

## Особенности смысложизненных ориентаций и защитно-совладающего поведения у иностранных и российских студентов

Научная статья

DOI: 10.31992/0869-3617-2023-32-4-124-136

Перченко Елена Леонидовна – канд. психол. наук, доцент кафедры психологии, ORCID: 0000-0001-8117-3357, [pe.l.mail@mail.ru](mailto:pe.l.mail@mail.ru)

Гудина Татьяна Викторовна – д-р пед. наук, профессор кафедры дефектологического образования, ORCID: 0000-0001-6896-6918, Researcher ID: K-1717-2018, Scopus ID: 57192065319, [gtv1968@mail.ru](mailto:gtv1968@mail.ru)

Череповецкий государственный университет, г. Череповец, Россия

Адрес: 162600, Вологодская обл., г. Череповец, проспект Луначарского, 5

***Аннотация.** Актуальность исследования обусловлена необходимостью осмысления влияния культурно-ценностных ориентаций на поведение российских и иностранных студентов в сложных ситуациях. Опора на смысложизненные ориентиры помогает преобразовать и совершенствовать собственную линию отреагирования в непростых социально-кризисных условиях и накапливать багаж культурно-приемлемых решений. Необходимость осознания этой проблемы определила цель исследования – выявление особенностей в проявлении смысложизненных ориентаций и различий в стратегиях защитно-совладающего поведения у российских и иностранных студентов (из республики Таджикистан). Исходя из поставленной цели, с помощью эмпирических и интерпретационных методов исследования были получены результаты по общей выборке 100 человек. В качестве испытуемых выступили студенты первого курса из Таджикистана и России. Выявлено, что российские студенты в кризисных ситуациях активно пытаются её осмыслить и всё-таки удовлетворить свои значимые потребности, в то время как иностранные студенты, чаще всего, сглаживают, смягчают дискомфорт, их поведение носит компенсаторный характер. Тем не менее, различия в ценностно-смысловых ориентациях и, соответственно, выстраивание собственной траектории защитно-совладающего поведения позволяют студентам адаптироваться в социуме, согласовывая свои традиционные ценности с современной культурной трансформацией общества.*

***Ключевые слова:** защитно-совладающее поведение, смысложизненные ориентации, студенты*

***Для цитирования:** Перченко Е.Л., Гудина Т.В. Особенности смысложизненных ориентаций и защитно-совладающего поведения у иностранных и российских студентов // Высшее образование в России. 2023. Т. 32. № 4. С. 124–136. DOI: 10.31992/0869-3617-2023-32-4-124-136*

## Features of Life Meaning Orientations and Defensive-Coping Behaviour of Russian and Foreign Students

Original article

DOI: 10.31992/0869-3617-2023-32-4-124-136

*Elena L. Perchenko* – Cand. Sci. (Psychology), Associate Professor, Psychology Department, ORCID: 0000-0001-8117-3357, pel.mail@mail.ru

*Tatiana V. Gudina* – Dr. Sci. (Pedagogy), Professor, Defectology Education Department, ORCID: 0000-0001-6896-6918, Researcher ID: K-1717-2018, Scopus ID: 57192065319, gtv1968@mail.ru

Cherepovets State University, Cherepovets, Russian Federation

Address: 162600, Vologda Region, Cherepovets, Lunacharsky ave., 5

**Abstract.** The relevance of the study is due to the need to comprehend the influence of cultural and value orientations on the behavior of Russian and foreign students in difficult situations. Relying on meaningful life guidelines helps to transform and improve one's own line of response at difficult social crisis conditions and accumulate a baggage of culturally acceptable solutions. The need to understand this problem determined the purpose of the study – to identify features in the manifestation of meaningful life orientations and differences in the strategies of protective coping behavior among Russian and foreign students (from the Republic of Tajikistan). Based on the set goal, using empirical and interpretive research methods, results were obtained for a total sample of 100 people. The subjects were first-year students from Tajikistan and Russia. It was revealed that Russian students in crisis situations actively try to comprehend it and, nevertheless, satisfy their significant needs, while foreign young people, most often, smooth out, mitigate discomfort, their behavior is compensatory in nature. Nevertheless, differences in value-semantic orientations and, in accordance with this, building their own trajectory of protective and coping behavior allow students to adapt in society, coordinating their traditional values with the modern cultural transformation of society.

**Keywords:** coping behavior, meaningful life orientations, students

**Cite as:** Perchenko, E.L., Gudina, T.V. (2023). Features of Life Meaning Orientations and Defensive-Coping Behaviour of Russian and Foreign Students. *Vysshee obrazovanie v Rossii = Higher Education in Russia*. Vol. 32, no. 4, pp. 124-136, doi: 10.31992/0869-3617-2023-32-4-124-136

### Введение

В условиях общемировых тенденций глобализации и увеличения международной образовательной миграции понимание смысловых ориентиров у таджикских и российских студентов может являться индикатором в выборе субъективного защитно-собладающего поведения, успешной адаптации в новых условиях и, как следствие, мотивационным ресурсом при обучении студентов в вузе.

Стоит отметить, что формирование смысла жизни человека происходит в обществе,

зависит от собственных ощущений, выходит за рамки традиционного культурного круга, имеет динамику, различия в поликультурном проявлении и содержании в каждом возрастном периоде. В юношеском возрасте понимание и осознание смысла жизни помогает молодым людям не просто преобразовывать и совершенствовать собственную линию поведения, но и накапливать эффективные способы отреагирования в сложной ситуации выбора.

