

Научная статья | Original paper

Отношение китайских студентов российских вузов к психологической помощи и их проблемные переживания

Я. Чэнь ✉

Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена,
Санкт-Петербург, Российская Федерация
✉ 2477826038@qq.com

Резюме

Контекст и актуальность. Проблема представленного здесь исследования заключается в противоречии между объективной потребностью китайских студентов, обучающихся в российских вузах, в психологической поддержке в период академической и социокультурной адаптации и наличием культурных, языковых и организационных барьеров, затрудняющих обращение за профессиональной помощью. Несмотря на рост значимости психологического сопровождения иностранных студентов, особенности отношения китайских студентов к психологической помощи и связь этого отношения с проблемными переживаниями в условиях российского вуза остаются недостаточно конкретизированными. Это затрудняет разработку адресных форм поддержки, учитывающих стигматизацию, страх «потери лица», языковые трудности и специфику адаптации к российской образовательной среде. **Цель.** Выявить особенности отношения китайских студентов, обучающихся в российских вузах, к психологической помощи и установить характер взаимосвязей между компонентами IASMHS (Psychological Openness, Help-Seeking Propensity, Indifference to Stigma), поведенческими индикаторами обращения за помощью и проблемными переживаниями, возникающими в процессе обучения в российских вузах.

Гипотезы. (1) У китайских студентов преобладают культурно обусловленные стигматизирующие установки и страх «потери лица», снижающие готовность обращаться за помощью. (2) Выраженность проблемных переживаний усиливает негативные установки и тревогу. (3) Высокая информированность о возможностях психологической помощи способствует большей готовности обращаться к специалистам. (4) Положительный опыт обращения повышает повторную обращаемость. **Методы и материалы.** В исследовании ($N = 80$; возраст — 20–33 года, $M = 25,00$; $SD = 2,59$) использовались: а) опросник отношения к обращению за услугами в сфере психического здоровья IASMHS (адаптация Вайнштейна и др.); б) авторская анкета (поведенческие аспекты, социально-демографические данные); в) анкета «Проблемные переживания» (на основе методики Л.А. Регуш и др.), дополненная с учетом кросс-культурной специфики. **Результаты.** (1) Большинство респондентов демонстрируют умеренно-позитивное общее отношение к психологической помощи ($M = 85,95$; $SD = 12,52$), но высокий страх стигмы и «потери лица» сохраняется у значимой части.

(2) Наиболее выраженные проблемные переживания приходятся на безопасность ($M = 3,12$; $SD = 1,01$), академическую и административную адаптацию ($M = 2,91$; $SD = 0,93$) и беспокойство о будущем ($M = 2,96$; $SD = 0,93$; карьера, признание диплома). (3) Корреляционный анализ показал, что более высокий уровень проблемных переживаний умеренно отрицательно связан с безразличием к стигме (IS) ($r = -0,25 \dots -0,33$; $p < 0,05$) и снижает итоговый балл IASMHS ($r = -0,23 \dots -0,24$; $p < 0,05$); связи с «Психологической открытостью» и «Склонностью к поиску помощи» не выявлены ($p > 0,05$). (4) Осведомленность о возможностях консультаций ($\phi = 0,868$; $p < 0,01$) значимо повышает фактические обращения, но связь положительного опыта и готовности обращаться повторно оказалась статистически незначимой ($p = 0,144$). **Выводы.** Стигматизация и языковые барьеры остаются ключевыми преградами. Интеграция русско-китайских информационных ресурсов, гарантии анонимности и расширение индивидуальных очных консультаций повышают обращаемость. Рекомендации включают двуязычное информирование, культурно-сенситивные форматы помощи, кураторскую поддержку и совместные программы адаптации, учитывающие конфуцианские ценности и семейные ожидания.

Ключевые слова: китайские студенты, обращение за психологической помощью, стигма, потеря лица, IASMHS, проблемные переживания, аккультурационный стресс, языковой барьер, двуязычное консультирование, университетские психологические службы

Благодарности. Автор выражает признательность всем китайским студентам, принявшим участие в опросах и интервью в рамках данного исследования. Особая благодарность научному руководителю за ценные консультации при выборе методик.

Дополнительные данные. Доступные наборы данных (обезличенные опросные листы и сводные результаты) можно запросить у автора (Чэнь Яньхуэй) по адресу: 2477826038@qq.com

Для цитирования: Чэнь, Я. (2026). Отношение китайских студентов российских вузов к психологической помощи и их проблемные переживания. *Психологическая наука и образование*, 37(4), 114–126. <https://doi.org/10.17759/pse.2026310408>

Attitude to psychological help and problematic experiences of Chinese students studying at Russian universities

Y. Chen ☒

Russian State Pedagogical University in the name of A.I. Herzen,
Saint Petersburg, Russian Federation
☒ 2477826038@qq.com

