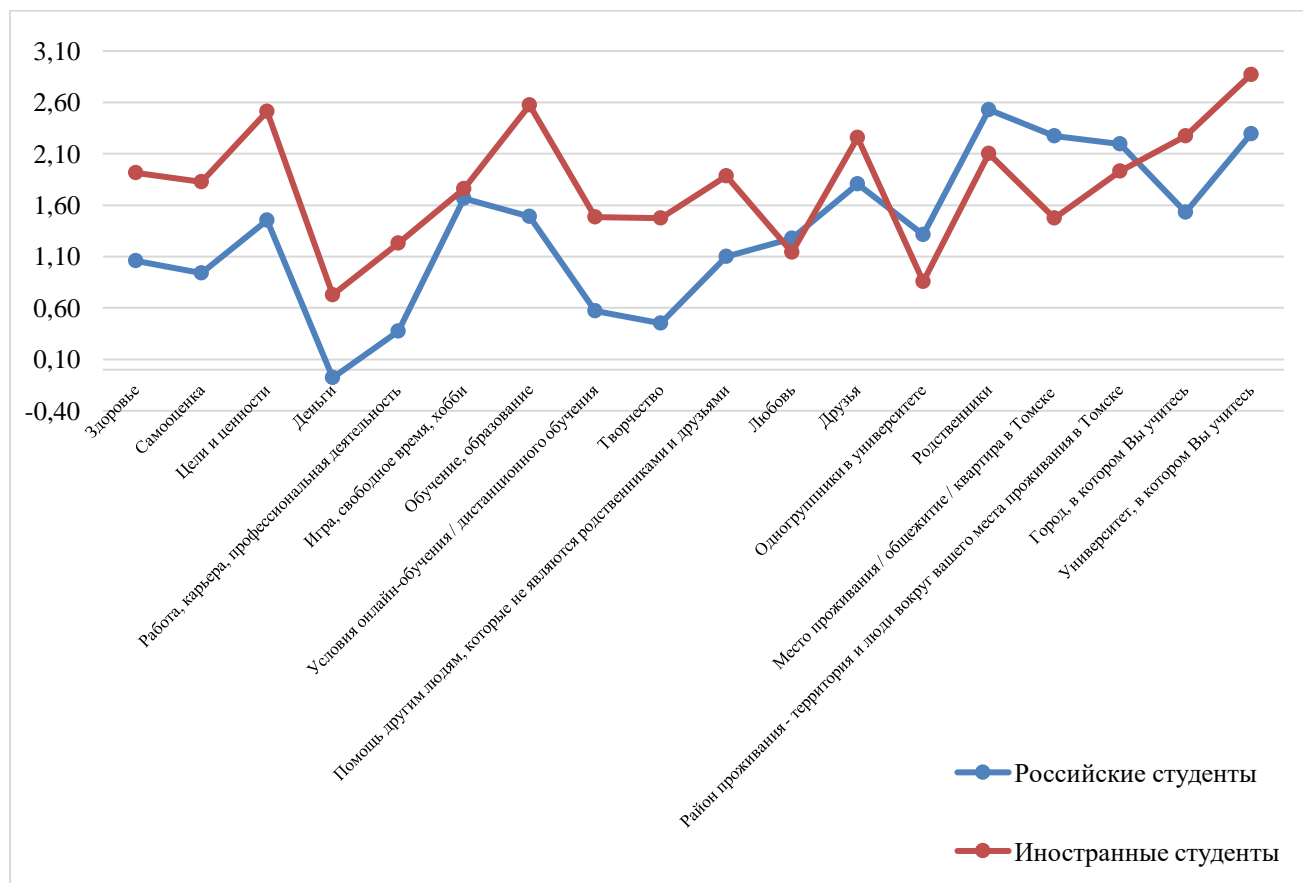


Рисунок 1. Графическое представление «взвешенного профиля», представляющего удовлетворенность жизненными сферами с учетом важности в каждой группе (составлено авторами)

С помощью критерия Манна-Уитни (распределения отличаются от нормального) были выявлены различия в удовлетворенности с учетом важности по двум жизненным сферам «Здоровье» ($U = 1414,00$, $p = 0,047$) и «Помощь другим людям, которые не являются родственниками и друзьями» ($U = 1390,00$, $p = 0,034$). После учета важности каждой сферы профиль был скорректирован, общие тенденции по удовлетворенности жизненными сферами стали более отчетливы. Для иностранных студентов пики удовлетворенности и важности приходится на сферы «Университет», «Обучение (образование)», «Цели и ценности», «Город проживания». В то же время значимыми, но менее удовлетворенными оказались такие сферы, как «Деньги», «Одногруппники», «Любовь», «Работа, карьера и профессиональная деятельность».

