УДК 159.9.07 Вестник СПбГУ. Психология. 2026. Т. 16. Вып. 3

Вклад качества романтических чувств в психологическое благополучие российской и китайской студенческой молодежи

Е. Г. Трошихина[a], *Чжан Хаожань*

Санкт-Петербургский государственный университет,
Российская Федерация, 199034, Санкт-Петербург, Университетская наб., 7–9

Для цитирования: *Трошихина Е. Г., Чжан Хаожань.* Вклад качества романтических чувств в психологическое благополучие российской и китайской студенческой молодежи // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2026. Т. 16. Вып. 3. С. 470–482.
https://doi.org/10.21638/spbu16.2026.306

В статье представлены результаты кросс-культурного изучения романтических чувств и психологического благополучия студенческой молодежи. Актуальность исследования определяется необходимостью понимания универсальных и культурно-специфических механизмов влияния романтических переживаний на благополучие студенческой молодежи разных культур. В исследовании приняли участие 200 человек, из них 100 россиян и 100 китайцев, по 50 юношей и 50 девушек в возрасте 18–28 лет (M = 22) со стажем романтических отношений 0,5–1 год. Для изучения романтических чувств использованы методики: шкала любви и симпатии Рубина в модификации Ю. Е. Алешиной и Л. Я. Гозмана; треугольная шкала любви Стернберга в адаптации О. А. Екимчик; стили любви C. Hendrick, S. Hendrick в адаптации О. А. Екимчик и Т. Л. Крюковой. Для изучения психологического благополучия использованы: шкала психологического благополучия Рифф в адаптации Л. В. Жуковской и Е. Г. Трошихиной; опросник смысла жизни Стегера в адаптации С. П. Елшанского; шкала удовлетворенности жизнью Динера в адаптации Е. Н. Осина и Д. А. Леонтьева. Данные обработаны с помощью SPSS: сравнительный анализ по t-критерию Стьюдента, корреляционный анализ Пирсона, дисперсионный, факторный, регрессионный анализ. У юношей преобладают эротические чувства, девушки более сдержанны. Выявлено два фактора романтических чувств: зрелая и незрелая любовь. Зрелая любовь представляет собой гармоничное сочетание эмоциональной близости и осознанной ответственности за партнерство. Незрелая любовь характеризуется эгоистической направленностью и эмоциональной нестабильностью. Чувства зрелой любви усиливают ощущение психологического благополучия, осмысленности и удовлетворенности жизнью российской и китайской студенческой молодежи за исключением российских девушек. Переживание незрелой любви снижает психологическое благополучие юношей, но не девушек. Чувство осмысленности жизни у российских юношей и китайских девушек вызывается переживаниями как зрелой, так и незрелой любви, тогда как для китайских юношей только зрелая любовь значительно усиливает чувство осмысленности жизни.

Ключевые слова: кросс-культурные исследования, любовь, романтические чувства, психологическое благополучие, молодость, студенчество.

[a] Автор для корреспонденции.

© Е. Г. Трошихина, Чжан Хаожань, 2026

The importance of the quality of romantic feelings for the psychological well-being of Russian and Chinese student youth

E. G. Troshikhina[a], *Zhang Haoran*

St. Petersburg State University,
7–9, Universitetskaya nab., St. Petersburg, 199034, Russian Federation

For citation: Troshikhina E. G., Zhang Haoran. The importance of the quality of romantic feelings for the psychological well-being of Russian and Chinese student youth. *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, 2026, vol. 16, issue 3, pp. 470–482. https://doi.org/10.21638/spbu16.2026.306 (In Russian)

The article presents the results of a cross-cultural study of romantic feelings and psychological well-being among student youth. The relevance of the study is determined by the need to understand the universal and culturally specific mechanisms of the influence of romantic experiences on the well-being of student youth from different cultures. The study involved 200 participants: 100 Russian and 100 Chinese young people, including 50 men and 50 women aged 18 to 28 with an average age of 22 and half a year to one year of romantic relationship experience. To study romantic feelings, the following methods were used: Rubin's Love and Liking Scale, Sternberg's Triangular Love Scale, and Hendricks' Love Attitudes Scale. To study psychological wellbeing, the following methods were used: Ryff's Psychological Well-being Scale, Steger's Meaning of Life Questionnaire (MLQ), Diener's Life Satisfaction Scale. The data were processed using SPSS: comparative analysis using Student's *t*-test, Pearson correlation analysis, and variance, factor, and regression analyses. Young men have a predominance of erotic feelings, while young women are more reserved. Two core types of romantic affection were identified: mature love combining emotional intimacy and mutual responsibility, and immature love marked by selfishness and emotional volatility. Mature love generally boosts psychological well-being, life meaning and satisfaction for Russian and Chinese students, excluding Russian young women. Immature love undermines the well-being of young men alone. Both love forms foster life purpose in Russian men and Chinese women, yet only mature love greatly enhances life meaning for young Chinese men.