Abstract

Context and relevance. The problem addressed in this study lies in the contradiction between the objective need of Chinese students studying at Russian universities for psychological support during academic and sociocultural adaptation, and the presence of cultural, linguistic, and organizational barriers that hinder their

access to professional help. Despite the growing recognition of the importance of psychological support for international students, the specific features of Chinese students' attitudes toward psychological help and the relationship between these attitudes and problematic experiences in the context of Russian universities remain insufficiently specified. This impedes the development of targeted support interventions that account for stigmatization, fear of "losing face", language difficulties, and the specifics of adaptation to the Russian educational environment. **Objective.** To comprehensively describe Chinese students' attitudes toward psychological help and examine the associations between IASMHS components (Psychological Openness, Help-Seeking Propensity, Indifference to Stigma), behavioral indicators of help-seeking, and problematic experiences arising during study at Russian universities. **Hypotheses.** (1) Chinese students exhibit culturally driven stigma and fear of "losing face" that reduce help-seeking. (2) The severity of problematic experiences intensifies negative attitudes and anxiety. (3) Adequate awareness of available psychological assistance fosters readiness to seek help. (4) Prior positive counseling experience increases repeated help-seeking. **Methods and materials.** This study ($N = 80$; age 20–33 years, $M = 25,00$, $SD = 2,59$) employed: (a) the IASMHS scale (Mackenzie) adapted by Vainshtein et al.; (b) an original questionnaire (behavioral aspects, demographics); (c) the 'Problematic Experiences' questionnaire (based on L.A. Regush et al.), adapted for cross-cultural specifics. **Results.** (1) Most participants showed moderately positive general attitudes to professional help ($M = 85,95$; $SD = 12,52$), yet stigma and fear of "losing face" persist among a significant portion of respondents. (2) The most pronounced problematic experiences were safety ($M = 3,12$; $SD = 1,01$), academic and administrative adaptation ($M = 2,91$; $SD = 0,93$), and worries about the future ($M = 2,96$; $SD = 0,93$; career and diploma recognition). (3) Spearman correlations showed that higher levels of problematic experiences were moderately negatively associated with Indifference to Stigma (IS) ($r = -0,25 \dots -0,33$; $p < 0,05$) and with the total IASMHS score ($r = -0,23 \dots -0,24$; $p < 0,05$); no associations with Psychological Openness or Help-Seeking Propensity were found ($p > 0,05$). (4) Awareness of available services ($\phi = 0,868$; $p < 0,01$) strongly correlates with actual help-seeking, but no statistically significant link ($p = 0,144$) was found between positive counseling experience and future intentions to seek help again. **Conclusion.** Stigmatization and linguistic barriers remain key obstacles. Integrating Russian-Chinese information resources, ensuring confidentiality, and expanding individual face-to-face consultations may increase help-seeking rates. Recommendations include bilingual information provision, culturally sensitive support formats, mentoring support, and joint adaptation programs that take into account Confucian values and family expectations.

Keywords: Chinese students, help-seeking for mental health, stigma, loss of face, IASMHS, problematic experiences, acculturative stress, language barrier, bilingual counseling, university counseling services

Acknowledgements. The author expresses his gratitude to all Chinese students who participated in surveys and interviews within the framework of this study. Special thanks to the supervisor for valuable advice on the selection of methods.

Supplemental data. The available data sets (anonymized questionnaires and summary results) can be requested from the author (Chen Yan Hui) at: 2477826038@qq.com

For citation: Chen, Y. (2026). Attitude to psychological help and problematic experiences of Chinese students studying at Russian universities. *Psychological Science and Education*, 31(4), 114–126. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/pse.2026310408>

Введение

За последние десятилетия Россия стала популярным направлением для китайских студентов в сфере получения высшего образования. Однако жизнь и учеба в другой культурной среде создают ряд трудностей: языковой барьер, несоответствие учебных традиций и норм академического взаимодействия, отличия в быту и климате. Все это нередко порождает повышенный стресс и серию проблемных переживаний, включая тревожность, депрессивные состояния, одиночество. Острая необходимость в психологической поддержке очевидна, но обращение к специалистам часто затруднено. Исследователи (Shi et al., 2020; Chen et al., 2013) подчеркивают, что в китайской культуре сохраняется стигма вокруг психических проблем, а обращение к психологу может рассматриваться как «потеря лица» — то есть признание собственной «слабости».

Научный интерес к этой проблематике состоит в том, чтобы определить, насколько китайские студенты склонны пользоваться услугами психологов в российских вузах, и как именно выражены их проблемные переживания. По отдельным данным (Smith, Khawaja, 2011), иностранные студенты из Китая чаще проявляют аккультурационный стресс, реже обращаются к консультантам, предпочитая обращаться за советами к соотечественникам. Тем самым накапливаются скрытые эмоциональные конфликты и растет вероятность снижения учебной успеваемости и общего благополучия.

Цель данной работы заключается в том, чтобы 1) комплексно описать отношение китайских студентов к психологической помощи в российских вузах, 2) определить характер проблемных переживаний и 3) выявить, насколько сильно влияет уровень стрессовых состояний (адаптационных, академических, культурных) на намерение или отказ обращаться за помощью. Исследование базируется на многокомпонентной концепции отношения к психотерапии (IASMHS) и учитывает культурные особенности в духе

конфуцианской традиции, включая понятие «сохранения лица».

В первой части работы после постановки проблемы рассматривается краткий обзор ключевых исследований и подходов к вопросу отношений к психологической помощи в кросс-культурном аспекте и анализируются теоретические основания понятия «проблемные переживания». Далее дается описание методологии и процесс сбора эмпирических данных с участием 80 китайских студентов. Наконец, в разделе «Результаты и обсуждение» приводится корреляционный анализ между компонентами отношения к помощи и выраженностью стрессовых переживаний, а также практические выводы для совершенствования университетских служб.