Для российских студентов на первый план по значимости и удовлетворенности выходят такие сферы, как «Родственники», «Место проживания (квартира, общежитие)», «Университет», «Район проживания». Наиболее низкие оценки по удовлетворенности показали следующие значимые сферы: «Деньги», «Работа, карьера и профессиональная деятельность», «Творчество», «Онлайн-обучение».

М.В. Фриш писал, что человек, оценивающий удовлетворенность с учетом важности сфер в пределах от -6 до -4, вызывает беспокойство и требует безотлагательной работы с психотерапевтом [25]. В таблице 3 представлена частота встречаемости (в процентах) таких оценок (от -6 до -4) у студентов каждой группы по жизненным сферам. Как видно из таблицы, больший процент респондентов, испытывающих трудности в различных сферах жизни, встречается в российской выборке.

Таблица 3

Частота встречаемости (в процентах) оценок респондентов (от -6 до -4) каждой группы по жизненным сферам

Жизненная сфера	Российские студенты	Зарубежные студенты
Здоровье	5,3	6,6
Самооценка	8,8	6,6
Цели и ценности	12,3	1,1
Деньги	15,8	11,0
Работа, карьера, профессиональная деятельность	14,0	3,3
Игра, свободное время, хобби	7,0	1,1
Обучение, образование	12,3	2,2
Условия онлайн-обучения / дистанционного обучения	12,3	3,3
Творчество	12,3	0
Помощь другим людям, которые не являются родственниками и друзьями	1,8	1,1
Любовь	12,3	7,7
Друзья	8,8	1,1
Одногруппники в университете	3,6	4,4
Родственники	1,8	2,2
Место проживания / общежитие / квартира в Томске	0	6,6
Район проживания — территория и люди вокруг вашего места проживания в Томске	3,5	2,2
Город, в котором Вы учитесь	3,6	2,2
Университет, в котором Вы учитесь	5,3	1,1

Составлено авторами

С целью определения особенностей факторной структуры качества жизни респондентов в обеих группах был проведен факторный анализ (метод главных компонент, Варимакс вращение) оценок удовлетворенности с учетом важности жизненных сфер. В группе иностранных студентов выделено четыре значимых фактора с кумулятивной дисперсией 64,22 % (табл. 4). Наибольший процент объясненной дисперсии у первого фактора, который

согласно своему содержательному наполнению получил условное название «удовлетворенность и важность различных жизненных сфер», второй фактор условно назван «удовлетворенность университетом», третий объединяет показатели, которые позволяют назвать данный фактор «удовлетворенность выбором профессиональной карьеры», четвертый факт представлен показателем «удовлетворенности-значимости онлайн-обучения».

Таблица 4

**Результаты факторного анализа в группе
зарубежных студентов (кумулятивная дисперсия — 64,22 %)**

	Фактор			
	1	2	3	4
Помощь другим людям	0,754	0,066	0,330	-0,063
Родственники	0,677	0,395	0,171	0,241
Творчество	0,677	0,226	0,348	0,120
Игра, свободное время, хобби	0,658	0,152	0,047	-0,092
Здоровье	0,655	0,347	0,177	-0,279
Однoгруппники в университете	0,622	0,138	0,129	0,413
Друзья	0,612	0,263	0,131	0,187
Обучение, образование	0,595	0,281	0,441	0,245
Любовь	0,589	0,152	0,083	0,381
Университет, в котором Вы обучаетесь	0,272	0,807	0,076	0,184
Город, в котором Вы учитесь	0,153	0,774	0,258	-0,022
Район проживания — территория и люди вокруг вашего места проживания в Томске	0,263	0,725	0,106	0,330
Место проживания / общежитие / квартира в Томске	0,469	0,565	-0,163	0,427
Самооценка	0,266	0,492	0,482	-0,173
Работа, карьера, профессиональная деятельность	0,231	0,083	0,806	0,182
Деньги	0,074	0,043	0,793	-0,007
Цели и ценности	0,274	0,227	0,614	0,219
Онлайн-обучение / дистанционное обучение	0,022	0,166	0,196	0,784
Объясненная дисперсия, %	41,75	9,15	7,17	6,15