Keywords: cross-cultural studies, love, romantic feelings, psychological well-being, youth, students.

Введение

Сегодня в России обучается около 20 тыс. китайских студентов, что обусловлено динамичным двусторонним экономическим сотрудничеством России и Китая. В свете интенсивного сближения стран сравнительное изучение китайских и российских студентов представляет особый интерес. В студенческом возрасте происходит активное становление самосознания, решаются задачи личного и профессионального самоопределения, появляется установка на сознательное построение своей жизни, саморазвитие, создание близких отношений.

Актуальность настоящего исследования определяется ключевой ролью романтических отношений в студенческом возрасте, который, согласно теории Э. Эриксона (E. Erikson), является сензитивным периодом для разрешения кризиса «близость против изоляции» (Erikson, 1963). В современной психологии все отчетливее

[a] Author for correspondence.

осознается ограниченность подхода, рассматривающего лишь факт наличия партнера. На первый план выходит проблема качества романтических чувств: возникает вопрос о том, какие именно компоненты этих чувств (эмоциональная близость, страсть, принятие обязательств) вносят решающий вклад в формирование психологического благополучия. Кроме того, в условиях сохранения культурной специфики паттернов социализации и эмоционального реагирования результаты, полученные на западных выборках, не могут быть автоматически перенесены на молодежь России и Китая. Отсутствие сравнительных эмпирических данных о влиянии качества романтических чувств на благополучие в этих двух культурных контекстах и составляет научную проблему данного исследования.

Молодость — наиболее активный период поиска жизненных смыслов. Наличие целей и осмысленность жизненного пути во многом определяют высокое субъективное благополучие молодых людей. Исследования показали, что испытуемые студенческого возраста, имеющие жизненные цели (как реалистичные, так и нереалистичные), более удовлетворены своей жизнью, нежели испытуемые с нечеткими, слабо осознаваемыми целями (Caprara, Cervone, 2003).

На сегодняшний день существует достаточно много понятий, отражающих аспекты благополучия. Так, удовлетворенность жизнью рассматривается как статичная когнитивная составляющая субъективного благополучия (Kushlev et al., 2022). Эмпирические исследования выявили такие предикторы субъективного благополучия, как личностные характеристики, удовлетворение базовых потребностей и материальное благосостояние (Busseri, Erb, 2023). Подтверждена связь субъективного благополучия с хорошим здоровьем, долголетием, просоциальным поведением, профессиональными достижениями (Kushlev et al., 2022; Sonnentag et al., 2023).

В теории психологического благополучия К. Рифф (K. Ryff) его суть рассматривается через экзистенциальное понимание значимости самоактуализации и саморазвития, процессов преодоления, направленного усилия для реализации своего потенциала. Концепция автора сфокусирована на шести измерениях: самопринятие, компетентность, позитивные отношения с другими, автономия, цели в жизни и личностный рост (Ryff, 2023). Другие исследователи, отмечающие эвдемонический характер благополучия, считают, что оно сосредоточено вокруг переживания смысла, включает самоопределение (Э. Деси (E. Deci), Р. Райан (R. Ryan)), самовыражение (А. Ватерман (A. Waterman)) и стремление к целям и деятельности, которые соответствуют ценностям (В. Тов (W. Tov)) (Sonnentag et al., 2023).

Современная молодежь все чаще осознает романтические отношения с партнером не просто как источник привязанности, а как совместную «смысловую мастерскую», где выковывается личное и общее будущее. Романтические отношения, наполненные эмоциональной близостью и взаимной поддержкой, служат пространством, где молодые люди осмысляют свои цели и ценности (Brown, Potter, 2024). К. Белльюмер (K. Bellehumeur) с коллегами показал, что именно качество, а не продолжительность романтических отношений предсказывает высокий уровень осмысленности жизни и низкий уровень депрессии среди канадцев в возрасте от 18 до 29 лет, особенно когда внешний мир воспринимается как угрожающий (Bellehumeur et al., 2022).