За последние годы в российских работах о социокультурной адаптации иностранных студентов акцент сместился от описания барьеров к сопоставительным обзорам и практикам поддержки. В частности, отмечаются системные различия в трудностях адаптации и в доступности сервисов помощи в вузах; подчеркивается необходимость институциональных мер (навигация по сервисам, работа кураторов, цифровые каналы коммуникации) и регулярного мониторинга состояния иностранных обучающихся (Дьяченко, 2024). К практическим средствам поддержки относят и использование социальных сетей как инструмента социокультурной интеграции, что может снижать стресс и расширять круг социального взаимодействия (Овчинникова, 2023). Наряду с этим описываются типовые проблемы адаптации в российских вузах и дефицит информирования об услугах, доступных иностранным студентам (Оухейш Таха, 2022).

Современные обзоры подчеркивают, что эмоциональные факторы — одиночество, тревога и др. — являются ключевыми медиаторами академической и социальной адаптации (Ундуск, 2021). В сравнительном анализе отечественных и зарубежных работ выделяется рост исследований феномена одиночества в студенческой среде и его связь с показателями благополучия и

учебной мотивации, что делает тему психологической поддержки методологически и практико-ориентированно значимой (Набиева, 2023). Эти результаты согласуются с российским контекстом, где эмоциональные и социальные трудности иностранных студентов фиксируются наравне с академическими (Тихонова, 2023).

Вне этнокультурной специфики современные университетские службы ориентируются на принципы доступности и краткосрочного консультирования. Этому соответствуют внедрение ступенчатых моделей помощи и гибких форматов работы, которые призваны расширять охват, сокращать ожидание и удерживать качество обслуживания в условиях растущего спроса. Публикации демонстрируют реализуемость и эффективность таких подходов в университетской среде и описывают организационные элементы внедрения: первичный скрининг, маршрутизацию по уровням интенсивности и вариативность длительности сессий (Marques, 2024).

Для студенческой популяции независимо от этнокультурных различий устойчиво фиксируются схожие мотивы обращения и барьеры: ведущими основаниями помощи выступают тревога, депрессивная симптоматика и академический стресс, тогда как препятствия остаются стигма, низкая осведомленность о доступных услугах, ограниченность времени и сомнения в доступности и приемлемости сервиса. Причем именно восприятие доступности и качества центра статистически связано с фактическим использованием услуг. Эти выводы консистентно подтверждаются систематическими обзорами и крупными мониторингами студенческой популяции последних лет (Cerolini, 2023; Alvarez-Hernandez, 2024; Eisenberg, 2024).

Эти выводы подтверждаются национальным мониторингом Healthy Minds Study 2023–2024: в выборке $N = 104729$ студентов из 196 колледжей/университетов зафиксированы высокие уровни распространенности депрессии и тревоги ($\text{PHQ-9} \geq 10$ у 38%, $\text{GAD-7} \geq 10$ у 34%), умеренная фактическая обращаемость к услугам за год (консуль-

тирование 36%; среди студентов с положительным скринингом на депрессию/тревогу любой вид помощи 61%), а также значимая роль стигмы как барьера к помощи: 41% согласны с утверждением о «публичной» стигме, тогда как личная стигма фиксируется у 7%. Одновременно видны организационные и мотивационные препятствия: 24% сообщают о нехватке времени, 22% — о финансовых причинах, 14% не знают, куда обращаться, при том, что суммарно 76% отмечают осведомленность о каналах доступа к ресурсам, а 19% предпочитают справляться самостоятельно. Этот макроуровневый профиль прямо резонирует с нашими данными об эффекте информированности и стигматизации на обращаемость и поддерживает акцент на двуязычном информировании и снижении стигмы в университетских службах (Eisenberg, 2024).

В отношении китайских студентов, обучающихся за рубежом, последние публикации выделяют культурно обусловленные барьеры обращения за помощью: страх «потери лица», самостигматизацию и предпочтение неформальных источников поддержки. Показано, что такие установки снижают намерение обращаться к профессионалам, особенно при языковых трудностях и недоверии к локальным службам (Qin и соавт., 2023; Li и соавт., 2022). Одновременно данные указывают: повышение информированности и возможность получить консультацию на родном языке позитивно сказываются на установках и фактической обращаемости (Tap и соавт., 2021).

Последние исследования (2021–2025) задают следующую методологию: (1) важность институциональной доступности и информированности о сервисах поддержки в вузе; (2) центральная роль эмоциональных состояний (в т.ч. одиночества) в адаптации; (3) культурные барьеры помощи у китайских студентов и потенциал двуязычных форматов. Настоящая работа опирается на эти выводы, сопоставляя установки к психологической помощи и проблемные переживания у китайских студентов в российских вузах, с учетом информированности об услугах и языкового фактора.

В работе проверялись следующие гипотезы: (1) у китайских студентов преобладают культурно обусловленные стигматизирующие установки и страх «потери лица», снижающие готовность обращаться за помощью; (2) выраженность проблемных переживаний усиливает негативные установки и тревогу; (3) высокая информированность о возможностях психологической помощи способствует большей готовности обращаться к специалистам; (4) положительный опыт обращения повышает повторную обращаемость.

