

13. Van Volkinburg, N., et al. *Disruption to Destruction: Exploring the Effects of Digital Disruption on the Value Creation Processes within the Field of Fashion through the lens of Service Dominant Logic: dis. ... magistra.* – Exeter: University of Exeter, 2020. – P. 61–68.

14. Vivienne, S., Burgess, J. *The remediation of the personal photograph and the politics of self-representation in digital storytelling // Journal of Material Culture.* – 2013. – Vol. 18, No. 3. – P. 279–298.

15. Ward, N. *The Canadian House of Commons.* – Toronto: University of Toronto Press, 2019. – P. 99–103.

МРНТИ: 15.31.31

10.51889/2959-5967.2025.82.1.008

Т.Е. Қонысбай^{1*} , О.Х. Аймаганбетова¹ , Н.В. Хазратова² 

¹ Казахский национальный университет имени аль-Фараби (Алматы, Казахстан)

² Варминьско-Мазурский университет (Ольштын, Польша)

ФЕНОМЕНОЛОГИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ДЕТЕРМИНАНТ И ПРЕДИКТОРОВ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ СТУДЕНТОВ В КРОСС-КУЛЬТУРНЫХ КОНТЕКСТАХ

Аннотация

В статье представлен теоретико-методологический анализ по актуальной проблеме, возникшей вследствие тенденции глобализации обучения за рубежом молодежи для получения образования, что часто приводит к стрессу, и снижению уровня эмоционального благополучия. Понятие «эмоциональное благополучие» всесторонне рассматривается в рамках методологии отечественных и зарубежных концепции на основе теоретического анализа.

Систематический обзор был проведен в соответствии с руководящими принципами PRISMA, с нарративным синтезом, разработанным для обобщения результатов. Поиск и отбор исследований проводились с использованием таких баз данных, как Scopus, Web of Science, Google Scholar, ResearchGate, PsycInfo и PubMed. Были представлены инструменты выявления уровня эмоционального благополучия, подробно проанализированы и идентифицированы значимые факторы, влияющие на благополучие студентов.

В результате теоретического обзора было определено, что эмоциональное благополучие является важной составляющей гармонично развивающейся и функционирующей личности. Учебная деятельность, высокая нагрузка, интеграция в другую культуру, а также языковой барьер приводит иностранных студентов неблагоприятным эмоционально-психологическим проявлениям, как стресс, тревожное состояние, эмоциональное выгорание и депрессивные тенденции, а местные студенты, в свою очередь, переживают более благоприятно, менее выражены негативные проявления. Исследование определяет необходимость создания и продвижения стратегий профилактики и превенции эмоционального неблагополучия студентов.

Данная работа представляет практическую ценность и значимость для научно-психологического и психолого-педагогического сообщества структурированием и систематизацией теоретической базы, возможностью в будущем проведения экспериментальных исследований по проблематике, создания новых методологических подходов, разработки и внедрении психолого-педагогических рекомендации для поддержки и повышения эмоционального благополучия местных и иностранных студентов.

Ключевые слова: эмоциональное благополучие, психическое здоровье, кросс-культурное исследование, студенческая молодежь, PRISMA.

Т.Е. Қонысбай^{1*}, О.Х. Аймаганбетова¹, Н.В. Хазратова²

¹ Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті (Алматы, Қазақстан)

² Вармия-Мазури университеті (Ольштын, Польша)

СТУДЕНТТЕРДІҢ ЭМОЦИОНАЛДЫҚ ЖАҒДАЙЫНЫҢ АНЫҚТАУЫШТАРЫ МЕН БОЛЖАУШЫЛАРЫН МӘДЕНИЕТАРАЛЫҚ ТҮРҒЫДАН ФЕНОМЕНОЛОГИЯЛЫҚ ЗЕРТТЕУ

Аңдатпа

Мақалада жастардың білім алуы үшін шетелде білім алудың жаһандану тенденциясы нәтижесінде пайда болған, көбінесе күйзеліске және эмоционалдық әл-ауқат деңгейінің төмендеуіне әкелетін өзекті мәселеге теориялық және әдістемелік талдау берілген. «Эмоционалдық салауаттылық» түсінігі теориялық талдауға негізделген отандық және шетелдік теориялардың әдіснамасы шеңберінде жан-жақты қарастырылады.

Нәтижелерді қорытындылауға арналған баяндау синтезімен PRISMA нұсқауларына сәйкес жүйелі шолу жүргізілді. Зерттеулерді іздеу және іріктеу Scopus, Web of Science, Google Scholar, ResearchGate, PsycInfo және PubMed сияқты дерекқорлар арқылы жүргізілді. Эмоционалды көңіл-күй деңгейін анықтау құралдары ұсынылып, студенттердің әл-ауқатына әсер ететін маңызды факторлар талданып, жан-жақты анықталды.

Теориялық шолу нәтижесінде эмоционалды көңіл-күй үйлесімді дамып, әрекет ететін тұлғаның маңызды құрамдас бөлігі болып табылатыны анықталды. Оқу іс-әрекеті, жоғары оқу жүктемесі, басқа мәдениетке интеграциялану, сондай-ақ тілдік кедергі шетелдік студенттерді стресс, үрей, эмоционалдық шаршау және депрессиялық тенденциялар сияқты жағымсыз эмоционалдық-психологиялық көріністерге әкеледі, ал жергілікті студенттер, өз кезегінде, оны жақсырақ бастан кешіреді, жағымсыз көріністері азырақ. Зерттеу студенттердегі эмоционалды күйзелістің алдын алу және басқару стратегияларын құру және ілгерілету қажеттілігін анық-тайды.