В последнее время активно исследуется значение духовности для субъективного и психологического благополучия молодежи, особенно в странах с сильными

культурными религиозными традициями. Духовность переживается как чувство связи с высшей сущностью, как ощущение смысла жизни за пределами себя, приверженность возвышенным убеждениям и соответствие своих действий этическим и моральным принципам. М. Хазана (M. Hasanah) и А. Харис (A. Haris) на выборке студентов исламской школы знатоков Корана ($n = 92$) показали, что духовность сильно влияет на субъективное благополучие ($R^2 = 0{,}813$). Авторы объясняют, что с духовностью молодые люди могут чувствовать присутствие высших сил и получать поддержку в трудные времена (Hasanah, Haris, 2023). Взаимосвязь психологического и духовного благополучия подтверждает исследование, проведенное на 600 индийских студентах (Govind, Steephen, 2024).

Взаимная духовность в паре, преломленная через эмоциональную близость, оказывается важным фактором экзистенциальных поисков и субъективного благополучия молодежи (Koburtay et al., 2023). Л. Д. Кубзански с коллегами показал, что общие положительные эмоции в романтической паре, такие как одновременная радость, формируют устойчивую восходящую спираль смысла, и этим усиливают эвдемоническое благополучие способом, недостижимым для дружеских пар (Kubzansky et al., 2023). Сходные результаты получены Д. Цзе (D. Tse) с коллегами: молодые люди, состоящие в качественных романтических отношениях, испытывают ощущение общего потока, что усиливает чувство жизненной реализации, особенно важное на этапе формирования идентичности (Tse et al., 2022).

Исследование М. Джошанлу (M. Joshanloo) демонстрирует, что положительная эмоциональная окраска жизни и удовлетворенность ею тесно связаны с наличием стабильных положительных переживаний в межличностных отношениях. Межличностная эмоциональная поддержка рассматривается как значимый предиктор устойчивого благополучия (Joshanloo, 2023). Эмоциональные связи, возникающие в романтических отношениях, являются ключевым компонентом психологического здоровья, способствующим стрессоустойчивости и ощущению смысла в жизни. Молодые люди, состоящие в поддерживающих романтических отношениях, демонстрируют более высокие уровни эмоционального и смыслового благополучия (Park et al., 2023).

Нас интересует вопросы о сходстве и различиях романтических чувств российских и китайских юношей и девушек и о том, какого качества романтические чувства способствуют их психологическому благополучию, включая субъективное (удовлетворенность жизнью) и духовное (осмысленность жизни).

Цель исследования — кросс-культурное изучение романтических чувств и их вклада в психологическое благополучие студенческой молодежи. В соответствии с целью исследования были поставлены следующие задачи:

1. Провести сравнительный анализ показателей психологического благополучия и романтических чувств к партнеру в группе российских и китайских юношей и девушек, обучающихся в вузе.

2. Проанализировать вклад романтических чувств в психологическое благополучие в группе российских и китайских юношей и девушек.

Гипотеза исследования: гармоничные романтические чувства к партнеру положительно сказываются на психологическом благополучии, чувстве осмысленности жизни и удовлетворенности жизнью в студенческом возрасте, при этом имеется культурная и половая специфика.

Методы

Выборку составили 200 студентов, обучающихся в вузах России (из них 100 российских и 100 китайских, по 50 юношей и девушек) в возрасте от 18 до 28 лет (M = 22) со стажем романтических отношений от полугода до года. Для изучения романтических чувств использованы следующие методики:

- Шкала любви и симпатии З. Рубина (Z. Rubin) в модификации Ю. Е. Алешиной и Л. Я. Гозмана (Алешина и др., 1987);
- Треугольная шкала любви Р. Стернберга (R. Sternberg) в адаптации О. А. Екимчик, с тремя шкалами: интимность, страсть, обязательства;
- методика «Цвета любви» C. Hendrick, S. Hendrick в адаптации О. А. Екимчик и Т. Л. Крюковой (2009), содержащая шесть стилей любви: агапэ (бескорыстная любовь-самоотдача), эрос (страстная любовь-увлечение), сторге (спокойная и надежная любовь-дружба), прагма (рассудочная любовь по расчету), людус (гедонистическая любовь-игра) и мания (иррациональная любовь-одержимость).