Таким образом, анализ литературы показывает, что отношение китайских студентов к психологической помощи формируется под влиянием не только индивидуальных установок, но и культурных норм, стигматизации, языковых трудностей и особенностей адаптации в принимающей образовательной среде. Это определило выбор методического инструментария, позволяющего одновременно оценить компоненты отношения к психологической помощи, поведенческие индикаторы обращения и выраженность проблемных переживаний.

Материалы и методы

Исследование проводилось в формате кросс-секционного опроса, включающего анкетирование и анализ взаимосвязей между двумя группами показателей: отношение к психологической помощи — по шкалам опросника IASMHS (Mackenzie et al., 2004, адаптация Вайнштейна и др., 2015) и дополнительной авторской анкеты. Уровень проблемных переживаний — на основе анкеты по типологии (Регуш и др., 2023). Всего в исследовании участвовали 80 студентов из КНР (39 мужчин и 41 женщина) в возрасте от 20 до 33 лет (средний возраст $M = 25,0$ года; $SD = 2,59$), которые обучались по программам бакалавриата, магистратуры и аспирантуры в различных вузах Санкт-Петербурга и Москвы.

Направленность обучения (по самоотчетам в открытом вопросе) была разнородной; укрупненное распределение следующее: искусство/музыка — 19 чел. (23,8%), экономическое/общественные науки/ком-

муникации — 17 (21,2%), педагогическое/лингвистическое — 12 (15,0%), психологическое — 11 (13,8%), техническое/инженерное — 6 (7,5%), IT/технологии — 1 (1,3%), гуманитарное (философия) — 1 (1,3%); ответы 13 участников (16,3%) носили общий характер и не позволили надежно отнести их к указанным категориям.

Срок проживания в России варьировался от менее полугода до более двух лет (72,5% жили в стране свыше двух лет). Распределение по категориям: менее 6 месяцев — 2 чел. (2,5%), 6–12 месяцев — 7 (8,8%), 1–2 года — 13 (16,3%), более 2 лет — 58 (72,5%). Показатель фиксировался как порядковая переменная в 4 категориях; вследствие этого среднее значение и SD для срока проживания не вычислялись.

Первая методика — опросник отношения к обращению за услугами в сфере психического здоровья (IASMHS). Использовался адаптированный вариант (Вайнштейн и др., 2015), переведенный на китайский язык методом обратного перевода. Опросник предъявлялся участникам на китайском языке. Он включает три основных шкалы:

- психологическая открытость (Psychological Openness),
- склонность к поиску помощи (Help-Seeking Propensity),
- безразличие к стигме (Indifference to Stigma).

Суммарный балл отражает общее отношение к обращению за психологической помощью. Ответы даются по 5-балльной шкале.

Авторская анкета была разработана автором исследования для уточнения опыта фактического обращения за помощью (количество обращений, причины, форматы), готовности обращаться (1–5) и барьеров (языковой, финансовый, страх «потери лица»). Анкета включала 15 вопросов. Анкета предъявлялась на китайском языке; текст переведен и обратно переведен независимыми переводчиками с последующим согласованием расходований.

Методика «Проблемные переживания» использовалась в модифицированном виде:

она была дополнена разделами, посвященными: социальной и культурной адаптации; проблемам общения и взаимоотношений; академической и административной адаптации; проблемам здоровья и адаптации к климату; проблемам безопасности; проблемам с использованием интернета и технологий; беспокойству о будущем. Тематические блоки оригинальной разработки были сохранены как основа, дополнены кросс-культурно релевантными вопросами, выявленными по итогам пилотажа. В публикациях с применением методики Л.А. Рёгуш на студенческих выборах сопоставимые данные не обнаружены; доступные отчеты описывают подгрупповую выборку, поэтому прямое сравнение с нашими блоками пока невозможно (Рёгуш и др., 2023).

Каждый пункт оценивается по 5-балльной шкале (1 — «абсолютно не согласен», 5 — «полностью согласен»).

Анкета предъявлялась на китайском языке; использовалась процедура обратного перевода (русский — китайский — русский) и лингвистическая вычитка двуязычными экспертами.

Первичную обработку данных (описательные статистики, проверка распределений) выполняли в SPSS Statistics 26. Выбор непараметрических критериев был обусловлен порядковым характером шкал и отклонением распределений от нормальных в ряде переменных. Спирмен применялся для связи порядковых показателей (шкалы переживаний и компоненты IASMHS), коэффициент ϕ — для двоичных переменных. Сравнение групп по порядковым критериям проводилось непараметрически. Влияние бинарного фактора «наличие положительного опыта обращения» на порядковую оценку готовности к повторному обращению проверялось U-критерием Манна–Уитни (ненормальность распределений и порядковый характер шкалы).

Все участники давали письменное информированное согласие в соответствии с утвержденным в вузе порядком. Исследование соответствовало принципам анонимности и добровольности участия. Данные соби-

рались исключительно в научных целях без медицинских вмешательств. Все инструменты были адаптированы с учетом культурных особенностей и языковой специфики.

С учетом поставленной цели дальнейший анализ был направлен на выявление наиболее выраженных проблемных переживаний, оценку компонентов отношения к психологической помощи и проверку связей между этими группами показателей.

Результаты

На основе итогового «Индекса проблемных переживаний» (среднее арифметическое семи тематических блоков) было выявлено, что студенты наиболее высоко оценивают среди рассмотренных блоков следующие аспекты.