Бұл жұмыстың ғылыми-психологиялық және психологиялық-педагогикалық қоғамдастық үшін теориялық базаны құрылымдау және жүйелеу, болашақта мәселе бойынша эксперименттік зерттеулер жүргізу мүмкіндігі, жаңа әдістемелік тәсілдер жасау, жергілікті шетелдік студенттердің эмоционалдық және эмоционалдық әл-ауқатын жақсарту және қолдау және жақсарту бойынша психологиялық-педагогикалық ұсыныстарды әзірлеу және енгізу арқылы практикалық құндылығы мен маңызы бар.

Түйін сөздер: эмоционалдық әл-ауқат, психикалық денсаулық, мәдениетаралық зерттеу, студент жастар, PRISMA.

T.E. Konyshbay^{1*}, O.Kh. Aimaganbetova¹, N.V. Khazratova²

¹ Al-Farabi Kazakh National University (Almaty, Kazakhstan)

² University of Warmia and Mazury (Olsztyn, Poland)

A PHENOMENOLOGICAL STUDY OF THE DETERMINANTS AND PREDICTORS OF STUDENTS' EMOTIONAL WELL-BEING IN CROSS-CULTURAL CONTEXTS

Abstract

The article presents a theoretical and methodological analysis of the current problem that has arisen as a result of the trend of globalization of studying abroad for young people to obtain an education, which often leads to stress and a decrease in the level of emotional well-being. The concept of "emotional well-being" is comprehensively considered within the framework of the methodology of domestic and foreign concepts based on theoretical analysis.

A systematic review was conducted in accordance with the PRISMA guidelines, with a narrative synthesis designed to summarize the results. The search and selection of studies were conducted using databases such as Scopus, Web of Science, Google Scholar, ResearchGate, PsycInfo and PubMed.

Tools for identifying the level of emotional well-being were presented, and significant factors affecting students' well-being were analyzed and identified in detail.

As a result of the theoretical review, it was determined that emotional well-being is an important component of a harmoniously developing and functioning personality. Educational activities, high workload, integration into another culture, as well as the language barrier, lead foreign students to unfavorable emotional and psychological manifestations, such as stress, anxiety, emotional burnout and depressive tendencies, while local students, in turn, experience it more favorably, negative manifestations are less pronounced. The study determines the need to create and promote strategies for the prevention of emotional distress of students. This work is of practical value and significance for the scientific-psychological and psychological-pedagogical community by structuring and systematizing the theoretical base, the possibility of conducting experimental studies on the problem in the future, creating new methodological approaches, developing and implementing psychological and pedagogical recommendations to support and improve the emotional well-being of local and foreign students.

Key words: emotional well-being, mental health, cross-cultural study, student youth, PRISMA.

ВВЕДЕНИЕ. Эмоциональное благополучие – важный интегративный компонент общего психического здоровья, субъективного благополучия, эмоциональных проявлений, непосредственно влияющих на академические успехи и быструю адаптивность студентов к учебной обстановке, в том числе благополучному перенесению аккультурации. Оно включает в себя способность управлять эмоциями (эмоциональная регуляция), строить позитивные отношения (положительные и негативные аффекты) и сохранять психологическую устойчивость (эмоциональная резистентность) перед лицом трудностей. ЭБ характеризуется балансом положительных и отрицательных эмоций, субъективной удовлетворенностью жизнью и способностью эффективно справляться с жизненными трудностями. Это понятие тесно связано с субъективным благополучием, введенным Эдвардом Динером (1984), который выделил три ключевых аспекта: позитивный аффект, отсутствие негативного аффекта и удовлетворенность жизнью [1, с. 543].

В мире, который становится все более взаимосвязанным и разнообразным, понимание психоэмоционального состояния студентов в межкультурной перспективе имеет большое значение. Культурные ценности, общественные нормы и образовательная среда сильно различаются, что влияет на то, как студенты испытывают и выражают свои эмоции. Несмотря на растущее признание важности ЭБ, большинство исследований в этой области было сосредоточено на отдельных культурных контекстах, что оставляет пробелы в понимании ее детерминант в различных культурных средах.

Актуальность исследования обусловлена недостаточной разработанностью и изученностью проблемы эмоционального благополучия студенческой молодежи в парадигме кросс-культурного исследования, кроме того, мировой тенденцией образовательной интеграции, поощряющей получение образования за границей (выделение образовательных грантов для иностранных студентов, специальные программы финансирования обучения в других странах), которая в свою очередь, показывает значительный прирост количества обучающихся временно или переезжающих на постоянное проживание для получения высшего образования, аналогично характеризующийся увеличением проблем связанных с интеграцией в местную культуру (культурный шок, дезадаптация), недостаточностью социальной поддержки (психологическая ностальгия, тоска по родине, одиночество, социальная изоляция, эмоциональная нестабильность), языковыми барьерами (трудности в коммуникации, налаживании социальных связей, академический стресс, социальное давление).