Составлено авторами

В группе российских студентов выделено шесть значимых факторов с кумулятивной дисперсией 68,59 % (табл. 5). Наибольший процент дисперсии приходится на первый фактор, который по совокупности своих показателей условно назван «важность и удовлетворенность обучением и образованием, профессиональной деятельностью и социальными связями», второй фактор получил название «удовлетворенность материально-эмоциональными возможностями», третий — «удовлетворенность свободным временем в условиях дистанционного обучения», четвертый — «удовлетворенность городской средой проживания», пятый — «удовлетворенность местом проживания», шестой — «удовлетворенность социальными контактами».

Таблица 5

**Результаты факторного анализа в группе
российских студентов (кумулятивная дисперсия — 68,59 %)**

	Фактор					
	1	2	3	4	5	6
Обучение, образование	0,813	-0,005	0,035	0,256	-0,164	-0,007
Университет, в котором Вы обучаетесь	0,679	-0,134	-0,195	0,190	0,108	-0,018
Работа, карьера, профессиональная деятельность	0,673	0,522	0,047	0,210	-0,029	0,103
Однoгруппники в университете	0,651	-0,147	-0,103	-0,210	0,053	0,078
Самооценка	0,568	0,107	0,150	-0,176	0,296	0,326
Цели и ценности	0,530	0,305	0,173	0,359	0,157	0,208
Деньги	0,104	0,784	0,297	-0,086	0,298	-0,046

	Фактор					
	1	2	3	4	5	6
Любовь	-0,194	0,772	-0,225	0,051	-0,006	0,167
Творчество	0,051	0,706	0,356	0,225	-0,295	-0,005
Игра, свободное время, хобби	0,176	-0,080	0,782	0,163	-0,055	0,138
Онлайн-обучение / дистанционное обучение	0,240	-0,065	-0,665	0,007	-0,120	0,273
Здоровье	-0,084	0,244	0,652	-0,138	0,091	0,187
Город, в котором Вы учитесь	0,087	0,069	0,010	0,856	0,030	0,052
Район проживания — территория и люди вокруг вашего места проживания в Томске	0,285	0,171	-0,010	0,559	0,554	-0,108
Место проживания / общежитие / квартира в Томске	-0,080	-0,112	0,118	0,141	0,805	0,225
Родственники	0,396	0,294	-0,030	-0,351	0,527	0,150
Помощь другим людям	-0,016	0,016	0,017	0,177	0,220	0,832
Друзья	0,419	0,172	0,087	-0,231	0,000	0,683
Объясненная дисперсия, %	23,09	13,55	9,79	8,59	7,84	5,74

Составлено авторами

Обсуждение результатов

Изучение значимых жизненных сфер у зарубежных студентов и их сравнение с данными российской выборки позволило отметить два факта — с одной стороны, существование некоторых различий в иерархии значимых жизненных сфер, с другой — отсутствие различий между выраженностью степени важности всех изучаемых жизненных сфер. Так, доминирующими в иерархии значимости у зарубежных студентов оказались жизненные сферы, связанные с физическим самочувствием и личностным развитием — собственное здоровье и самооценка. Среди наиболее важных сфер жизни — цели и ценности, обучения и получение образования, университет, где они получают образование, перспективы своей профессиональной деятельности и друзья. У представителей российских студентов первые места по важности занимают сферы, связанные с личностным развитием — цели и ценности и самооценка; также важными для них является обучение и образование, значим и сам университет, где проходит их обучение, работа и профессиональная деятельность, здоровье, друзья, любовь и отношения с родственниками. Значимость этих жизненных сфер, которые во многом совпадают в группах респондентов, может отражать возрастные психологические особенности, связанные с личностным и профессиональным самоопределением, выходом в процесс «самостояния», самореализацию. В то же время можно заметить, что в иерархии значимости жизненных сфер у зарубежных студентов доминирует значимость здоровья, у российских студентов — цели и ценности, что, вероятно, может отражать их актуальность на данном временном этапе жизни студентов. Высокая позиция важности отношений с родственниками и любви у российских студентов может быть обусловлена культуральными особенностями. Отсутствие значимых различий в выраженности важности жизненных сфер, на наш взгляд, обусловлено общей возрастной группой респондентов.