В то же время многообразие жизненных ситуаций в современном меняющемся мире

требует от человека рефлексии и ценностно-смысловой регуляции, способности трансформировать новые смыслы в субъективную оценку, проявляющуюся в успешной самореализации в учебно-профессиональной деятельности, либо в формировании культурного стресса, чувства собственного несоответствия этому миру, отчужденности, бессилия. Освоение будущей профессии способствует формированию новых социальных ролей, поиску жизненных смыслов. В студенчестве развиваются и трансформируются смысловые конструкты и системы ценностных ориентаций. Эти изменения происходят в условиях социально-ролевого выбора индивидуальных стратегий эффективного взаимодействия.

Основа для исследования феномена преодоления сложных жизненных ситуаций была заложена в начале XX в. в трудах З. Фрейда и А. Фрейд, в которых психологические защиты рассматриваются как механизм, позволяющий человеку справиться со своими негативными чувствами и переживаниями [1]. Проблема копинг-стратегий поведения активно стала изучаться с 60–70-х годов прошлого века. Первым исследователем в этой области был Г. Селье [2], однако признание теория копинга получила лишь после работ Р. Лазаруса [3]. В психологии стресса регулярно используется словосочетание «совладание со стрессом» или термин «копинг», чтобы описать попытки индивида справиться с непростой ситуацией, обусловленной трудностями в оценке смысложизненных ориентиров, преодолеть её и соответствующие негативные состояния. Успешность применяемых для этого стратегий поведения определяет уровень и способность к психологической адаптации студента к новым условиям жизни, оценке своих возможностей в освоении профессиональных компетенций при обучении в вузе.

Глубокое понимание, возникновение и развитие феномена совладания человека с жизненными трудностями и особенности

психологических защитных механизмов рассмотрены в работах российских и зарубежных авторов, таких как Рассказова Е.И., Гордеева Т.О. [4]; Хайруллина Ю.Р. [5]; Ж. Бушар, А. Гийемер, Н. Ландри-Леже [6]; С.П. Браун, Р.А. Вестбрук, Г. Чаллагалла [7]; Дж. Вайлант [8].

В своих исследованиях Саунин К.С. [9], Черепанова М.И., Домашев А.Н. [10] отмечают особую важность в выборе культурного кода смысложизненных ориентиров для иностранных студентов, обучающихся в российском вузе. С лёгкостью справляться с непредвиденными обстоятельствами молодым людям не позволяет пока ещё небогатый жизненный опыт, неустойчивое положение в обществе, материальная нестабильность, отсутствие рядом близких людей, переживания, связанные с учебной деятельностью, зачастую выступающие главными причинами стрессов и нервных расстройств, преодолеть которые не всегда удаётся.

Выбор эффективных стратегий защитно-совладающего поведения во многом зависит от ценностей личности, от осознания сущности собственного «Я», жизнестойкости и культурных ориентиров. Особого внимания в рамках данного вопроса заслуживают исследования Абульхановой-Славской К.А. [11], Леонтьева Д.А. [12], Франкла В. [13], которые рассматривают формирование смысложизненных ориентаций не только в контексте всей жизни человека, но и в контексте определённых возрастных периодов. Не меньший интерес вызывает видение проблематики возрастной динамики изменения смысложизненных ориентиров, рассмотренных Т.Н. Сахаровой [14]; их роль в профессиональной деятельности, в постановке цели личностного самоопределения молодёжи изучали Чудновский В.Э., Бодалев А.А., Вайзер Г.А., Вахромов Е.Е., Карпова Н.Л., Суворов А.В. [15].

Развитие обозначенной проблемы продолжалось авторами применительно к студенческому возрасту как осознание лич-

ностью жизненных ценностей, важнейший фактор психологической безопасности, влияющий на дальнейшее становление молодых людей, потенциал возможного будущего, и получило освещение в ряде исследований – Спириной Т.А. [16], Сараевой Е.В., Маракулиной А.С. [17], Лапицкой Ю.С. [18]. Анализ ценностных ориентаций студентов в контексте вызовов современности нашли отражения в работах Сизганова Е.Ю., Кайдашова А.К., Чикова И.В. [19].

Для российских университетов тема интернационализации чрезвычайно актуальна, поскольку современный университет встраивается в глобальные сети студенческой академической мобильности и образовательные траектории. Экспорт российского образования возведён в ранг государственной задачи, что выражается включением проекта «Развитие экспортного потенциала российской системы образования» в число приоритетных со сроками реализации с 2017 по 2025 гг. [20]. В настоящее время неоспорима важность кросс-культурных исследований студентов, так как международные связи пронизывают разные аспекты вузовского профессионального образования: выделяются факторы, предшествующие и/или способствующие выбору тех или иных стратегий совладания. В работе Л. Кроке, М. Итюрбид, Р. Торрес Стоун, М. МакГинли, М. Рафаелли, Г. Карло анализируются следствия особенностей совладания на уровне общих стратегий аккультурации и итоговой эффективности кросс-культурной адаптации [21].

Анализ научной литературы и всё выше сказанное позволили определить *цель данного исследования* – выявление особенностей в проявлении смысложизненных ориентаций и различий в стратегиях защитно-совладающего поведения у российских и иностранных студентов (из республики Таджикистан).

Для достижения цели были поставлены следующие задачи: определить различия в проявлениях смысложизненных ориентаций российских и иностранных студентов

вуза; определить особенности в преодолении трудностей у российских и иностранных студентов; установить взаимосвязь между смысложизненными ориентациями и стратегиями защитно-совладающего поведения у российских и иностранных студентов.

### Материалы и методы

Эмпирическое исследование проводилось в 2021/2022 уч. году на базе ФГБОУ ВО «Череповецкий государственный университет». В нём приняли участие студенты первого курса из Таджикистана (50 человек) и России (50 человек). Возрастной диапазон испытуемых составил от 17 до 27 лет, деление по половому признаку не производилось.