Тщательный обзор существующей литературы показывает, что на эмоциональное благополучие влияет множество факторов, включая индивидуальные характеристики (например, личность, самооценка), системы социальной поддержки (семья, сверстники, учителя) и условия окружающей среды (учебный микроклимат, культурный контекст). Данное исследование предлагает новый вклад, интегрируя кросс-культурные перспективы в теоретическое изучение

эмоционального благополучия студентов. В то время как существующие исследования часто сосредоточены на отдельных культурных контекстах или практических вмешательствах, в данной работе систематически синтезируются теории и концептуальные рамки для определения универсальных и специфических для каждой культуры детерминант ЭБ.

Детерминанты и предикторы эмоционального благополучия студентов были широко изучены в определенных культурных и образовательных контекстах. Однако теоретическая интеграция в различных культурных средах остается ограниченной. В существующих исследованиях часто отсутствует комплексная система, включающая как универсальные принципы, так и культурно-специфические факторы. Данное исследование опирается на предыдущие исследования, расширяя их рамки за счет межкультурных сравнений и синтезируя полученные результаты в единую теоретическую базу.

Эмоциональное благополучие широко используется для определения состояния ментального здоровья, уровня субъективного счастья, здорового развития и формирования детей, школьников, подростков, студентов, а также для определения состояния удовлетворенности, качества жизни взрослых и пожилых людей.

Для выявления уровня эмоционального благополучия, идентификации его элементов и факторов широко применяются различные инструменты. Обзор основных инструментов и их характеристика представлены в Таблице 1, который призван помочь для понимания области его применения.

Таблица 1 - Шкалы и опросники, используемые для измерения уровня эмоционального благополучия

Инструмент	Определение
Positive and negative affect schedule (PANAS)	Опросник применяется для измерения различных аффективных состояний, включая страх (6 пунктов), печаль (5 пунктов), враждебность (6 пунктов) и веселость (8 пунктов). Исследования показывают сильную корреляцию между показателями аффекта и состояния при использовании данной методики (Watson, Clark, 1994) [2].
Life Satisfaction Scale (LSS)	Удовлетворенность жизнью оценивается с помощью 7-позиционной шкалы удовлетворенности жизнью студентов, которая отражает общую оценку благополучия человека вне зависимости от конкретных обстоятельств. Возможный диапазон баллов составлял 0-3, при этом более высокие баллы свидетельствовали о большей удовлетворенности жизнью (Huebner, 1991) [3].
Oxford Happiness Questionnaire (OHQ)	Оксфордский опросник счастья был разработан для оценивания субъективного счастья через различные психологические измерения, включающие пункты, связанные с удовлетворенностью жизнью, положительными эмоциями, физическим и психическим благополучием, а также социальными связями (P. Hills, M. Argyle, 2002) [4].
Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21)	Инструмент самоотчета, предназначенный для оценки негативных эмоциональных состояний, включая депрессию, тревогу и стресс. Этот инструмент эффективен для измерения текущего эмоционального состояния человека, а также его изменений с течением времени. Кроме того, DASS-21 применим как в клинических, так и в неклинических условиях [5].
The Perceived Stress Scale	Опросник из 10 пунктов, предназначенный для измерения того, как часто человек испытывал стресс в течение последнего месяца. Используется 5-балльная шкала Лайкерта от 1 (никогда) до 5 (очень часто). Общий балл получался путем суммирования всех 10 пунктов после обратного подсчета, где это было необходимо, при этом более высокие баллы отражали более высокий уровень воспринимаемого стресса [6].
The Short Mood and Feelings Questionnaire	Это 13-пунктовый опросник, предназначенный для оценки депрессивных симптомов. Участники указывают, было ли каждое утверждение верным для них в течение последних двух недель. Ответы записываются по трехбалльной шкале Лайкерта в диапазоне от 0 (неправда) до 2 (правда). Общий возможный балл варьируется от 0 до 26, при этом более высокие баллы отражают более тяжелые депрессивные симптомы [7].
The Spielberger State-Trait Anxiety Inventory	Применяется для измерения общей тревожности, является 6-элементным кратким опросником Пропорциональный общий балл варьируется от 20 до 80, при этом более высокие баллы отражают более высокий уровень тревожности [8].

Эти инструменты хорошо проверены и являются одними из наиболее широко используемых инструментов для оценки эмоционального благополучия (табл. 1). ЭБ, выступая как интегративная характеристика психоэмоционального, аффективно-субъективного состояния индивида, и объединяя в себя как положительные, так и отрицательные показатели, демонстрирует текущий уровень благосостояния эмоциональной и психологической сферы человека.

Целью обзорного исследования является всесторонний анализ и синтез структуры (детерминант) эмоционального благополучия и выявление предикторов, оказывающих влияние на особенности проявления эмоционального благополучия местных (domestic) и иностранных (foreign) студентов на основе существующих классических и современных отечественных и зарубежных концепции и исследований.

Объект исследования: местные и иностранные студенты, обучающиеся в средних профессиональных образовательных (СПО) и высших учебных заведениях (ВУЗ) в возрасте от 16-30 лет.