1) Проблемы безопасности ($M = 3,12$; $SD = 1,01$), причем опасения краж и мошенничества оказались наибольшими ($M = 3,20$, $SD = 1,37$).

2) Академическая и административная адаптация ($M = 2,91$; $SD = 0,93$). Наиболее распространенные затруднения — понимание лекций ($M = 3,24$; $SD = 1,32$) и взаимодействие с административными структурами ($M = 2,81$; $SD = 1,28$).

3) Беспокойство о будущем ($M = 2,96$; $SD = 0,93$): преобладают тревога о карьере ($M = 3,54$; $SD = 1,29$) и сомнения в признании диплома ($M = 2,88$; $SD = 1,35$).

По опроснику IASMHS средний итоговый балл (сумма трех шкал) составил 85,95 ($SD = 12,52$) при возможном диапазоне от 24 до 120. Это соответствует умеренно-позитивному отношению к обращению за психологической помощью по шкале IASMHS.

При этом:

— психологическая открытость (PO): $M = 25,71$, $SD = 5,74$;

— склонность к поиску помощи (HSP): $M = 31,48$, $SD = 4,82$;

— безразличие к стигме (IS): $M = 28,76$, $SD = 6,38$.

По данным авторской анкеты поведенческих предпочтений, часть респондентов указывала, что в первую очередь стремится

решать трудности самостоятельно (качественные ответы). Дополнительно, по шкале значимости владения китайским языком специалистом показатель был высоким: $M = 4,13$; $SD = 0,99$ (по шкале от 1 до 5), что отражает восприятие языка консультанта как важного условия обращения за психологической помощью. Готовность обращаться в будущем: $M = 3,72$; $SD = 0,93$; распределение: 2 — 10,0%, 3 — 28,7%, 4 — 40,0%, 5 — 21,2%.

Корреляционный анализ показал, что более выраженные блоки «Здоровье и климат», «Интернет и технологии», «Беспокойство о будущем» и «Безопасность» связаны с меньшим безразличием к стигме. Итоговый балл IASMHS ниже при большей выраженности «Интернета и технологий», «Здоровья и климата» и «Будущего», тогда как связи с «Психологической открытостью» и «Склонностью к поиску помощи» не выявлены ($p > 0,05$).

Рассмотрим результаты поведенческого аспекта: опыта и готовности обращаться за помощью при проблемных переживаниях.

В сумме 37,5% (30 человек) хоть раз обращались к психологам или психотерапевтам, причем 61,3% из них — только один раз. Основные поводы: академический стресс (34%), личные проблемы (26%), эмоциональные расстройства (23%). Около 80% сочли

крайне или весьма важным, чтобы специалист владел китайским языком. «Скорее всего» обратятся — 40%, «Очень вероятно» — 21,3%. Почти 40% испытывают неуверенность. Наиболее предпочитаемы индивидуальные очные консультации ($M = 4,66$; $SD = 0,78$). Групповые занятия получили низкие оценки ($M = 2,44$; $SD = 1,52$), группа поддержки сверстников ($M = 2,74$; $SD = 1,50$). Онлайн-форматы — средние, при этом текстовые чаты вызывают полярные мнения — чат ($M = 2,75$; $SD = 1,53$). Факторы, побуждающие обратиться: гарантия конфиденциальности (53,8%), возможность консультации на китайском (43,8%), положительный прошлый опыт (40,0%).

Основные барьеры: опасение осуждения (32,5%), языковой барьер (30%), сомнения в компетентности специалистов (22,5%).

Изучение влияния «положительного опыта обращения» на повторную готовность (через U-критерий Манна–Уитни) дало тенденцию ($p = 0,144$), а статистически достоверное различие выявлено лишь в уровне комфорта консультаций ($p = 0,006$), что указывает: люди с хорошим опытом менее тревожатся насчет осуждения и видят помощь более «культурно приемлемой».

Полученные эмпирические данные требуют интерпретации с учетом кросс-культурного контекста, поскольку выявлен-

Таблица / Table
Корреляции (r Спирмена) между блоками «Проблемных переживаний» и показателями IASMHS (IS и итоговый балл) ($N = 80$)
Spearman's rank correlation (r) between "Problematic experiences" blocks and IASMHS indicators (IS and total score) ($N = 80$)

Блок «Проблемных переживаний» / Problematic experiences block	«Безразличие к стигме» (IS), r ; p	Итоговый балл IASMHS / Total IASMHS, r ; p
Проблемы здоровья и климата / Health & climate problems	$r = -0,329$; $p = 0,003$	$r = -0,233$; $p = 0,037$
Интернет— и технологические трудности / Internet & tech difficulties	$r = -0,327$; $p = 0,003$	$r = -0,244$; $p = 0,029$
Беспокойство о будущем / Worries about the future	$r = -0,281$; $p = 0,010$	$r = -0,226$; $p = 0,044$
Проблемы безопасности / Safety problems	$r = -0,251$; $p = 0,024$	$r = -0,036$; $p = 0,751$
Индекс проблемных переживаний (интегральный) / Problem experiences index (overall)	$r = -0,323$; $p = 0,003$	$r = -0,207$; $p = 0,065$

ные связи отражают не только индивидуальные различия, но и влияние языковых, социальных и культурных барьеров обращения за психологической помощью.