Постановка цели исследования диктовала подбор диагностических методик: копинг-тест «Оценка поведения в трудной жизненной ситуации» (Р. Лазарус) [22]; опросник «Индекс жизненного стиля» (Р. Плутчик, Х. Келлерман, Х.Р. Конте) [23]; методика для психологической диагностики копинг-механизмов (Е. Хейм) [24]; тест жизнестойкости Сальваторе Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева [25]; методика Милтона Рокича «Ценностные ориентации» (тест Милтона Рокича для диагностики ценностных ориентаций) [26]; тест «Смысложизненные ориентации» (методика Смысложизненных ориентаций) Д.А. Леонтьев [27]. Для математической обработки данных применялся критерий  $\varphi^*$  – угловое преобразование Фишера, коэффициент линейной корреляции Пирсона  $r$ .

### Результаты исследования

При представлении результатов исследования требует проверки, прежде всего, следующее предположение: существуют различия в особенностях смысложизненных ориентаций российских и таджикских студентов. Результаты проверки отражены в *таблицах 1 и 2*.

Авторами были выявлены статистически значимые различия в таких потенциальных ориентирах, как: «процесс жизни»

Таблица 1

Особенности смысложизненных ориентаций российских и таджикских студентов вуза

Table 1

## Peculiarities of Meaningful Orientations of Russian and Tajik University Students

Параметры диагностики		Таджикские студенты, %	Российские студенты, %	$\varphi^*$
Смысложизненные ориентации	Цели	68	76	–
	Процесс	36	64	2,008
	Локус контроля – Я	28	64	<b>2,616</b>
	Локус контроля – жизнь	32	68	<b>2,606</b>
	Общ. показатель осмысленности жизни	44	64	–
	Результат жизни	56	28	2,036
Жизнестойкость	Вовлечённость	76	40	<b>2,648</b>
	Контроль	84	20	<b>4,921</b>
	Жизнестойкость	92	32	<b>4,826</b>

*Примечание:* жирным шрифтом обозначены статистически значимые различия при  $p \leq 0,01$ ; обычным шрифтом – статистически значимые различия при  $p \leq 0,05$ .

*Note:* Bold indicates statistically significant differences at  $p \leq 0.01$ ; normal font – statistically significant differences at  $p \leq 0.05$ .

( $\varphi^* = 2,008$ , при  $p \leq 0,05$ ), «локус контроля – Я» ( $\varphi^* = 2,616$ , при  $p \leq 0,01$ ), «локус контроля – жизнь» ( $\varphi^* = 2,606$ , при  $p \leq 0,01$ ). Это позволяет говорить о том, что российские студенты чаще удовлетворены течением жизни в настоящем, уверены в себе и своих силах, живут сегодняшним днём, способны контролировать действия. Исходя из данных, представленных в таблице 2, можно говорить о том, что у молодых людей в предпочитаемых терминальных ценностях преобладают такие как: материально обеспеченная и активная жизнь, развитие, интересная работа, любовь и познание. Что касается инструментальных ценностей, здесь преобладают ответственность, рационализм, аккуратность, воспитанность, независимость и чуткость.

У иностранных студентов имеют значение такие смысложизненные ориентации как: «результат жизни» ( $\varphi^* = 2,036$ , при  $p \leq 0,05$ ), «вовлечённость» ( $\varphi^* = 2,648$ , при  $p \leq 0,01$ ), «контроль» ( $\varphi^* = 4,921$ , при  $p \leq 0,01$ ), и «жизнестойкость» ( $\varphi^* = 4,826$ , при  $p \leq 0,01$ ). Следовательно, можно говорить о том, что обучающиеся в большей мере удовлетворены своей

прожитой жизнью, в силах контролировать происходящее, способны к совладанию со стрессом и преодолению базовой тревоги.

Таким образом, можно сделать вывод, что российские студенты живут сегодняшним днём, воспринимают течение своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом процесс. Они предпочитают двигаться вперёд без оглядки на прошлое, прежний отрицательный или даже порой положительный опыт; ставят перед собой сложные задачи, для достижения целей, уверены в себе и своих силах, в том, что они способны достигнуть больших высот. Если в прошлом молодые люди успешно реализовывали свои задумки, то всегда будут гордиться достижениями, и будут ожидать больших успехов от себя в будущем. Российские студенты стараются строить собственную жизнь в соответствии с персональными представлениями, позиционируют себя как сильную личность, обладающую достаточной свободой выбора.

Исходя из результатов исследования, представленных в таблице 2, можно гово-

Таблица 2

## Предпочитаемые ценностные ориентации российских и таджикских студентов

Table 2

## Preferred value orientations of Russian and Tajik students

	Терминальные ценности	Средн. арифм. ранг	Инструментальные ценности	Средн. арифм. ранг
Российские студенты				
1	Материально обеспеченная жизнь	4,76	Ответственность	7,16
2	Развитие	5,04	Рационализм	7,36
3	Активная жизнь	5,08	Аккуратность	7,84
4	Интересная работа	5,4	Воспитанность	8,08
5	Любовь	6	Независимость	8,46
6	Познание	8,04	Чуткость	8,68
Таджикские студенты				
1	Здоровье	3,96	Воспитанность	5,44
2	Жизненная мудрость	4,96	Аккуратность	6,04
3	Свобода	5,12	Ответственность	7,48
4	Наличие друзей	5,8	Независимость	8,36
5	Счастливая семейная жизнь	6,56	Чуткость	8,64
6	Счастье других	8,08	Жизнерадостность	8,72

речь о том, что у иностранных студентов (из республики Таджикистан) в предпочитаемых терминальных ценностях преобладают такие как здоровье, жизненная мудрость, свобода, наличие друзей, счастливая семейная жизнь и счастье других. В инструментальных же приоритетах: воспитанность, аккуратность, ответственность, независимость, чуткость, жизнерадостность.