Предмет исследования: детерминанты и предикторы особенностей проявления эмоционального благополучия местных и иностранных студентов.

Задачи исследования:

1. Определить структуру эмоционального благополучия на основе существующих теории и концепции.
2. Выявить основные факторы, определяющие эмоциональное благополучие в кросс-культурном контексте.
3. Предложить теоретическую модель культурных измерений, которая может послужить основой для будущих исследований и вмешательств в разнообразную образовательную среду.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

В исследовании использована методология теоретического анализа, включающая систематический обзор литературы по существующим теориям и эмпирическим исследованиям эмоционального благополучия студентов.

Для анализа литературы посредством систематического обзора был применен метод PRISMA (предпочтительные элементы отчетности для систематических обзоров и метаанализов), чтобы обеспечить систематический, прозрачный и воспроизводимый процесс отбора научных публикаций. Исследование следовало пошаговому процессу исключения на основе предопределенных критериев для выявления соответствующих исследований. С помощью этой методологии нами была сделана попытка выявить больше актуальных и релевантных исследований по эмоциональному благополучию студенческой молодежи в кросс-культурном аспекте. Для сохранения актуальности данных в цифровом формате были заданы временные ограничения исследований за последние 10 лет.

На начальном этапе поиска было выявлено 100 самых близких по теме и дизайну, методологии исследования записей. Перед этапом скрининга 11 записей были удалены по разным причинам, таким как несоответствие некоторым требованиям, формату. В результате 84 записи перешли на этап скрининга (рис. 1). На этапе скрининга 53 записи были исключены из-за несоответствия критериям приемлемости. Оставшиеся 36 записей затем были подвергнуты процессу поиска, но 3 записи получить не удалось. Впоследствии 33 отчета прошли подробную оценку приемлемости. На этом этапе 15 отчетов были исключены по следующим причинам: 6 отчетов — не соответствовали теме исследования; 7 отчетов — продемонстрировали недостаточное методологическое качество; 2 отчета — содержали неполные или ненадежные данные. В конечном итоге в обзор было включено 18 исследований, поскольку они соответствовали всем критериям включения и предоставили релевантную информацию для дальнейшего анализа. Использование метода PRISMA обеспечило структурированный и прозрачный процесс отбора, в то время как систематический подход исключения повысил надежность и обоснованность конечных результатов.

Для поиска подходящих источников и идентификации записей были использованы ключевые слова (дескрипторы) по теме исследования: «Эмоциональное благополучие», «эмоциональное благополучие студентов», «ментальное здоровье», «иностранные студенты».

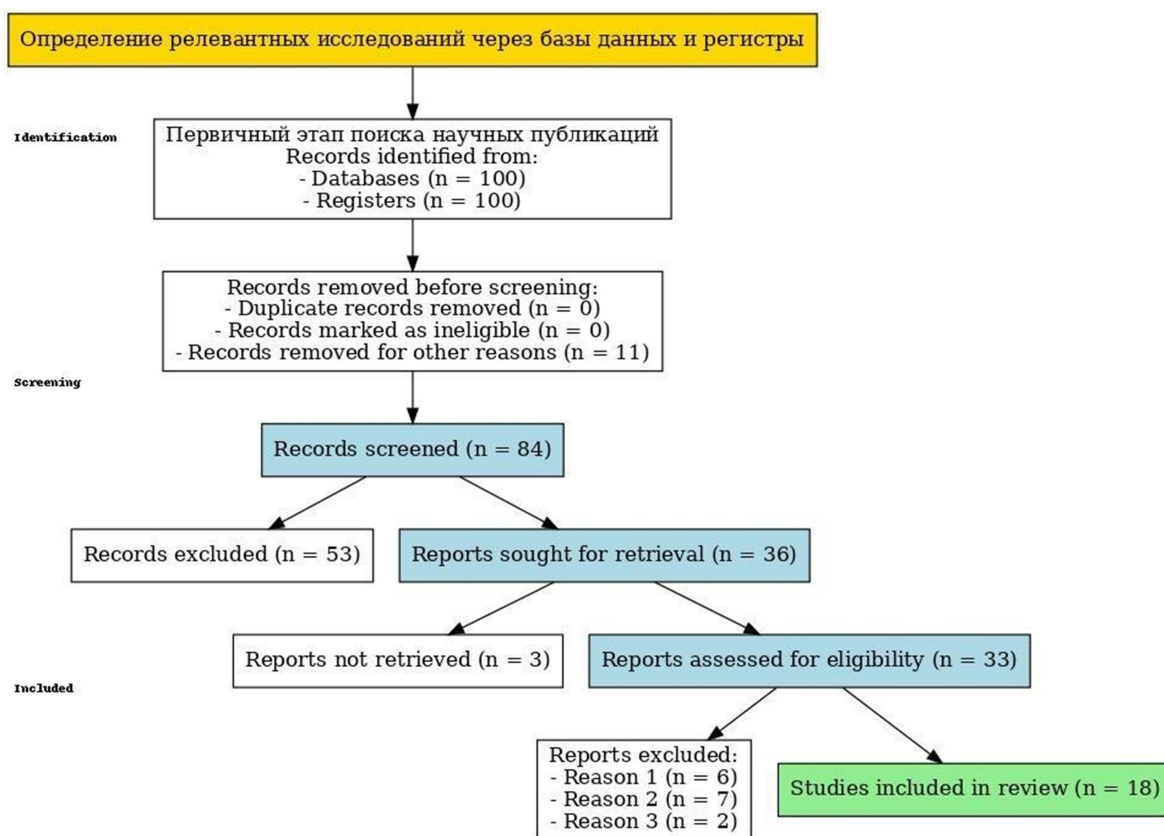


Рисунок 1. - Блок-схема PRISMA для этапов стратегии поиска и оценки

Эмоциональное благополучие рассматривается как в отдельности, так и внутри психологического (эвдаймоническое, личностное) или субъективного (гедонистическое, эмоциональное) благополучия.