Для изучения психологического благополучия использованы одноименная шкала К. Рифф, включающая показатели: автономность, компетентность, личностный рост, позитивные отношения, жизненные цели и самопринятие (адаптация Л. В. Жуковской и Е. Г. Трошихиной, 2011), а также «Опросник смысла жизни» М. Стегера (M. Steger) с соавторами в адаптации С. П. Елшанского с соавторами (2015) и Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера (E. Diener) в адаптации Е. Н. Осина и Д. А. Леонтьева (2020). Математико-статистическая обработка данных осуществлялась с помощью программы SPSS, с использованием описательных статистик, сравнительного анализа по t-критерию Стьюдента, двухфакторного дисперсионного анализа, корреляционного анализа по Пирсону, факторного анализа методом главных компонент и пошагового регрессионного анализа.

Результаты

Сравнительный анализ психологического благополучия российских и китайских юношей и девушек выявил значимые различия (табл. 1).

Среди компонентов психологического благополучия наиболее высокие средние значения получены у российских девушек по шкалам: автономность, личностный рост, позитивные отношения и общий показатель ($p \leq 0{,}007$). Среднее значение смысла в жизни наиболее высокое у российских юношей, а наиболее низкое у российских девушек (эффект взаимодействия $F = 4{,}501$; $p = 0{,}035$). В целом уровень показателей благополучия находится в области средней выраженности.

Результаты изучения компонентов романтических отношений российских и китайских юношей и девушек представлены в табл. 2.

Получены достаточно высокие средние значения по параметрам любви методик Рубина и Стернберга, причем наиболее высокие — у российских юношей. Среди стилей любви наиболее высокий показатель по стилю «Прагма» у китайских девушек ($p = 0{,}02$), а «Агапэ» и «Эрос» — у российских юношей ($p < 0{,}05$). По типу любви «Сторге» у российских юношей выше среднее значение, чем у девушек ($T = 2{,}186$; $p = 0{,}031$), а у китайцев, наоборот, выше у девушек, чем у юношей ($T = -2{,}782$; $p = 0{,}006$). По стилю

Таблица 1. **Средние значения показателей психологического благополучия российских и китайских юношей и девушек, M (SD)**

Шкалы	Россияне		Китайцы	
	юноши (*n* = 50)	**девушки (*n* = 50)**	**юноши (*n* = 50)**	**девушки (*n* = 50)**
Автономность	27,38 (4,26)	**29,80** (4,59)	28,16 (4,10)	27,74 (3,39)
Компетентность	27,88 (4,75)	28,84 (5,62)	28,20 (4,67)	26,92 (4,44)
Личностный рост	29,14 (4,38)	**32,44** (6,02)	29,50 (3,99)	29,28 (5,37)
Позитивные отношения	27,68 (5,29)	**31,98** (6,24)	28,60 (4,97)	28,92 (5,61)
Жизненные цели	29,72 (4,49)	30,98 (6,41)	29,76 (4,64)	29,64 (4,25)
Самопринятие	30,64 (4,80)	32,08 (5,58)	29,14 (4,29)	29,18 (4,61)
Психологическое благополучие	172,44 (21,7)	**186,12** (26,8)	173,36 (21,6)	171,68 (20,4)
Смысл в жизни	**26,54** (5,07)	23,57 (5,12)	25,09 (4,15)	24,84 (3,60)
Удовлетворенность жизнью	25,64 (6,55)	23,38 (5,33)	23,26 (5,56)	23,42 (5,57)

Примечание: Наибольшие средние значения для каждого показателя отмечены полужирным шрифтом.

Таблица 2. **Средние значения показателей романтических отношений с партнером российских и китайских юношей и девушек, M (SD)**

Шкалы	Россияне		Китайцы	
	юноши (*n* = 50)	**девушки (*n* = 50)**	**юноши (*n* = 50)**	**девушки (*n* = 50)**
Любовь	**22,26** (4,48)	20,42 (5,00)	21,76 (3,21)	21,96 (3,40)
Симпатия	**23,30** (4,00)	20,68 (4,67)	21,40 (3,88)	21,96 (3,48)
Интимность	**7,53** (1,41)	6,60 (1,91)	6,85 (1,34)	7,01(1,17)
Страсть	**7,21** (1,25)	6,34 (1,81)	6,64 (1,15)	6,73 (1,14)
Обязательства	**7,45** (1,58)	6,43 (2,08)	6,82 (1,27)	6,95 (1,24)
Агапэ	**3,96** (0,68)	3,39 (0,89)	3,60 (0,58)	3,60 (0,60)
Мания	3,26 (0,76)	2,85 (0,88)	3,23 (0,56)	3,11 (0,59)
Прагма	3,57 (0,81)	3,16 (0,85)	3,55 (0,55)	**3,65** (0,62)
Сторге	3,79 (0,77)	3,41 (0,96)	3,46 (0,57)	3,77 (0,54)
Людус	3,36 (0,63)	3,03 (0,70)	3,27 (0,50)	3,33 (0,56)
Эрос	**4,12** (0,62)	3,31 (0,80)	3,73 (0,59)	3,76 (0,54)