Следовательно, можно сделать вывод, что иностранные студенты в большинстве случаев удовлетворены прожитым отрезком жизни, своей деятельностью, осмысленно подходят к постановке целей и задач. Они отдают отчёт действиям и поступкам, уверены в своих силах, даже в том случае, если могут совершить ошибку, расценивают её как опыт. Студенты оптимистично настроены на конечный результат деятельности, в приоритете у них здоровье как психическое, так и физическое, а также счастье родных и близких людей.

При проверке второй исследовательской задачи авторы предположили, что существуют особенности в преодолении трудностей у российских и иностранных студентов, результаты представлены в *таблице 3*.

В ходе исследования, с помощью критерия углового преобразования Фишера, было выявлено, что у российских студентов преобладают такие механизмы, как «вытеснение» ( $\varphi^* = 4,253$ , при  $p \leq 0,01$ ) и «гиперкомпенсация» ( $\varphi^* = 4,554$ , при  $p \leq 0,01$ ). Иными словами, происходит как бы трансформация внутренних импульсов в субъективно понимаемую их противоположность. В другом случае студенты из РФ подавляют неприятное чувство, мысли внутри себя. У российских студентов ярко выражены такие копинг-стратегии, как «конфронтационный копинг» ( $\varphi^* = 3,886$ , при  $p \leq 0,01$ ), «положительная переоценка» ( $\varphi^* = 2,814$ , при  $p \leq 0,01$ ) и «поиск социальной поддержки» ( $\varphi^* = 2,015$ , при  $p \leq 0,05$ ). То есть, можно говорить о том, что молодые люди не всегда действуют целенаправленно, анализируя способы разрешения ситуации, но при этом они довольно позитивно реагируют на проблемы, расценивая их как стимул для личностного роста. Также обучающиеся склонны обращаться к другим за помощью, рассказывать о своих проблемах людям.

Исходя из приведённых в *таблице 3* результатов, можно заметить, что у иностран-

Таблица 3

Особенности защитно-совладающего поведения у российских и таджикских студентов

Table 3

## Features of Defensive Coping Behaviour among Russian and Tajik Students

Параметры диагностики		Таджикские студенты	Российские студенты	$\varphi^*$
		%	%	
Механизм психологической защиты	Вытеснение	16	72	<b>4,253</b>
	Регрессия	8	28	1,913
	Отрицание	24	48	1,793
	Замещение	12	24	–
	Гиперкомпенсация	4	56	<b>4,554</b>
	Проекция	32	36	–
	Рационализация	80	32	<b>3,574</b>
	Общая напряжённость всех защит	20	48	2,135
Копинг-стратегии	Конфронтационный копинг	20	72	<b>3,886</b>
	Поиск социальной поддержки	40	68	2,015
	Бегство-избегание	28	64	<b>2,616</b>
	Положительная переоценка	60	92	<b>2,814</b>
	Принятие ответственности	36	56	–
	Дистанцирование	76	44	<b>2,358</b>
	Самоконтроль	84	40	<b>3,359</b>
	Планирование решения проблемы	92	60	<b>2,814</b>

*Примечание:* жирным шрифтом обозначены статистически значимые различия при  $p \leq 0,01$ ; обычным шрифтом – статистически значимые различия при  $p \leq 0,05$ .

*Note:* bold indicates statistically significant differences at  $p \leq 0.01$ ; normal font – statistically significant differences at  $p \leq 0.05$ .

ных студентов преобладает такой механизм психологической защиты, как «рационализация» ( $\varphi^* = 3,574$ , при  $p \leq 0,01$ ). Отсюда можно сделать вывод, что молодые люди пресекают переживания, вызванные неприятной или субъективно неприемлемой ситуацией при помощи логических установок и манипуляций, даже при наличии убедительных доказательств в пользу противоположного. Рационализируя ситуацию, личность создаёт логические (псевдоразумные), но благовидные обоснования своего или чужого поведения, действий или переживаний, вызванных причинами, которые она (личность) не может признать из-за угрозы потери самоуважения. Существуют статистически значимые различия в таких копинг-стратегиях, как «дистанцирование» ( $\varphi^* = 2,358$ , при  $p \leq 0,01$ ), «самоконтроль» ( $\varphi^* = 3,359$ , при  $p \leq 0,01$ ), «планирование решения проблемы» ( $\varphi^* = 2,814$ , при  $p \leq 0,01$ ).

Иностранные студенты предпочитают сдерживать свои эмоции, скрывать проблемы от других. При этом зачастую демонстрируют самостоятельность в решении трудных ситуаций, предпочитают использовать аналитический подход в разрешении проблем, опираясь на объективные обстоятельства и прошлый опыт.

При проверке третьей исследовательской задачи авторы выдвинули предположение о том, что существует прямая взаимосвязь ценностей активного, насыщенного образа жизни и эффективного совладания с трудностями у российских студентов; и прямая взаимосвязь традиционных ментальных ценностей с эффективным преодолением препятствий у иностранных студентов. Проверка данного предположения представлена в *таблице 4*.