Feller и его коллеги в 2018 году предложили научному сообществу отдельное и самостоятельное понятие «эмоциональное благополучие» и сделали заявление о том, что не следует отождествлять ЭБ (EWB) с отсутствием болезни или считать, что это то же самое, что и психическое здоровье. В их понимании это широкий термин, включающий в себя несколько связанных понятий, которые определяются с помощью психометрических показателей, в том числе психологическое благополучие, позитивное психическое здоровье, качество жизни, связанное со здоровьем, процветание и субъективное благополучие. По определению Feller, детерминантами ЭБ выступают общее положительное состояние эмоций, удовлетворенность жизнью, ощущение смысла и цели, а также способность добиваться самостоятельно поставленных целей [9]. ЭБ состоит из трех компонентов (детерминант): позитивного аффекта, негативного аффекта (это аффективные оценки) и удовлетворенности жизнью (это когнитивная оценка) по S. Lyubomirsky, а по Национальному центру здоровья в США (NIH) детерминанты: чувство баланса в эмоциях, мыслях, социальных отношениях и занятиях или его отсутствие [10]. Относительная значимость каждого компонента может различаться в разных субпопуляциях и на разных этапах развития. В настоящее время нет четкого консенсуса относительно определения и компонентов эмоционального благополучия, а также относительно вмешательств, которые эффективно способствуют его развитию, как в качестве медиатора последствий для здоровья, так и в качестве самостоятельной цели.

Эмоциональное благополучие также рассматривается как взаимосвязанное с субъективным благополучием. В рамках данной теории ЭБ описывается, как состояние восприятие индивидами качество своей жизни, охватывая такие основные детерминанты, как эмоциональные переживания, так и когнитивные оценки, включающие в себя три компонента: эвдаимония, удовлетворенность жизнью (или оценочное благополучие) и гедонистическое (или аффективное/экспериментальное) благополучие. В данном контексте субъективное благополучие считается эквивалентом эмоционального (НИН, 2018) [10]. А по Е. Diener и его коллег, ЭБ (EWB) в рамках СБ (SWB) включает в себя общую оценку человеком своей жизни и эмоционального опыта, то есть он рассматривает эмоциональное благополучие рассматривается как компонент СБ, связанный с эмоциональными реакциями. Она включает как общие оценки, такие как удовлетворенность жизнью и здоровьем, так и конкретные эмоции, отражающие реакцию людей на события и обстоятельства в их жизни [11]. А.А. Lindert и его коллеги детерминируют ЭБ в рамках субъективного, как когнитивный процесс удовлетворения или счастья, возникающий в результате оптимального функционирования. Его можно разделить на субъективные и объективные элементы. Субъективные компоненты включают личные и психологические факторы, такие как система убеждений и удовлетворенность, в то время как объективные компоненты относятся к внешним факторам, таким как доход, безопасность в районе и поддержка общества [12].

А в рамках психологического благополучия ЭБ выступает как один из его компонентов. Концепцию психологического благополучия предложил одним из первых С.Д. Ryff (1989), в свою очередь, предлагает модель психологического благополучия (ПБ), включающую шесть компонентов: автономия, экологическая мастерство, личностный рост, позитивные отношения с другими, цель в жизни и самопринятие [13]. Психологическое благополучие, по сравнению с субъективным охватывает более широкие аспекты человеческого функционирования и включает в себя три жизненно важных компонента: когнитивный, эмоциональный и социальный. Эмоциональное благополучие существует по этой концепции в рамках эмоционального аспекта и отражает переживание эмоции человеком, оценку ситуации положительно, либо отрицательно. Модель ПБ рассматривает все эти элементы в целостности и интегративно, поэтому является более многоаспектным и обширным, чем СБ и ЭБ.

Таким образом, эмоциональное благополучие выступает в трех разных подходах, и включает в свою структуру как позитивные, так и негативные показатели или детерминанты, которые в целостности отражают общее эмоциональное состояние человека: удовлетворенность жизнью, субъективное счастье, оптимизм выражают положительные аффекты, а тревожность, депрессия, стресс, фрустрация демонстрируют отрицательные аффекты в жизни человека.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ Эмоциональное благополучие является важнейшим аспектом, определяющим целостность личности, а в особенности подростков и студенческой молодежи, интегрированных в учебную и академическую деятельность, которая рассматривается как социальная. А социальная деятельность, коммуникация и обучение в сегодняшнее нестабильное, неопределенное, требующее быстрых решений и действий время чаще всего приводит к стрессовым реакциям, напряженности, трудностям эмоционального проявления. А потому требует тщательного исследования.