Примечание: Наибольшие средние значения для каждого показателя отмечены полужирным шрифтом.

любви «Людус» наиболее высокий показатель у российских юношей, а низкий — у российских девушек (эффект взаимодействия $F = 5{,}192$; $p = 0{,}024$).

Для снижения размерности и определения особенностей романтических отношений студенческой молодежи был использован факторный анализ. В группе россиян выявлено два сходных фактора у юношей (73 %) и девушек (76 %). В факторы вошли одни и те же компоненты романтических отношений, но с разными весами (табл. 3).

Таблица 3. **Факторы и факторные нагрузки, полученные на выборке российских юношей и девушек**

Российские юноши			**Российские девушки**		
шкалы	**фактор 1 (55 %)**	**фактор 2 (18 %)**	**шкалы**	**фактор 1 (43 %)**	**фактор 2 (33 %)**
Обязательства	0,944	–	Обязательства	0,882	–
Страсть	0,928	–	Страсть	0,879	–
Интимность	0,919	–	Интимность	0,832	–
Любовь	0,909	–	Эрос	0,811	–
Симпатия	0,820	–	Симпатия	0,779	–
Агапэ	0,809	–	Любовь	0,774	–
Эрос	0,745	–	Агапэ	0,764	–
Сторге	0,723	–	Сторге	0,681	–
Прагма	–	0,818	Людус	–	0,744
Людус	–	0,799	Мания	–	0,599
Мания	–	0,528	Прагма	–	0,584

Фактор 1, названный нами «Зрелая любовь», объединил компоненты методики Стернберга: обязательства, страсть, интимность. Высокие показатели по этим параметрам соответствуют концепции зрелой гармоничной любви, где партнеры сочетают глубокую эмоциональную связь с взаимной поддержкой и стабильностью. Дополнительные шкалы, включенные в этот фактор, подчеркивают целостность отношений, где физическое влечение («Эрос») дополняется осознанным вниманием к потребностям партнера и эмоциональной вовлеченностью («Агапэ» и «Сторге»).

Фактор 2 объединил три стиля любви: «Прагма», «Людус» и «Мания». Прагматичная модель фокусируется на практической выгоде и удобстве партнерства. Людус проявляется как склонность к флирту и поверхностным связям, где важна игривость, азарт и внимание к собственной персоне. Маниакальный стиль выражается в чрезмерной зависимости от партнера, чье наличие становится основой для высокой самооценки. Объединяющей чертой этих стилей является эгоцентричная динамика, что позволило назвать фактор «эгоистичной, или незрелой, любовью».

На группе китайских студентов тоже получено по два схожих фактора для юношей (70 %) и девушек (69 %). В них вошли сходные шкалы с разными весами (табл. 4).

Таблица 4. **Факторы и факторные нагрузки, полученные на выборке китайских юношей и девушек**

Китайские юноши			Китайские девушки		
шкалы	**фактор 1 (52 %)**	**фактор 2 (18 %)**	**шкалы**	**фактор 1 (50 %)**	**фактор 2 (19 %)**
Интимность	0,955	–	Интимность	0,928	–
Обязательства	0,952	–	Страсть	0,907	–
Страсть	0,925	–	Обязательства	0,905	–
Симпатия	0,875	–	Симпатия	0,846	–
Эрос	0,803	–	Любовь	0,833	–
Любовь	0,740	–	Эрос	0,831	–
Прагма	0,607	–	Сторге	0,677	–
Сторге	0,607	–	Прагма	0,440	–
Агапэ	0,553	0,533	Мания	–	0,822
Людус	–	0,857	Агапэ	0,401	0,700
Мания	–	0,781	Людус	–	0,684

Получены сходные факторы на китайской выборке. Основное отличие в том, что в первый фактор «Зрелая любовь» вошел еще стиль «Прагма», а стиль «Агапэ» вошел в оба фактора, при этом для юношей практически с равным весом, а для девушек — с бóльшим весом во второй фактор. Если учесть, что стиль «Прагма» более свойственен китайцам, чем россиянам, можно сказать, что прагматическая составляющая зрелой любви важна для китайцев.