Можно наблюдать, что российские студенты чаще ориентируются на выбор ценно-

Таблица 4

Взаимосвязь между смысложизненными ориентациями и стратегиями защитно-совладающего поведения у российских и таджикских студентов

Table 4

Interrelation between Meaningful Orientations and Strategies of Protective Coping Behavior of Russian and Tajik Students

Смысложизненные ориентации российских и иностранных студентов	Стратегии защитно-совладающего поведения					
	Отрицание	Планирование решения проблемы	Бегство-Избегание	Рационализация	Регрессия	Общая напряжённость защит
Российские студенты						
Ценность самоконтроля	–	–	–	0,41	–	–0,46
Смелость во взглядах	–0,38	–	–	–	–	–
Продуктивная жизнь (максимальное использование возможностей)	–	–	–	–	–	–0,36
Общий показатель осмысленности жизни	–	0,39	–	–	–	–
Таджикские студенты						
Воспитанность	–	–	–0,41	–	–	–
Счастливая семейная жизнь	–	–	–	0,39	–	–
Общий показатель осмысленности жизни	–	–	–	–	–0,4	–0,35

*Примечание.* обычным шрифтом – статистически значимые корреляционные связи при  $p \leq 0,05$ .

Прочерк обозначает отсутствие связей.

*Note.* regular font – statistically significant correlations at  $p \leq 0.05$ . A dash indicates the absence of links.

стей активного, насыщенного образа жизни, при достаточной свободе действий и контроле выбора решения довольно позитивно реагируют на проблемы, расценивая их как стимул для личностного роста. Такого рода ориентации и смыслы снижают эмоциональную напряжённость у российских студентов, предотвращают дезорганизацию, позволяют им смело отстаивать своё мнение и взгляды, ориентируя их на самореализацию.

Иностранные студенты (из республики Таджикистан), отдавая приоритет семейным ценностям, воспитанию, жизненному опыту, предпочитают использовать рациональный подход в разрешении проблем даже в том случае, если могут совершить ошибку, часто расценивают её как опыт. Проявляя самостоятельность в решении трудных вопросов, иностранные студенты ограждают себя во время стрессовой ситуации, ориентируясь на ценности личной жизни и принятие других мнений.

### Обсуждение результатов

Современный контекст высшего образования предполагает образовательную миграцию студентов как внутри страны, так и за рубеж, но при этом необходимо осознание влияния смысложизненных ориентиров на их поведение в рамках образовательных потребностей, осмысление механизмов адаптации студентов к новым вызовам, понимание, как смыслы и ценности позволяют личности преодолевать неопределённости и трудности современной жизни.

Выделенные приоритеты российских студентов такие как, достижение личностно значимых целей, уверенность в себе и своих силах, обладание достаточной свободой выбора, сознательный контроль и свобода принятия решений дают им возможность сконцентрироваться на личных задачах, что близко к данным Е.Ф. Яценко в исследовании взаимосвязи смысложизненных ориентаций, стратегий совладающего поведения

и удовлетворённости жизнью у студентов, причём сходные результаты были получены именно на российской выборке [28].

Вместе с тем присутствует желание переложить ответственность и контроль за результаты учебной деятельности на других субъектов образовательного процесса, чаще на преподавателей. Не всегда достаточное умение работать самостоятельно, нежелание осмысливать и «добывать» информацию проявляются в проектной деятельности студентов, и, как следствие, может страдать мотивация и успеваемость. Отсюда в поведении и действиях российских студентов зачастую наблюдается отсутствие целенаправленности, желание действовать «напролом», обучающиеся не всегда анализируют способы разрешения ситуации, что может привести к дезадаптации и, как следствие, к низкой успеваемости.

Ориентация в поведении на конструктивное реагирование при решении проблемы, расценивается ими как стимул для личностного роста, мотивирует студента на достижение успеха в учебной, общественной, научной деятельности, на социальную активность. Этот показатель говорит о том, что «вчерашние российские школьники» ориентированы на получение профессиональных компетенций в вузе, обладают большой свободой выбора, что является важным фактором адаптации и эмоционального благополучия обучающихся.

Если у российских студентов процессы совладания (преодоления стресса), в большинстве своём, направлены на активное изменение ситуации и удовлетворение значимых потребностей, то у иностранных студентов действия и поведение, чаще всего, носят компенсаторный характер и направлены на сглаживание, смягчение психического дискомфорта. Материальные ценности и ценности самоутверждения для таджикских студентов менее значимы, вероятно, это обусловлено возрастной однородностью данной группы и поиском собственной культурной идентичности в

обществе, трудностями адаптации в чужой стране.

Выявлена положительная связь ценностей активной позиции в получении образования и освоения новых профессиональных компетенций в вузе со стремлением к преодолению трудностей адаптации у российских студентов и прямая взаимосвязь традиционных ментальных ценностей, династичности профессий с эффективным преодолением трудностей у первокурсников из Таджикистана. Что подтверждается исследованием Набиева М.М. о ярко выраженной специфике системы национально-культурных ценностей с опорой на мудрость прошлого, присущей студентам республики Таджикистан [29].

Можно сделать вывод, что современные студенты, как российские, так и иностранные, вырабатывают собственный путь оптимального совладания с опорой на национальные культурно-ценностные ориентации. И те, и другие способны выстраивать конструктивные стратегии поведения и приспособляться к новым вызовам в овладении будущей профессией.

### Заключение

Подводя итог данному исследованию, можно сделать вывод, что российские студенты, выбирая в качестве ценностей жизни самоконтроль, смелость во взглядах, активность и планирование собственной жизни, способны к эффективному совладанию при оптимальном психоэмоциональном состоянии. Иностранные студенты, выбирая в качестве ценностей чаще осмысленность, воспитанность и семейные ориентиры, при этом также способны выстраивать конструктивные стратегии совладания и приспособления в условиях новой учебно-профессиональной деятельности.