В иерархии по степени удовлетворенности жизненными сферами можно заметить, что зарубежные и российские студенты удовлетворены в большей степени университетом, в котором проходит их обучение. В то же время наблюдаются следующие различия: у зарубежных студентов в числе жизненных сфер, какими они более удовлетворены, стали город обучения, цели и ценности, обучение и образование, в российской группе — отношения с родственниками, университет и место проживания. Зарубежные студенты менее удовлетворены жизненными сферами, связанными с финансами, работой и карьерой, одноклассниками в университете, чувством любви. У представителей российских студентов более низкие позиции в удовлетворенности приходятся также на финансовую сферу и работу, но в отличие от зарубежных они не удовлетворены возможностью творчества и условиями онлайн-обучения. Более низкая удовлетворенность жизненными сферами, связанными с

финансами и профессиональной деятельностью, на наш взгляд, объяснима отсутствием в данном возрасте финансовой независимости, ограниченностью возможности работы в силу отсутствия документа на право самостоятельной профессиональной деятельности, а также, возможно, недостаточностью условий в образовательном процессе для практической реализации профессиональных знаний студентов. Стремление студенческой молодежи обеих групп к профессиональной самореализации указывает на позитивную тенденцию их личностного развития, что важно учитывать в образовательном процессе, приобщая студентов к различным активным видам в учебной деятельности, связанным с их будущей профессиональной карьерой, включать студентов в профессиональную среду. Судя по жизненным сферам с наибольшими показателями степени удовлетворенности у зарубежных студентов, мы можем предположить, что реализация их основной цели образовательной миграции осуществляется позитивно, однако, более низкая степень удовлетворенности одноклассниками и сферой любви при условии их значимости, может порождать личные переживания и социально-психологические проблемы, что требует профилактической психокоррекционной работы по их предотвращению.

Сравнительный анализ удовлетворенности показал, что, удовлетворенность целями и ценностями и возможностью оказать помощь другим людям у зарубежных студентов значимо выше. Мы можем предположить, что такие различия могут определяться большей актуальностью этих сфер жизни для зарубежных студентов — насколько выбор университета и образовательный процесс в нем соответствуют поставленными целями и ценностями зарубежных студентов, а также актуальность социальной поддержки — возможность получить и оказать помощь другим людям, оказавшимся в таких же условиях. Различия, выявленные на уровне статистической тенденции, могут указывать на некоторую большую удовлетворенность зарубежных студентов здоровьем, самооценкой, обучением и городом, где они получают образование, что, на наш взгляд может свидетельствовать о благоприятном процессе адаптации. Выявленные факты еще раз подтверждают необходимость изучения проблематики субъективного благополучия, его критериев с учетом факторов культуры, возраста и актуальной ситуации.