Во второй фактор вошли «Людус», «Мания» и «Агапэ». Нестабильность и несбалансированность отношений — эти характеристики любви объединяют данные стили. Каждый стиль вносит свой вклад в дисбаланс: «Людус» — через избегание обязательств, «Мания» — через навязчивую зависимость, а «Агапэ» — через чрезмерную жертвенность, что в совокупности создает отношения, колеблющиеся между интенсивными взлетами и болезненными падениями. Этот фактор говорит о будоражащих чувствах и одержимости отношениями в сочетании с отсутствием глубинной эмоциональной безопасности, что может приводить к эмоциональному истощению. Этот фактор мы назвали «истощающая, или незрелая, любовь».

Для решения второй задачи был проведен корреляционный анализ Пирсона полученных факторов романтических чувств с показателями психологического благополучия, отдельно в группах российских и китайских юношей и девушек. В табл. 5 представлены полученные значения (r) и уровень значимости (p).

Анализ показал сходную картину взаимосвязей для российских и китайских юношей и китайских девушек. Фактор 1 «Зрелая любовь» положительно связан с удовлетворенностью, осмысленностью жизни и психологическим благополучием, причем для китайской молодежи со всеми компонентами благополучия, а для российских юношей — с компетентностью, личностным ростом и жизненными

Таблица 5. **Показатели корреляций факторов романтических чувств со шкалами психологического благополучия**

Шкалы		F1 Зрелая любовь				F2 Незрелая любовь			
		юноши		девушки		юноши		девушки	
		россияне	китайцы	россияне	китайцы	россияне	китайцы	россияне	китайцы
Автономность	*r*	0,121	0,496**	–0,080	0,082	–0,484**	–0,273	–0,080	0,037
	p	0,402	< 0,001	0,582	0,572	< 0,001	0,055	0,582	0,801
Компетентность	*r*	0,337*	0,299*	–0,080	0,280*	–0,369**	–0,412**	–0,080	–0,186
	p	0,017	0,035	0,581	0,049	0,008	0,003	0,581	0,195
Личностный рост	*r*	0,400**	0,350*	–0,020	0,455**	–0,327*	–0,333*	–0,020	–0,105
	p	0,004	0,013	0,890	0,001	0,021	0,018	0,890	0,469
Позитивные отношения	*r*	0,162	0,309*	–0,076	0,394**	–0,404**	–0,396**	–0,076	–0,286*
	p	0,261	0,029	0,598	0,005	0,004	0,004	0,598	0,044
Жизненные цели	*r*	0,314*	0,487**	0,001	0,320*	–0,313*	–0,259	0,001	–0,139
	p	0,026	< 0,001	0,993	0,023	0,027	0,069	0,993	0,335
Самопринятие	*r*	0,046	0,505**	–0,171	0,466**	–0,473**	–0,267	–0,171	0,092
	p	0,753	< 0,001	0,234	0,001	0,001	0,061	0,234	0,526
Психологическое благополучие	*r*	0,293*	0,500**	–0,088	0,474**	–0,509**	–0,402**	–0,088	–0,149
	p	0,039	< 0,001	0,543	0,001	< 0,001	0,004	0,543	0,302
Смысл в жизни	*r*	0,553**	0,763**	0,215	0,690**	0,349*	0,150	0,048	0,293*
	p	< 0,001	< 0,001	0,134	< 0,001	0,013	0,298	0,739	0,039
Удовлетворенность жизнью	*r*	0,573**	0,454**	–0,092	0,401**	–0,116	–0,006	–0,092	0,077
	p	< 0,001	0,001	0,527	0,004	0,424	0,966	0,527	0,597

Примечания: * Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя). ** Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя).

целями. Фактор 2 «Незрелая любовь» у юношей отрицательно связан с психологическим благополучием, причем для российских юношей со всеми компонентами, а для китайских — с компетентностью, личностным ростом и позитивными отношениями; нет связей с удовлетворенностью жизнью. У российских юношей есть связь с осмысленностью жизни, что отличает их от китайских юношей. У китайских девушек есть связи фактора 2 «Незрелая любовь» со смыслом в жизни и отрицательные — с позитивными отношениями. В группе россиянок взаимосвязей факторов любви с показателями благополучия не выявлено.