В ситуациях общественных изменений при поступлении в вуз социокультурные ценности помогают личности удерживать заданный вектор развития, позволяют преодолеть трудности перед лицом происходящих событий, оставаться верным своим

смыслам. По результатам данного исследования можно сделать вывод, что иностранные и российские студенты в трудной жизненной ситуации действуют в соответствии с их смысложизненными ориентирами.

Несмотря на разные ценностные тренды, все без исключения студенты выстраивают продуктивные копинг-стратегии, способствующие овладению профессией, находят баланс между «хочу» и «могу», что позволяет обрести социально-психологическое благополучие и успешно адаптироваться в новой образовательной среде вуза.

Важно сформировать у молодого поколения отношение к жизни как к ценности, развивая и поддерживая позитивное самосознание и самопонимание, что будет способствовать успешному овладению программой вузовской подготовки. Осознание адаптационных трудностей и возможность управления своим поведением в условиях возникшего стресса, особенно у студентов-первокурсников, позволит выстроить алгоритм развития интернационализации в высшей школе РФ по пути более пластичной интеграции этого контингента студенчества в российской образовательной среде.

Полученные результаты исследования могут быть использованы в ходе обучения студентов различных направлений подготовки, а также в работе кураторов студенческих групп и в деятельности психологической службы вузов.

### Литература

1. *Фрейд А.* Психология Я и защитные механизмы: пер. с англ. СПб: Изд-во «Питер», 2022. 160 с.
2. *Селье Г.* Стресс без дистресса: пер. с англ. А.Н. Луки, И.С. Хоролы. М.: Прогресс, 1979. 126 с.
3. *Lazarus R.S.* Psychological Stress and Coping Process. New York: McGraw, 1966. 466 p.
4. *Расказова Е.И., Гордеева Т.О.* Копинг-стратегии в психологии стресса: подходы, методы и перспективы исследований // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2011. Т. 4. № 17. DOI: 10.54359/ps.v4i17.850
5. *Хайруллина Ю.Р.* Особенности психологических защитных механизмов и копинг-стратегий у подростков из неблагополучных семей // Психолог. № 5. 2014. С. 1–15. DOI: 10.7256/2306-0425.2014.5.13168
6. *Bouchard G., Guillemette A., Landry-Leger N.* Situational and Dispositional Coping: an Examination of their Personality, Cognitive Appraisals and Psychological Distress // European Journal of Personality. 2004. Vol. 18. P. 221–238. DOI: 10.1002/per.512
7. *Brown S.P., Westbrook R.A., Challagalla G.* Good Cope, Bad Cope: Adaptive and Maladaptive Coping Strategies Following a Critical Negative Work Event // Journal of Applied Psychology. 2005. Vol. 90. No. 4. P. 982–798. DOI: 10.1037/0021-9010.90.4.792
8. *Vaillant G.E.* Adaptive Mental Mechanisms: Their Role in a Positive Psychology // American Psychologist. 2000. Vol. 55. No. 1. P. 89–98. DOI:10.1037/0003-066X.55.1.89
9. *Саулин К.С.* Смыслы и смыслообразование как механизм формирования нравственной ориентации личности // Успехи современной науки. 2016. Т. 1. № 10. С. 152–155. EDN: XСIHLN.
10. *Черепанова М.И., Домашев А.Н.* Динамика смысложизненных ориентаций студенческой молодежи в процессе обучения в вузе // Мир науки, культуры, образования. 2019. № 1 (74). С. 164–166. EDN: TACLUR.
11. *Абульханова-Славская К.А.* Стратегии жизни. М.: Мысль, 1991. 299 с.
12. *Леонтьев Д.А.* Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М.: Смысл, 1999. 486 с.
13. *Франкл В.* Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 2010. 368 с.
14. *Сахарова Т.Н.* Возрастная динамика смысложизненных ориентаций личности // Вестник Воронежского государственного технического университета. 2012. Т. 8. № 10-2. С. 156–160. EDN: QCQTUL.
15. Исследование проблем смысла жизни и акме (возрастной, профессиональный и социореабилитационный аспекты) / *В.Э. Чудновский, А.А. Бодалев, Г.А. Вайзер, Е.Е. Вахромов, Н.А. Карпова, А.В. Суворов, А.В. Торопова* // Психологический журнал. 2004. Т. 25. № 1. EDN: OXFCKT.
16. *Стирина Т.А.* Исследование смысложизненных ориентаций студентов-первокурсников // Тенденции развития науки и обра-