Обсуждение результатов

Результаты частично подтвердили гипотезы (1)–(3): зафиксированы умеренно отрицательные связи между выраженностью проблемных переживаний и безразличием к стигме/итоговым отношением к обращению, а также показана значимая связь осведомленности о возможностях консультаций с фактическими обращениями ($\phi = 0,868$; $p < 0,01$); гипотеза (4) о влиянии положительного опыта на повторную обращаемость не получила статистически значимой поддержки ($p = 0,144$).

Полученные нами акценты на административных барьерах, языковой сложности и дефиците информирования согласуются с российскими обзорами по социокультурной адаптации иностранных студентов: и системная навигация по сервисам, и работа кураторов, и прозрачная коммуникация университетов остаются ключевыми факторами снижения стресса и повышения обращаемости к помощи (Дьяченко, 2024). Похожие выводы представлены в практико-ориентированных работах о типовых трудностях в российских вузах и роли информирования: недостаток знаний о доступных услугах выступает самостоятельной преградой, даже при наличии потребности в поддержке (Оухейш Таха, 2022).

Полученные результаты подтверждают, что китайские студенты, обучающиеся в российских вузах, действительно подвержены сложности двойной адаптации — одновременно академической и культурной (Berry, 2007; Xu et al., 2017). Параллельно сохраняется культурная стигматизация обращения к психологу (Shi et al., 2020), хотя уровень «Склонности к поиску помощи» относительно высок — 31,48 из 40. Возможно, это свидетельствует о том, что часть студентов в принципе не против идеи психотерапии, но опасается «потерять лицо» в глазах общества, друзей или родственников (Есипов,

2022). В линии теории планированного поведения Айзена (1991) слабое «Безразличие к стигме» может выступать барьером при наличии даже позитивной оценки полезности. Выявленная взаимосвязь ($r = -0,29$; $p = 0,003$) между интегральным показателем проблемных переживаний и «Безразличием к стигме» (IS) согласуется с тем, что в стрессовых ситуациях человек более уязвим к мнению окружающих, меньше готов рисковать репутацией (Corrigan et al., 2015).

Данные по компоненту «Безразличие к стигме» (IS) и важности конфиденциальности перекликаются с результатами российских исследований об установках студентов к психологической помощи: значимую роль играют ожидания оценки со стороны окружающих и доверие к формату/каналу взаимодействия со специалистом (Есипов, Нестерова, 2022). Это также согласуется с моделью, в которой негативные социальные нормы и опасения «потери лица» сдерживают даже тех, кто в целом положительно оценивает пользу консультативной поддержки.

Наблюдаемая потребность консультаций на китайском языке подчеркивает актуальность развертывания двуязычных служб психологической поддержки (Chen et al., 2013). Дополнительно проблема низкой информационной осведомленности о вузовских сервисах ($\phi = 0,868$; $p < 0,01$) подтверждает, что простая доступность информации может служить сильным мотиватором для обращения (Семенова, 2021). С точки зрения форматов, наши данные о предпочтении индивидуальных очных консультаций и значимости родного языка специалиста дополняются российскими наблюдениями об эффективности цифровых каналов при условии обеспечения анонимности и понятной навигации: у части студентов востребованы онлайн-сервисы и консультации в защищенных средах (Семенова, 2021). Параллельно исследования подчеркивают, что социальные сети и онлайн-сообщества могут облегчать социокультурную интеграцию и снижать субъективный стресс иностранных студентов при грамотной модера-

ции и связи с университетскими службами (Овчинникова, 2023).

Необходимо улучшать качество первой консультации, поскольку поверхностная разовая встреча не всегда формирует достаточное доверие к системе (Fung et al., 2007).

Заключение

Цель исследования достигнута: были выявлены особенности отношения китайских студентов, обучающихся в российских вузах, к психологической помощи и установлены связи между отдельными компонентами этого отношения, поведенческими индикаторами обращения за помощью и проблемными переживаниями. Результаты показали, что общее отношение респондентов к психологической помощи является умеренно-позитивным, однако оно сочетается с выраженной чувствительностью к стигме, страхом «потери лица», языковыми трудностями и недостаточной информированностью о доступных формах поддержки.

Первая гипотеза получила частичное подтверждение: культурно обусловленные барьеры и страх стигматизации действительно выявлены, но они не приводят к полностью негативному отношению к психологической помощи. Вторая гипотеза также получила частичное подтверждение: более выраженные проблемные переживания связаны с меньшим безразличием к стигме и снижением итогового показателя IASMHS, однако значимых связей с психологической открытостью и склонностью к поиску помощи не выявлено. Третья гипотеза получила подтверждение в аспекте фактической обрацаемости: информированность о возможности консультаций значимо связана с обращением за психологической помощью. Четвертая гипотеза не получила статисти-

чески значимого подтверждения в части готовности к повторному обращению, хотя положительный опыт был связан с большей комфортностью восприятия консультации.

Рекомендации включают развитие двусторонних индивидуальных консультаций, создание анонимных онлайн-сервисов, организацию информационных кампаний и включение культурно-сенситивных элементов (сочетание европейских и китайских практик саморегуляции). Важно обеспечивать полную конфиденциальность и работать над снижением стигмы.