Теория самоопределения (SDT) R.M. Ryan, E.L. Deci (1985) [14, с. 71] добавляет мотивационное измерение, утверждая, что удовлетворение внутренних потребностей в автономии, компетентности и связанности способствует благополучию. По этой теории авторы утверждают, что люди испытывают субъективное благополучие, когда удовлетворены их потребности в автономии, компетентности и связанности. Для студентов теория предполагает, что создание среды, в которой удовлетворяются эти потребности, может повысить их эмоциональное благополучие, мотивацию и успеваемость. Когда студенты чувствуют себя автономными в процессе обучения, компетентными в своих способностях и связанными с другими людьми, они с большей вероятностью испытывают положительные эмоциональные состояния и удовлетворенность жизнью, что способствует общему субъективному благополучию.

Теории эмоциональной регуляции, как модель процесса J.J. Gross (1998) [15, с. 280], отмечает необходимость управления эмоциональными реакциями в соответствии с требованиями окружающей среды, что является важнейшим навыком для студентов, преодолевающих академические и социальные трудности. Регуляция эмоции предполагает, как люди управляют своими эмоциями и реагируют на них. В его модели процесса выделяются пять стадий регуляции эмоций: выбор ситуации, изменение ситуации, развертывание внимания, когнитивные изменения и модуляция реакции. Каждый этап включает в себя различные стратегии влияния на интенсивность или продолжительность эмоциональных реакций. Эффективная регуляция эмоций способствует благополучию, помогая людям управлять эмоциями так, чтобы они соответствовали своим целям и социальному контексту.

Предикторы ЭБ включают как внутренние факторы, такие как личностные особенности, опыт в детстве, эмоциональная регуляция, эмоциональный интеллект и самооффективность, так и внешние факторы, такие как социальная поддержка, культурные нормы и стабильность среды. Классические исследования отмечают роль когнитивной оценки в управлении стрессом, связывая ее с ЭБ. Современные исследования расширяют эту тему, изучая влияние социальных сетей на самооценку и благополучие студентов. Кросс-культурные исследования показывают, что детерминанты значительно различаются в зависимости от культуры: в индивидуалистических обществах акцент делается на личных достижениях, а в коллективистских - на социальной гармонии (Triandis, 1995) [16].

Для студентов на их уровень ЭБ и умение приспосабливаться, а также справляться с трудностями во многом влияют учебное давление, культурная адаптация и социальные связи. Местные студенты часто имеют преимущество при знакомстве с новой академической средой, в то время как иностранные студенты сталкиваются с дополнительными стрессовыми и культурными факторами, такими как языковой барьер и культурный диссонанс. Исследования аккультурации показывают, что успешная культурная интеграция улучшает благосостояние, что сосредотачивает внимание на важности поддерживающей институциональной политики.

В недавних исследованиях были задействованы технологии, изучающие, как цифровые инструменты могут как способствовать, так и препятствовать ЭБ. Вмешательства на основе осознанности, широко применяемые в образовательных учреждениях, демонстрируют эффективность в повышении жизнестойкости и снижении стресса. Кроме того, тенденции глобальной мобильности требуют новых моделей для понимания кросс-культурной динамики ЭБ, подчеркивая роль культурного интеллекта в адаптации.

В 2017 году B.B. Telef и M.J. Furlong [17] проводили кросс-культурное исследование, в котором изучалась взаимосвязь между основными психологическими самосхемами и субъективным благополучием социальных и эмоционально-психологических факторов субъективного благополучия (СБ) учащихся из Турции (n=1123) и Калифорнии (США, n=1119). По полученным результатам турецкие подростки показали более высокие результаты по самосознанию, настойчивости, семейной сплоченности и поведенческому самоконтролю, в то время как калифорнийские подростки показали более высокие результаты по школьной поддержке, эмпатии и СБ.

G. Lucchetti и соавторы (2017) [18, с. 63] изучали различия в психическом здоровье, эмоциональном благополучии и качестве жизни между американскими и бразильскими студентами-медиками и сравнивали детерминанты, которые могут оказывать значительное влияние. В ходе исследования результаты показали, что студенты из Бразилии переживают больше депрессии и стресса, когда студенты из США испытывают меньшую истощаемость и более хорошее самочувствие, высокое качество жизни. Были выделены такие основные факторы влияющие на самочувствие респондентов, как экологические, физиологические, культурно-социальные, психологические и инфраструктурные.

В работе российских исследователей Е.В. Родионовой и Т.В. Конюховой (2023) изучается эмоционально-личностное благополучие (ЭЛБ) студенческой молодежи в современном BANI-

мире (Brittle Anxious Nonlinear Incomprehensible world, это система, описывающая сложности и вызовы современного общества, которая развилась из модели VUCA) и описывается проблема отношения к действительности, связь внутренних и внешних переживаний и восприятия, исследуется уровень тревожности в неустойчивом мире и его взаимовлияние с ЭЛБ. В результате сравнительного анализа была выявлена отрицательная корреляция ЭЛБ с тревожностью, то есть чем выше тревожность у студентов, тем ниже их благополучие, удовлетворенность жизнью, субъективное счастье. Наблюдается тенденция увеличения группы риска со снижением возрастной категории молодежи. Данная работа основывается на концепции Л.В. Карапетян, где структура ЭЛБ является интеграцией таких компонентов: эмоциональную часть составляет субъективное благополучие (СБ), а личностное в свою очередь относится к психологическому благополучию (ПБ) [19, с. 358].