- зования. 2018. № 41-1. 56–59. DOI: 10.18411/lj-08-2018-25
17. Сараева Е.В., Мафакулина А.С. Коррекция и фасилитация смысложизненных ориентаций студентов // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2016. Т. 32. С. 238–242. URL: <https://e-koncept.ru/2016/56749.htm> (дата обращения: 01.02.2023).
  18. Лаптыцкая И.Ю. Иммигранты как маргинальная группа в структуре общества // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. 2005. Т. 11. № 10. С. 186–192. EDN: RURZZP.
  19. Сизганова Е.Ю., Кайдашова А.К., Чикова И.В. Анализ ценностных ориентаций студентов – будущих государственных и муниципальных служащих в контексте вызовов современности // Перспективы науки и образования. 2020. № 1 (43). С. 258–270. DOI: 10.32744/pse.2020.1.18
  20. Аржанова И.В., Дыдзинская Д.В., Мусина Е.А., Селезнев П.С. Обучение иностранных граждан в опорных вузах Российской Федерации в интересах использования «мягкой силы» // Высшее образование в России. 2019. № 8-9. С. 9–20. DOI: 10.31992/0869-3617-2019-28-8-9-9-20
  21. Crockett, L.J., Iturbide, M.I., Torres Stone, R.A., McGinley, M., Raffaelli, M., Carlo, G. Acculturative Stress, Social Support, and Coping: Relations to Psychological Adjustment among Mexican American College Students. *Cultur Divers Ethnic Minor Psychol.* 2007. Vol. 13. No. 4. P. 347–355. DOI: 10.1037/1099-9809.13.4.347
  22. Крюкова Т.А., Куфтяк Е.В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) // Журнал практического психолога. 2007. № 3. С. 93–112. EDN: YGCFYX.
  23. Вассерман Л.И., Ерышев О.Ф., Клубова Е.Б. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля. СПб.: Изд-во СПбНИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2005. 50 с.
  24. Набиуллина Р.Р., Тухтарова И.В. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом. Казань: Казанская Государственная Медицинская Академия, 2003. 83 с.
  25. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). 2-е изд. М.: Смысл, 2000. 18 с.
  26. Головей Л.А., Рыбалко Е.Ф. Практикум по возрастной психологии. СПб.: Речь, 2002. 694 с.
  27. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. Москва: Смысл, 2006. 63 с.
  28. Яценко Е.Ф. Смысложизненные ориентации, стратегии совладающего поведения и удовлетворенность жизнью у студентов как проблема социальной психологии личности // Психология. Психофизиология. 2021. Т. 14. № 1. С. 88–96. DOI: 10.14529/jpps210109
  29. Набиев М.М. Национально-психологические особенности таджиков и специфика их проявления в этническом общении: автореф. дис. ... канд. психолог. наук. Рос. акад. гос. службы. Москва, 1995. 24 с.

Статья поступила в редакцию 07.02.2023

Accepted for publication 29.03.2023

## References

1. Freud, A. (2022). *The Ego and the Mechanisms of Defence*. London, UK: Routledge, 1992. 204 p. (Russian Translation: Saint Petersburg: Piter, 2018. 160 p.).
2. Celye, H. (1974). *Stress without Distress*. Philadelphia; New York, 1974. 124 p. (Russian Translation by A.N. Luk, I.S. Horol. Moscow: Progress, 1979. 120 p.).
3. Lazarus, R.S. (1966). *Psychological Stress and Coping Process*. New York: McGraw, 466 p.
4. Rasskazova, E., Gordeeva, T. (2011). Coping Strategies in the Psychology of Stress: Approaches, Methods, Perspectives. *Psichologicheskie issledovaniya* (elektron. nauch. zhurn) = *Psychological Studies*. Vol. 4, no. 17, doi: 10.54359/ps.v4i17.850 (In Russ., abstract in Eng.).
5. Hajrullina, Yu.R. (2014). [Features of psychological defense mechanisms and coping strategies in adolescents from dysfunctional families]. *Psikholog* [Psychologist]. No. 5, pp. 1-15, doi: 10.7256/2306-0425.2014.5.13168 (In Russ., abstract in Eng.).
6. Bouchard, G., Guillemette, A., Landry-Leger, N. (2004). Situational and Dispositional Coping: an Examination of their Personality, Cognitive Appraisals and Psychological Distress. *European Journal of Personality*. Vol. 18, pp. 221-238, doi: 10.1002/per.512