Дальнейшие исследования желательно направить на контроль эффективности предложенных мер, анализ динамики обращений и мониторинг удовлетворенности китайских студентов консультациями. Предварительный анализ различий по полу в опыте обращения за психологической помощью не выявил статистически значимого эффекта: среди мужчин 33,3% имели такой опыт, среди женщин — 41,5%; $\chi^2(1) = 0,564$; $\phi = 0,084$; $p = 0,453$. С учетом малого эффекта и объема выборки целесообразно повторить проверку на расширенной выборке. Также интересно сравнение с другими группами иностранных учащихся в российских вузах.

Ограничения. Размер выборки ($n = 80$) ограничивает возможность детального анализа отдельных подгрупп (например, по разным уровням владения русским языком). Исследование проводилось на основе самоотчетов, что может приводить к субъективным искажениям.

Limitations. The sample size ($n = 80$) limits the possibility of detailed analysis of individual subgroups (for example, according to different levels of Russian language proficiency). The study was conducted on the basis of self-reports, which can lead to subjective distortions.

Список источников / References

1. Вайнштейн, С.В., Бурдин, М.В., Шабалин, Е.Ю. (2015). Опросник отношения к обращению за услугами в сфере психического здоровья (IASMHS): результаты психометрического анализа русскоязычной версии. *Вестник*

Пермского университета. *Философия. Психология. Социология*, 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/oprosnik-otnosheniya-k-obrascheniyu-za-uslugami-v-sfere-psihicheskogo-zdorovya-iasmhs-rezultaty-psihometricheskogo-analiza> (дата обращения: 27.02.2025).

- Vainshtein, S.V., Burdin, M.V., Shabalin, E.Yu. (2015). The Inventory of Attitudes Toward Seeking Mental Health Services (IASMHS): Psychometric analysis of the Russian version. *Vestnik Perm University. Philosophy. Psychology. Sociology*, 3. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/oprosnik-otnosheniya-k-obrascheniyu-za-uslugami-v-sfere-psihicheskogo-zdorovya-iasmhs-rezultaty-psihometricheskogo-analiza> (viewed: 27.02.2025).
2. Дьяченко, Ю.В. (2024). Российские и зарубежные исследования проблемы адаптации иностранных студентов в высшей школе: сопоставительный анализ. *Вестник науки*, 5(74). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rossiyskie-i-zarubezhnye-issledovaniya-problemy-adaptatsii-inostrannyh-studentov-v-vysshey-shkole-sopostavitelnyy-analiz> (дата обращения: 28.01.2025).
3. Есипов, М.А., Нестерова, А.А. (2022). Социально-психологические факторы отношения студенческой молодежи к психологической помощи. *Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология*. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskie-factory-otnosheniya-studencheskoy-molodezhi-k-psihologicheskoy-pomoschi> (дата обращения: 26.02.2025).
4. Набиева, З.Б. (2023). Сравнительный анализ отечественных и зарубежных исследований феномена одиночества. *Психолог*, 5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sravnitelnyy-analiz-otechestvennyh-i-zarubezhnyh-issledovaniy-fenomena-odinochestva> (дата обращения: 28.01.2025).
5. Овчинникова, М.В. (2023). Использование социальных сетей как средство социокультурной адаптации иностранных студентов. *Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета*, 4(68). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-sotsialnyh-setey-kak-sredstvo-sotsiokulturnoy-adaptatsii-inostrannyh-studentov> (дата обращения: 28.01.2025).
6. Оухейш Таха, Т.М. (2022). Проблемы адаптации иностранных студентов в российских вузах. *Медицина. Социология. Философия. Прикладные исследования*, 6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problemy-adaptatsii-inostrannyh-studentov-v-rossiyskih-vuzah-1> (дата обращения: 28.01.2025).
7. Регуш, Л.А., Алексеева, Е.В., Веретина, О.Р., Орлова, А.В., Пежемская, Ю.С. (2023). Психологические проблемы подростков в реальной и виртуальной среде: методика исследования. *Культурно-историческая психология*, 19(1), 84–96. <https://doi.org/10.17759/chp.2023190111>
8. Семенова, С.В. (2021). Отношение студентов к использованию чат-бота для получения психологической поддержки. *Герценовские чтения: психологические исследования в образовании*, Вып. 4, 536–542. <https://doi.org/10.33910/herzenpsyconf-2021-4-67>
9. Семенова, С.В. (2021). Students' attitudes toward using a chatbot for psychological support. *Gertsenovskie chteniya: psikhologichesk*