Фундаментальные теоретические модели в кросс-культурном исследовании включают культурные измерения, культурные синдромы G. Hofstede, Sh. Schwartz, R. Inglehart и Н. Triandis [16] обеспечивая основу для изучения феноменов во взаимодействии разных культур (табл. 2).

Таблица 2. - Сравнительный анализ культурных измерений

Измерения	Г. Хофстеде	Ш. Шварц	Р. Инглехарт	Г. Триандис
Дистанция власти	Степень, в которой менее влиятельные члены общества принимают неравное распределение власти.	Эгалитарные / иерархические отношения	Не рассматривается напрямую.	Горизонтальность / вертикальность
Индивидуализм / коллективизм	Степень интеграции индивидов в группы (индивидуализм – личные цели; коллективизм – групповые цели).	Связано с открытостью к изменениям (индивидуальная автономия против общественного соответствия).	Отражает переход от материализма к постматериализму (коллективное благосостояние против индивидуальных материализма).	Выделяет горизонтальный и вертикальный индивидуализм и коллективизм.
Маскулинность / фемининность	Фокус на соревновательности и достижениях (маскулинность) против сотрудничества и качества жизни (фемининность).	Связано с ценностями Достижения против Гедонизма (успех против удовольствия).	Не рассматривается напрямую.	Не рассматривается напрямую.
Избегание неопределенности	Степень, в которой представители культуры чувствуют себя некомфортно в условиях неопределенности.	Может быть связано с сохранением (предпочтение безопасности).	Связано с изменениями в обществе в ответ на экономическую безопасность.	Не рассматривается напрямую.
Ориентация на долгосрочную перспективу / ориентацию на краткосрочную перспективу	Ориентация на будущие выгоды (долгосрочная) против уважения к традициям (краткосрочная).	Связано с открытостью к изменениям против консервации (традиции).	Подчеркивает смену ценностей поколений от материальных забот к постматериальным заботам (долгосрочная ориентация).	Не рассматривается напрямую.

В исследовании А. Kaasa (2021) представляет свое новое научное видение о культурных измерениях, характеризуя их неразрывно связанными и едиными, которые охватывают ценности, убеждения, нормы и правила общества. Данная работа направлена на интеграцию систем культурных ценностей Хофстеде, Шварца и Инглехарта в одну единую модель. Сравнивая их измерения, автор исследует, как эти культурные ценности влияют на различные общества [20].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ Систематический обзор литературы позволяет сделать основные выводы о структуре эмоционального благополучия, его предикторах, основных инструментах и корреляции с культурными синдромами, подчеркивается важность культурных норм, социальных структур и индивидуальных ценностей для влияния на эмоциональное здоровье в разных обществах. Положительные и отрицательные аффективные состояния личности, являясь детерминантами эмоционального благополучия, составляют его целостность и интегративность, влияют на формирование и развитие личности, и воздействуют на здоровое эмоциональное проявление. А эмоциональный интеллект, устойчивость, регуляция (внутренние) и социальные среда (внешние), как одни из предикторов эмоционального благополучия играют важнейшую роль в академической успеваемости, адаптации, проявлении эмоции у студентов, а также культурные нормы сильно влияют на то, как люди регулируют свои чувства.

Детерминанты эмоционального благополучия в кросс-культурных контекстах многогранны и в значительной степени зависят от культурных факторов. Культуры формируют эмоциональное благополучие, влияя на то, как люди выражают эмоции, справляются со стрессом и полагаются на социальные сети для получения поддержки. Более того, культурные ценности, такие как индивидуализм и коллективизм, а также культурные нормы, связанные с эмоциональной сдержанностью или экспрессивностью, существенно влияют на то, как переживается эмоциональное благополучие.

Этот обзор показывает необходимость применения контекстно-ориентированных подходов в исследованиях эмоционального благополучия, признавая, что вмешательства, направленные на улучшение эмоционального здоровья, должны учитывать культурные различия. Будущие исследования должны быть направлены на понимание того, как глобализация и культурный обмен влияют на эмоциональное благополучие в разных культурах, а также на то, как интегрировать кросс-культурные аспекты в государственную политику и инициативы по улучшению благополучия.

Список использованной литературы:

1. Diener E. Subjective well-being // *Psychological Bulletin*, 95(3). 1984. - pp. 542–575.
2. Watson D., Clark L.A. *The PANAS-X: Manual for the positive and negative affect schedule-expanded form*. 1994. Iowa City: The University of Iowa.
3. Huebner E.S. Initial development of the student's life satisfaction scale // *School Psychology International*, 12(3). 1991. – pp. 231–240. <https://doi.org/10.1177/0143034391123010>.
4. Hills P., Argyle M. The Oxford happiness questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being // *Personality and Individual Differences*, 33. 2002. – pp. 1073–1082.
5. Henry J.D., Crawford J.R. The short-form version of the depression anxiety stress scales (DASS-21): construct validity and normative data in a large non-clinical sample // *British Journal of Clinical Psychology*, 44. 2005. – pp. 227–239. <https://doi.org/10.1348/014466505X29657>.
6. Golden-Kreutz D.M., Thornton L.M., Wells-Di G.S. Traumatic stress, perceived global stress, and life events: prospectively predicting quality of life in breast cancer patients // *Health Psychology*, 24. 2005. – pp. 288–296.
7. Angold A., Costello E.J., Messer S.C. Development of a short questionnaire for use in epidemiological studies of depression in children and adolescents // *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 5(4). 1995. – pp. 237–249.
8. Marteau T.M., Bekker H. The development of a six-item short-form of the state scale of the Spielberger State-Trait Anxiety Inventory (STAI) // *British Journal of Clinical Psychology*, 31(3). 1992. – pp. 301–306.
9. Feller S.C., Castillo E.G., & University of California, Los Angeles Community Translational Science Team. Emotional well-being and public health: Proposal for a model national initiative // *The Journal of Public Health*, 133(2). 2018. <https://doi.org/10.1177/0033354918754>.
10. National Institutes of Health. Emotional well-being: Emerging insights and questions for future research. 2018. <https://www.nccih.nih.gov/research/emotional-well-being-emerging-insights-and-questions-for-future-research>.

11. Diener E., Lucas R.E., Oishi S. *Advances and open questions in the science of subjective well-being*. *Collabra: Psychology*, 4(1). 2018.
12. Lindert J., Bain P.A., Kubzansky L.D., Stein C. *Well-being measurement and the WHO health policy Health 2010: systematic review of measurement scales* // *The European Journal of Public Health*, 25(4). 2015. – pp. 731–740.
13. Ryff C.D. *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being* // *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6). 1989. – pp. 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>.
14. Ryan R.M., Deci E.L. *Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being* // *American Psychologist*, 55(1). 2000. – pp. 68–78.
15. Gross J.J. *The emerging field of emotion regulation: An integrative review* // *Review of General Psychology*, 2(3). 1998. – pp. 271–299.
16. Triandis H.C. *Individualism and collectivism*. Westview Press. 1995.
17. Telef B.B., Furlong M.J. *Social and emotional psychological factors associated with subjective well-being: A comparison of Turkish and California adolescents* // *Cross-Cultural Research*, 51(5). 2017. <https://doi.org/10.1177/10693971176948>.
18. Lucchetti G., Damiano R.F., DiLalla L.F., et al. *Cross-cultural differences in mental health, quality of life, empathy, and burnout between US and Brazilian medical students* // *Academic Psychiatry*, 42. 2018. – pp. 62–67. <https://doi.org/10.1007/s40596-017-0777-2>.
19. Родионова Е.В., Конюхова Т.В. *Эмоционально-личностное благополучие студенческой молодежи: динамическая оценка в условиях неустойчивости внешней среды* // *Перспективы науки и образования*, 1(61). 2023. – pp. 356–370. <https://doi.org/10.32744/pse.2023.1.21>.
20. Kaasa A. *Merging Hofstede, Schwartz, and Inglehart into a single system* // *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 52(4). 2021. – pp. 339–353. <https://doi.org/10.1177/00220221211011244>.

References:

1. Diener E. *Subjective well-being* // *Psychological Bulletin*, 95(3). 1984. – pp. 542–575.
2. Watson D., Clark L.A. *The PANAS-X: Manual for the positive and negative affect schedule-expanded form*. 1994. Iowa City: The University of Iowa.
3. Huebner E.S. *Initial development of the student's life satisfaction scale* // *School Psychology International*, 12(3). 1991. – pp. 231–240. <https://doi.org/10.1177/0143034391123010>.
4. Hills P., Argyle M. *The Oxford happiness questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being* // *Personality and Individual Differences*, 33. 2002. – pp. 1073–1082.
5. Henry J.D., Crawford J.R. *The short-form version of the depression anxiety stress scales (DASS-21): construct validity and normative data in a large non-clinical sample* // *British Journal of Clinical Psychology*, 44. 2005. – pp. 227–239. <https://doi.org/10.1348/014466505X29657>.
6. Golden-Kreutz D.M., Thornton L.M., Wells-Di G.S. *Traumatic stress, perceived global stress, and life events: prospectively predicting quality of life in breast cancer patients* // *Health Psychology*, 24. 2005. – pp. 288–296.
7. Angold A., Costello E.J., Messer S.C. *Development of a short questionnaire for use in epidemiological studies of depression in children and adolescents* // *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 5(4). 1995. – pp. 237–249.
8. Marteau T.M., Bekker H. *The development of a six-item short-form of the state scale of the Spielberger State-Trait Anxiety Inventory (STAI)* // *British Journal of Clinical Psychology*, 31(3). 1992. – pp. 301–306.
9. Feller S.C., Castillo E.G., & University of California, Los Angeles Community Translational Science Team. *Emotional well-being and public health: Proposal for a model national initiative* // *The Journal of Public Health*, 133(2). 2018. <https://doi.org/10.1177/0033354918754>.
10. National Institutes of Health. *Emotional well-being: Emerging insights and questions for future research*. 2018. <https://www.nccih.nih.gov/research/emotional-well-being-emerging-insights-and-questions-for-future-research>.