7. Brown, S.P., Westbrook, R.A., Challagalla, G. (2005). Good Cope, Bad Cope: Adaptive and Maladaptive Coping Strategies Following a Critical Negative Work Event. *Journal of applied psychology*. Vol. 90, no. 4, pp. 982-998, doi:10.1037/0021-9010.90.4.792
8. Vaillant, G. (2000). Adaptive Mental Mechanisms: Their Role in a Positive Psychology. *American Psychologist*. Vol. 55, no. 1, pp. 89-98, doi:10.1037/0003-066X.55.1.89
9. Saunin, K.S. (2016). [Meanings and Meaning Formation as a Mechanism for the Formation of Person's Moral Orientation] *Uspekhi sovremennoj nauki* [Advances in modern science]. Vol. 1, no. 10, pp. 152-155. Available at: [https://www.elibrary.ru/download/elibrary\\_27433124\\_98987557.pdf](https://www.elibrary.ru/download/elibrary_27433124_98987557.pdf) (accessed 02.02.2023). (In Russ.).
10. Cherepanova, M.I., Domashev, A.N. (2019). [Dynamics of Meaningful Life Orientations of Student Youth in the Process of Studying at a University] *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya* [The World of Science, Culture, Education]. № 1 (74), pp.164-166. Available at: [https://www.elibrary.ru/download/elibrary\\_37247353\\_81133401.pdf](https://www.elibrary.ru/download/elibrary_37247353_81133401.pdf) (accessed 02.02.2023). (In Russ., abstract in Eng.).
11. Abul'khanova-Slavskaya, K.A. (1991). *Strategii zbizni* [Life Strategies]. Moscow: Mysl'. 299 p. ISBN 5-244-00380-1 (In Russ.).
12. Leont'ev, D.A. (1999). *Psibologiya smysla: priroda, stroenie i dinamika smyslovoj real'nosti* [Psychology of Meaning: Nature, Structure and Dynamics of Meaning Reality]. Moscow: Smysl. 488 p. (In Russ.).
13. Frankl, V.E. (1985). *Man's Search for Meaning*. Washington Square Press. 222 p. (Russian Translation: Moscow, Progress, 1999. 368 P.).
14. Sakharova, T.N. (2012). Age Dynamics of Vitally Meaningful Orientations of the Personality. *Vestnik Voronezhskogo gosudarstvennogo tekhnicheskogo universiteta = Bulletin of Voronezh State Technical University*. Vol. 8, no. 10-2, pp. 156-160. Available at: [https://www.elibrary.ru/download/elibrary\\_19131056\\_20582253.pdf](https://www.elibrary.ru/download/elibrary_19131056_20582253.pdf) (accessed 02.02.2023). (In Russ., abstract in Eng.).
15. Chudnovskij, V.E., Bodalev, A.A., Vajzer, G.A., Vahromov, E.E., Karpova, N.L., Suvorov, A.V., Topopova, A.V. (2004). Studying the Problems of the Life Sense and Akme (Age-Related, Professional and Socio-rehabilitation Aspects). *Psibologicheskij zhurnal* [Psychological Journal]. T. 25, no. 1, pp. 129-135. Available at: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_17695342\\_19844796.PDF](https://elibrary.ru/download/elibrary_17695342_19844796.PDF) (accessed 02.02.2023). (In Russ., abstract in Eng.).
16. Spirina, T.A. (2018). Life Meaning Orientation, Essence of Life. *Tendencii razvitiya nauki i obrazovaniya* [Trends of the Science and Education Development]. No. 41-1, pp. 56-59, doi: 10.18411/lj-08-2018-25. (In Russ., abstract in Eng.).
17. Saraeva, E.V., Marakulina, A.S. (2016). [Correction and Facilitation of Meaningful Life Orientations of Students]. *Nauchno-metodicheskij elektronnyj zhurnal "Koncept"* ["Koncept" Scientific-Methodological Electronic Journal]. T. 32, pp. 238-242. Available at: <https://e-koncept.ru/2016/56749.htm> (accessed 01.02.2023) (In Russ.).
18. Lapickaya, I.Yu. (2005). [Immigrants as a Marginal Group in the Structure of Society]. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta im. N.A. Nekrasova = Vestnik of Kostroma State University*. Vol. 11, no. 10, pp. 186-192. Available at: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21143927> (accessed 01.02.2023). (In Russ.).
19. Sizganova, E.Yu., Kaydashova, A.K., Chikova, I.V. (2020). Analysis of the Value Orientations of Students – Future State and Municipal Employees in Terms of Modern Challenges. *Perspektivy nauki i obrazovaniya = Perspectives of Science and Education*. Vol. 43, no. 1, pp. 258-270, doi: 10.32744/pse.2020.1.18 (In Russ., abstract in Eng.).
20. Arzhanova, I.V., Dydzinskaya, D.V., Musina, E.A., Seleznev, P.S. (2019). Foreign Students' Study in the "Flagship Universities" of the Russian Federation within the Context of "Soft Power" Implementation. *Vysshee obrazovanie v Rossii = Higher Education in Russia*. Vol. 28, no. 8-9, pp. 9-20, doi: 10.31992/0869-3617-2019-28-8-9-9-20 (In Russ., abstract in Eng.).

21. Crockett, L.J., Iturbide, M.I., Torres Stone, R.A., McGinley, M., Raffaelli, M., Carlo, G. (2007). Acculturative Stress, Social Support, and Coping: Relations to Psychological Adjustment among Mexican American College Students. *Cultur Divers Ethnic Minor Psychol.* Vol. 13, no. 4, pp. 347-355, doi: 10.1037/1099-9809.13.4.347
22. Kryukova, T.L., Kuftyak, E.V. (2007). [Coping Questionnaire (an Adaptation of the WCQ Methodology)]. *Zhurnal prakticheskogo psikhologa* [Journal of Practical Psychologist]. No. 3, pp. 93-112. Available at: <https://elibrary.ru/item.asp?id=28793406> (accessed 01.02.2023). (In Russ.).
23. Vasserman, L.I., Eryshev, O.F., Klubova, E.B. (2005). *Psihologicheskaya diagnostika indeksa zhiznennogo stilya* [Psychological Diagnostics of the Life Style Index]. St. Petersburg: Publish. SPbNIPNI im. V.M. Bekhtereva, 50 p. (In Russ.).
24. Nabiullina, R.R., Tukhtarova, I.V. (2003). *Mekhanizmy psihologicheskoy zashchity i sovladaniya so stressom.* [Mechanisms for Stress Psychological Defense and Coping]. Kazan: Kazan State Medical Academy, 83 p. (In Russ.).
25. Leont'ev, D.A. (2000). *Test smyslozhiznennykh orientatsii (SZHO).* [Meaningful Orientation Test (LSS)]. 2nd ed. Moscow: Smysl, 18 p. (In Russ.).
26. Golovej, L.A., Rybalko, E.F. (2002). *Praktikum po vozrastnoj psihologii: ucheb. posobie* [Guide on Age Psychology: textbook]. St. Petersburg: Rech', 694 p. (In Russ.).
27. Leont'ev, D.A., Rasskazova, E.I. (2006). *Test zbiznestojkosti.* [Vitality Test]. Moscow: Smysl, 63 p. (In Russ.).
28. Yashchenko, E.F. (2021). Life Purpose Orientations, Coping Strategies and Satisfaction with Life in Students as a Problem of Personality Psychology. *Psihologiya. Psihofiziologiya* [Psychology. Psychophysiology]. Vol. 14, no. 1, pp. 88-96, doi: 10.14529/jpps210109. (In Russ., abstract in Eng.).
29. Nabiev, M.M. (1995). *Nacional'no-psihologicheskie osobennosti tadzhikov i specifika ih proyavleniya v etnicheskom obsbchenii* [National-psychological Tajiks' Characteristics and their Specific Manifestation at Ethnic Communication]: abstract of dis. ... candidate of psychological sciences. Ros. acad. State Services. Moscow, 24 p. (In Russ.).

*The paper was submitted 07.02.2023  
Accepted for publication 29.03.2023*