Учитывая мнение ученых о том, что общая удовлетворенность может быть не связана с удовлетворенностью разными сферами жизни в целом, если эти сферы не являются значимыми, важными, центральными в жизненном мире человека, нами была выполнена задача по согласованию результатов об удовлетворенности и важности жизненных сфер с использованием корреляционного анализа, выявляющего значимые связи между ними, и процедуры определения «взвешенного профиля», пики которого указывают на значимые удовлетворенные и неудовлетворенные сферы жизни студентов. Результаты показывают, что в группе зарубежных студентов положительно связаны важность и удовлетворенность как в более значимых сферах (самооценка, обучение, университет), так и в менее значимых (любовь, район проживания, хобби и свободное время, онлайн-обучение, творчество, помощь другим, одноклассники, родственники). В группе российских студентов таких значимых связей выделено только три: при росте финансовой неудовлетворенности возрастает значимость денег, в жизненных сферах, связанных с помощью другим и одноклассниками, уровень важности сопряжен с удовлетворенностью. То есть можно предположить, что те студенты, для кого эти жизненные сферы важны, могут реализовывать связанные с ними цели, испытывая чувство удовлетворенности, и соответственно, наоборот, незначимость этих сфер не формирует основания для смыслов, которые бы порождали цели деятельности по реализации этих значимых ценностей, что отражается в неудовлетворенности. С возрастом иностранные студенты более удовлетворены в своей самооценке, отношениями с родственниками и выбором города, в котором учатся. В группе российских студентов не было выявлено взаимосвязей с возрастом в силу более однородной по возрастному составу эмпирической группы.

Пики «взвешенного профиля», указывают, что зарубежные студенты наиболее удовлетворены важными для них сферами жизни — целями и ценностями, обучением и образованием, университетом, городом, где они учатся, друзьями, более не удовлетворены с учетом важности жизненных сфер финансовым положением, одноклассниками, реализацией чувства любви, возможностью работы и профессиональной деятельности. Здоровье и самооценка, оказавшиеся наиболее значимыми сферами у зарубежных студентов, не проявили себя как с высокой, так и с низкой степенью удовлетворенности, возможно в силу их нестабильности или неактуальности на данный момент. Таким образом, мы предполагаем, что критериями качества жизни, благополучия зарубежных студентов в условиях международной образовательной миграции можно считать удовлетворенность обучением и образованием, университетом, реализацией их целей и ценностей, городом, где они учатся, друзьями. Жизненными сферами, вокруг которых должна быть построена профилактическая и психокоррекционная работа должны стать — финансовое положение, взаимодействие с одноклассниками, возможность вхождения в профессиональную деятельность в адекватных для студентов условиях, способность к самовыражению в чувстве любви. У российских студентов критериями благополучия студентов выступают удовлетворенность важными для них отношениями с родственниками, местом проживания и университетом. Проблемными для представителей российских студентов и требующими внимания при организации процесса обучения являются: создание условий для начала профессиональной самореализации, актуализация творческого потенциала студентов, совершенствование онлайн-обучения. Финансовая неудовлетворенность сопровождается ростом важности данной сферы для студентов, которая может возникать в силу определенных нужд, связанных, в том числе, с оплатой обучения, либо отражать рост потребностей студентов, требующих финансовой поддержки. Как свидетельствуют результаты исследования, в обеих группах финансовая сфера также может являться предметом рефлексии в психокоррекционной работе со студентами. Результаты исследования позволили выявить в обеих группах студентов с критическими расхождениями важности и удовлетворенности жизненными сферами, указывающими на вероятность формирования такого состояния у студентов, которое вызывает беспокойство и требует своевременной работы с психологом. В выборке зарубежных студентов процент таких случаев меньше чем в российской группе. Выделение дефицитных сфер жизни по критерию удовлетворенности с учетом значимости позволяет сделать психокоррекционную работу более дифференцированной, индивидуальной и целенаправленной, что, согласно опыту применения данного метода, является эффективным в психологической коррекции субъективного благополучия.

Определение внутренней факторной структуры системы жизненных сфер, указывающих на качество жизни студентов, показало различия в количестве и психологическом содержании факторов в эмпирических группах. Факторная структура у зарубежных студентов оказалась представленной меньшим количеством факторов, при этом доминирующим по проценту дисперсии стал фактор, свидетельствующий, что в структуре их качества жизни является важным взаимосвязь удовлетворенности целями и ценностями, обучением, социальной, досуговой, творческой, интимно-личностной сферами и своим здоровьем для определения субъективного благополучия. Все последующие факторы имеют незначительный процент дисперсии. Среди таких факторов значимости и удовлетворенности университетом и средой проживания, которые связаны с позитивной самооценкой студентов; фактор, представляющий значимость и удовлетворенность профессиональной деятельностью, целями и финансовыми возможностями; фактор, указывающий на онлайн-образование, значимость и удовлетворенность, которым оцениваются низко большинством студентов. Сравнивая с факторной структурой качества жизни в российской выборке, можно заметить большую наполненность значимыми факторами — шесть факторов, хотя процент дисперсии большинства из них такой же незначительный, как и у последних трех факторов в группе