- issledovaniya v obrazovanii, Issue 4, 536–542. (In Russ.). <https://doi.org/10.33910/herzenpsyconf-2021-4-67>
9. Ундуск, Е.Н., Кулибаба, Е.С. (2021). Изучение проблемных переживаний и копинг-стратегий подростков, имеющих разный уровень эмоционального интеллекта. *Герценовские чтения: психологические исследования в образовании*, Вып. 4. <https://doi.org/10.33910/herzenpsyconf-2021-4-86>
Undusk, E.N., Kulibaba, E.S. (2021). Studying problem experiences and coping strategies of adolescents with different levels of emotional intelligence. *Gertsenovskie chteniya: psikhologicheskie issledovaniya v obrazovanii*, Issue 4. (In Russ.). <https://doi.org/10.33910/herzenpsyconf-2021-4-86>
10. Ahmedani, B.K. (2011). Mental health stigma: Society, individuals, and the profession. *Journal of Social Work Values and Ethics*, 8(2), 410–416.
11. Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
12. Alvarez-Hernandez, L.R., Childs, E.M., Fatehi, M., Yeo, H. (2024). How perception relates to student utilization of college campus counseling services. *Journal of American College Health*, 72(8), 2738–2746. <https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2129973>
13. Berry, J.W. (2007). Acculturation strategies and adaptation. URL: https://www.researchgate.net/publication/232564006_Acculturation_strategies_and_adaptation (viewed: 20.10.2023).
14. Cerolini, S., Zagaria, A., Franchini, C., Maniaci, V.G., Fortunato, A., Petrocchi, C., Speranza, A.M., Lombardo, C. (2023). Psychological counseling among university students worldwide: A systematic review. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 13(9), 1831–1849. <https://doi.org/10.3390/ejihpe13090133>
15. Chen, F.-P., Lai, G.Y.-C., Yang, L. (2013). Mental illness disclosure in Chinese immigrant communities. *Journal of Counseling Psychology*, 60(3), 379–391. <https://doi.org/10.1037/a0032620>
16. Corrigan, P.W., Larson, J.E., R sch, N. (2015). What is the impact of self-stigma? Loss of self-respect and the «why try» effect. *Journal of Mental Health*, 25(1), 10–15. <https://doi.org/10.3109/09638237.2015.1021902>
17. Corrigan, P.W., Nieweglowski, K., Sayer, J. (2018). Self-stigma and the mediating impact of the «why try» effect on depression. *Journal of Community Psychology*, 46, 587–593. <https://doi.org/10.1002/jcop.22144>
18. Eisenberg, D., Lipson, S.K., Heinze, J., Zhou, S. (2024). 2023-2024 Data Report. URL: https://healthymindsnetwork.org/wp-content/uploads/2024/09/HMS_national_report_090924.pdf (viewed: 18.09.2025).
19. Fisher, E.H., Farina, A. (1995). Attitudes toward seeking professional psychological help: A shortened form and considerations for research. *Journal of College Student Development*, 36, 368–373.
20. Fung, K.M.T., Tsang, H.W.H., Corrigan, P.W. (2007). Measuring self-stigma of mental illness in China and its implications for recovery. *International Journal of Social Psychiatry*, 53(5), 408–418. <https://doi.org/10.1177/0020764007078342>
21. Gulliver, A., Griffiths, K.M., Christensen, H. (2010). Perceived barriers and facilitators to mental health help-seeking in young people: A systematic review. *BMC Psychiatry*, 10, Article 113. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-10-113>
22. Kim, D.H., McWhorter, E.C., Castillo, L.G. (2023). Does mental health literacy predict help-seeking behaviors among depressed Asian international students? *Journal of International Students*, 13(4), 202–220. <https://doi.org/10.32674/jis.v14i3.5090>
23. Li, S. et al. (2022). Measurement invariance of the Self-Stigma of Mental Illness Scale: A cross-cultural study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4), Article 2344. <https://doi.org/10.3390/ijerph19042344>
24. Marques, M., Caetano, S., Xavier, S., Melo, A., Ferreira, A., Martins, J., Lavaredas, C., Silva, B., Morais, S., Moura, D., Madeira, N., Queirós, A., Martins, M.J. (2024). Improving access to mental health care through a stepped care approach: Preliminary results from a university students' sample. *Portuguese Journal of Public Health*, 42(3), 221–230. <https://doi.org/10.1159/000540772>
25. Qin, S., Sheehan, L., Yau, E. et al. (2023). Self-stigma, secrecy, and disclosure among Chinese with serious mental illness. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-023-01176-x>
26. Shi, W., Luo, D., Yang, S., Liu, Z., Hu, J. (2020). Barriers to professional mental health help-seeking among Chinese adults: A systematic review. *Frontiers in Psychiatry*, 11, Article 442. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00442>
27. Smith, R.A., Khawaja, N.G. (2011). A review of the acculturation experiences of international students. *International Journal of Intercultural Relations*, 35(6), 699–713. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2011.08.004>
28. Tan, Y. et al. (2021). Accessibility of mental health support in China and preferences on web-based services for mood disorders: A qualitative study.

Internet Interventions, 26, Article 100475. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2021.100475>
29. Xu, Z., Watzke, S., Zhang, L., Strehle, J. (2017).
Challenging mental health related stigma in

China: Systematic review and meta-analysis II.
Interventions among people with mental illness.
Psychiatry Research, 255, 457–464. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.05.002>

Информация об авторах

Чэнь Яньхуэй, магистр, Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (ФГБОУ ВО РГПУ им. А.И. Герцена), Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-4305-9696>, e-mail: 2477826038@qq.com

Information about the authors

Chen Yanhui, Master's Student, Russian State Pedagogical University in the name of A. I. Herzen, Saint Petersburg, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-4305-9696>, e-mail: 2477826038@qq.com

Конфликт интересов

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Conflict of interest

The author declares no conflict of interest.

Декларация об этике

Исследование было рассмотрено и одобрено Этическим комитетом ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет» (протокол от 10.01.2025 г.).

Ethics statement

The study was reviewed and approved by the Ethics Committee of Moscow State University of Psychology and Education (report no, 2025/01/10).

Поступила в редакцию 02.07.2025
Поступила после рецензирования 06.10.2025
Принята к публикации 11.08.2026
Опубликована 30.08.2026

Received 2025.07.02
Revised 2025.10.06
Accepted 2026.08.11
Published 2026.08.30