зарубежных студентов. Наибольший процент дисперсии приходится на первый фактор, свидетельствующий, что удовлетворенность представителей российских студентов значимыми для них обучением и образованием, университетом, профессиональной деятельностью, целями и ценностями, одногруппниками может выступать критерием субъективного благополучия. Второй фактор с 14 % дисперсии указывает на прямую связь финансовой значимости и удовлетворенности в ней с возможностями творчества и удовлетворенности в любви у российских студентов. Имеют небольшой процент дисперсии фактор свободного времени, фактор места проживания с родственниками и фактор социальных контактов.

Выводы

1. Наиболее важными жизненными сферами с высокой степенью удовлетворенности, которые выступают критериями общего благополучия зарубежных студентов в условиях образовательной миграции, являются: цели и ценности, обучение и образование, университет, город, где они учатся, друзья.

2. Рисками снижения качества жизни у зарубежных студентов является неудовлетворенность финансовой сферой, взаимодействие с одногруппниками, ограничения в возможности работы, профессиональной деятельности, невозможность самовыражения в чувстве любви.

3. Жизненные сферы с критическими расхождениями важности и удовлетворенности у студентов указывают на необходимость психокоррекционной работы со студентами с учетом выявленных культуральных, возрастных и индивидуальных особенностей.

4. Существуют количественные и содержательные различия в факторной структуре качества жизни в группе зарубежных и российских студентов: наиболее весомым фактором качества жизни зарубежных студентов, связанным с их благополучием, является фактор, объединяющий удовлетворенность различными значимыми и актуальными сферами жизнедеятельности — целями и ценностями, обучением, социальной, досуговой, творческой, интимно-личностной сферами и своим здоровьем; у представителей российских студентов таким фактором выступает удовлетворенность обучением и образованием, университетом, профессиональной деятельностью, целями и ценностями, одногруппниками при условии их значимости.

5. Выявленные общие и различные тенденции в группах зарубежных и российских студентов подтверждают необходимость изучения проблемы субъективного благополучия с учетом культурального, возрастного и ситуационного факторов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Леонтьев Д.А. Качество жизни и благополучие: объективные, субъективные и субъектные аспекты / Д.А. Леонтьев. — DOI 10.31857/S020595920012592-7 // Психологический журнал. — 2020. — Том 41, № 6. — С. 86–95.
2. Карапетян Л.В. Подходы к изучению внутреннего благополучия человека / Л.В. Карапетян, Г.А. Глотова // Азимут научных исследований: педагогика и психология. — 2019. — № 4. — С. 308–312. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/podhody-k-izucheniyu-vnutrennego-blagopoluchiya-cheloveka> (дата обращения: 20.09.2022).

3. Шамионов Р.М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы: монография / Р.М. Шамионов. — Саратов: Научная книга. 2008. — 296 с.
4. Опекина Т.П. Уровень самореализации личности как предиктор ее позитивного самоотношения субъективного счастья / Т.П. Опекина. — DOI 10.24147/2410-6364.2021.4.35-42 // Вестник Омского университета. Серия: Психология. — 2021. — № 4. — С. 35–42.
5. Ковалева Ю.В. Субъективное благополучие и субъектность представителей больших социальных групп: на примере первого и второго поколений мигрантов из Армении и армян, проживающих на Родине / Ю.В. Ковалева // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. — 2020. — Том 5, № 1(17). — С. 73–115.
6. Меренкова В.С. Исследование феномена «удовлетворенность жизнью» / В.С. Меренкова, О.Е. Солодкова. — DOI 10.33910/2687-0223-2020-2-1-4-13 // Комплексные исследования детства. — 2020. — Т. 2, № 1. — С. 4–13.
7. Бохан Т.Г. Субъективное качество жизни как индикатор психологической безопасности студентов в условиях международной образовательной миграции / Т.Г. Бохан, М.В. Шабаловская, О.В. Терехина, А.Л. Ульянич. — DOI 10.17223/15617793/473/17 // Вестник Томского государственного университета. — 2021. — № 473. — С. 137–145.
8. Рассказова Е.И. Оценка психологического благополучия как принятие решения: особенности субъективных критериев при психических заболеваниях / Е.И. Рассказова, С.Н. Ениколопов, В.В. Гульдман. — DOI 10.17323/1813-8918-2017-2-298-319 // Психология. Журнал Высшей школы экономики. — 2017. — Т. 14, № 2. — С. 298–319.
9. Усова Н.В. Структура субъективного благополучия мигрантов, проживающих в России / Н.В. Усова // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Философия. Психология. Педагогика. — 2012. — Т. 12, № 1. — С. 73–76. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17656176> (дата обращения: 13.08.2022).
10. Горбунов С.П. Категория благополучия в междисциплинарной парадигме / С.П. Горбунов, П.А. Павлова // Via scientiarum — Дорога знаний. — 2019. — № 2. — С. 58–63. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42488791> (дата обращения: 12.08.2022).
11. Сизова Л.В. Оценка качества жизни в современной медицине / Л.В. Сизова // Научно-практическая ревматология. — 2003. — № 2. — С. 38–46. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/otsenka-kachestva-zhizni-v-sovremennoy-mediticine> (дата обращения: 13.08.2022).
12. Лактионова Е.Б. Теоретический анализ подходов к исследованию проблемы позитивного функционирования личности: счастье, психологическое благополучие, субъективное благополучие / Е.Б. Лактионова, М.Г. Матюшина. — DOI 10.26516/2304-1226.2018.26.77 // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. — 2018. — Т. 26. — С. 77–88.
13. Diener E. The science of well-being: The collected works of Ed Diener. / E. Diener. — DOI 10.1007/978-90-481-2350-6. — New York: Springer Science and Business Media. — 2009. — pp. 11–59.
14. Ryff C.D. The contours of positive human health / C.D. Ryff, B. Singer. — DOI 10.1207/s15327965pli0901_1 // Psychological Inquiry. — 1998. — V. 9, n. 1. — pp. 1–28.

15. Бохан Т.Г. Личностные предикторы субъективной оценки качества жизни у лиц пожилого возраста / Т.Г. Бохан, Э.В. Галажинский, К.А. Боженкова, О.В. Терехина, А.Л. Ульянич. — DOI 10.7256/2454-0722.2019.4.30839 // Психология и Психотехника. — 2019. — № 4. — URL: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=30839 (дата обращения: 13.08.2022).
16. Рассказова Е.И. Диагностика качества жизни в психотерапии: апробация русскоязычной версии методики М. Фриша / Е.И. Рассказова, Ю.Ю. Неякина, Д.А. Леонтьев, О.С. Ширяева. — DOI 10.17759/cpp.2019270102 // Консультативная психология и психотерапия. — 2019. — Т. 27, № 1. — С. 8–29.
17. Комарова Д.Н. Методы психологической коррекции субъективного благополучия / Д.Н. Комарова // Актуальные исследования. — 2020. — № 1(4). — С. 49–51. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metody-psihologicheskoy-korreksii-subektivnogo-blagopoluchiya/viewer> (дата обращения: 11.09.2022).
18. Ширинская Н.Е. Повышение уровня психологического благополучия посредством психологического тренинга / Н.Е. Ширинская // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. — 2014. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/povyshenie-urovnya-psihologicheskogo-blagopoluchiya-posredstvom-psihologicheskogo-treninga/viewer> (дата обращения: 11.09.2022).
19. Frisch M. Evidence-Based Well-Being / Positive Psychology Assessment and Intervention with Quality of Life Therapy and Coaching and the Quality of Life Inventory (QOLI) / M. Frisch. — DOI 10.1007/s11205-012-0140-7 // Social Indicators Research. — 2013. — V. 114. — Pp. 193–227.
20. Белоусова Н.С. Соотношение ценностных ориентаций и субъективного качества жизни молодежи: монография / Н.С. Белоусова, Н.А. Юдина. — Екатеринбург: Уральский государственный педагогический университет. — 2017. — 88 с.
21. Зотова О.Ю. Ситуационные и личностные факторы субъективного благополучия студентов / О.Ю. Зотова, А.И. Рикель, А.А. Туниянц // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». — 2017. — Т. 4, № 10. — С. 138–155. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/situatsionnye-i-lichnostnye-factory-subektivnogo-blagopoluchiya-studentov> (дата обращения: 11.09.2022).
22. Федотова Е.Е. Субъективное благополучие студентов и его факторы: теоретический анализ / Федотова Е.Е. // Вестник Омского университета. Серия «Психология». — 2020. — № 3. — С. 63–69. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44296470> (дата обращения: 12.09.2022).
23. Иванова Г.П. Социокультурная адаптация иностранных студентов в условиях интернационализации высшего образования / Г.П. Иванова, Н.Н. Широкова, О.К. Логвинова. — DOI 10.24411/1991-5497-2019-10145 // Мир науки, культуры, образования. — 2019. — № 6(79). — С. 334–335.
24. Бухалко А.Д. Основы психолого-педагогического сопровождения адаптации иностранных студентов к обучению в российском вузе / А.Д. Бухалко. — DOI 10.25588/CSPU.2019.45.67.004 // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. — 2019. — № 2. — С. 56–69.
25. Frisch M.B. Quality-of-Life-Inventory. In: Michalos, A.C. (eds) Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research / M.B. Frisch. — DOI 10.1007/978-94-007-0753-5_2371. — Springer, Dordrecht. — 2014.

Bokhan Tat'yana Gennadievna

National Research Tomsk State University, Tomsk, Russia
E-mail: btg960@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9628-1470>

RSCI: https://www.elibrary.ru/author_profile.asp?id=166268

Web of Science: <https://www.webofscience.com/wos/author/rid/O-1353-2014>

Shabalovskya Marina Vladimirovna

Siberia State Medical University, Tomsk, Russia
National Research Tomsk State University, Tomsk, Russia
E-mail: m_sha79@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2622-3491>

RSCI: https://www.elibrary.ru/author_profile.asp?id=540415

Web of Science: <https://www.webofscience.com/wos/author/rid/S-3794-2016>

Terekhina Olga Vladimirovna

National Research Tomsk State University, Tomsk, Russia
E-mail: doterekhina@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0964-9175>

RSCI: https://www.elibrary.ru/author_profile.asp?id=787077

Web of Science: <https://www.webofscience.com/wos/author/rid/F-1362-2019>

Ul'yanich Anna Leonidovna

National Research Tomsk State University, Tomsk, Russia
E-mail: fiale@ya.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3154-3756>

RSCI: https://www.elibrary.ru/author_profile.asp?id=600058

Web of Science: <https://www.webofscience.com/wos/author/rid/F-3459-2014>

Borodich Yulya Vitalievna

National Research Tomsk State University, Tomsk, Russia
E-mail: yulya.julia1994@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4256-7641>

Significant spheres of life and its satisfaction as a criterion for the subjective well-being among foreign students in conditions of educational migration

Abstract. The article presents the results of identifying the features of significant spheres of life and the degree of its satisfaction, followed by determining the specifics of the structure of quality of life among representatives of foreign and Russian students. 242 students participated in the study, 140 of them were foreign students, 102 people were Russian students. The questionnaire of M. Frisch "Assessment of the quality of life" (The QOLI or Quality of Life Inventory) was used in the adaptation of E.I. Rasskazova. The general trends and differences in life satisfaction among foreign and Russian students are determined. Foreign students have significantly higher satisfaction with goals and values and the opportunity to help other people. Significant connections of satisfaction and importance of life spheres in groups among students are revealed. Quantitative and substantive differences in the factor structure of the system of life spheres, indicating the quality of life among students of different cultural orientation, have been established. A factor in the quality of life among foreign students is satisfaction with goals and values, learning, social, leisure, creative, intimate and personal spheres and their health. The results obtained can act as criteria in assessing the subjective well-being among students and be targets in psychological work to improve the quality of life and subjective well-being among students.

Keywords: subjective well-being; life satisfaction; quality of life; student youth; educational migration