Для изучения вклада различных по качеству романтических чувств в психологическое благополучие был проведен регрессионный анализ, где в качестве зависимых переменных выступили показатели психологического благополучия, смысла в жизни и удовлетворенности жизнью, а в качестве предикторов взяты выявленные факторы — зрелая и незрелая любовь. Полученные модели представлены в табл. 6.

Таблица 6. **Результаты анализа вклада факторов «Зрелая любовь» (1) и «Незрелая любовь» (2) в показатели психологического благополучия**

Зависимые переменные	R^2	Предикторы	Бета	Уровень значимости
Российские юноши				
Психологическое благополучие	0,35	Фактор 2	–0,509	< 0,001
		Фактор 1	0,293	0,017
Смысл в жизни	0,43	Фактор 1	0,553	< 0,001
		Фактор 2	0,349	0,003
Удовлетворенность жизнью	0,33	Фактор 1	0,573	< 0,001
Китайские юноши				
Психологическое благополучие	0,41	Фактор 1	0,500	< 0,001
		Фактор 2	–0,402	0,001
Смысл в жизни	0,58	Фактор 1	0,763	< 0,001
Удовлетворенность жизнью	0,21	Фактор 1	0,454	0,001
Китайские девушки				
Психологическое благополучие	0,23	Фактор 1	0,474	0,001
Смысл в жизни	0,42	Фактор 1	0,690	< 0,001
		Фактор 2	0,293	0,004
Удовлетворенность жизнью	0,16	Фактор 1	0,401	0,004

Модели раскрывают вклад чувств любви в психологическое благополучие, осмысленность жизни и удовлетворенность жизнью. Психологическое благополучие юношей описывается регрессионной моделью, объясняющей 35 % общей дисперсии для российских и 41 % для китайских юношей. Выявлено два предиктора: с положительным знаком «Зрелая любовь», а с отрицательным — «Незрелая любовь». Для китаянок фактор зрелой любви оказался единственным предиктором психологического благополучия (R^2=0,23). Для китайских юношей зрелая любовь оказался единственным предиктором смысла в жизни (R^2=0,58). А для китайских девушек и российских юношей наряду с более сильным предиктором — зрелая любовь — незрелая любовь тоже оказалась положительным предиктором осмысленности жизни. Зрелая любовь способствует удовлетворенности жизнью, она оказалась единственным, хотя и слабым ее предиктором.

Для российских девушек не выявлено ни одной подобной модели.

Обсуждение и выводы

В кросс-культурном исследовании приняли участие российские и китайские юноши и девушки в возрасте от 18 до 28 лет со стажем романтических отношений от полугода до года. Анализ психологического благополучия показал, что для молодежи характерен достаточно высокий уровень психологического благополучия,

удовлетворенности жизнью и осмысленности жизни. У российских девушек наиболее высокие показатели психологического благополучия, а у российских юношей — наличия смысла в жизни.

Анализ романтических отношений показал, что в целом респонденты испытывают достаточно сильное чувство любви. При этом у российских юношей наиболее выражена эротическая, преданная и ответственная любовь. По сравнению с россиянами для китайской молодежи, особенно для китайских девушек, более важна прагматичная сторона любви.

Проведенный анализ позволяет дифференцировать романтические чувства на зрелые и незрелые. Зрелая любовь представляет собой гармоничное единство эмоциональной близости и осознанной ответственности за партнерство. Что касается незрелой любви, то здесь наблюдается культурно обусловленная специфика: в российской выборке незрелая любовь проявляется в преобладании прагматичного и эгоцентричного начала. В китайской группе та же категория характеризуется высокой степенью эмоциональной напряженности и нестабильности.

В целом чувства зрелой любви усиливают ощущение психологического благополучия, осмысленности и удовлетворенности жизнью студенческой молодежи. Важность позитивных романтических чувств в поддержании психологического благополучия соотносится с данными М. Джошанлу (Joshanloo, 2023) о том, что межличностная эмоциональная поддержка выступает значимым предиктором ощущения благополучия.

Одним из наиболее интригующих результатов стало отсутствие связи между романтическими чувствами и психологическим благополучием у российских девушек. На первый взгляд, это противоречит самой идее о значимости близких отношений в молодости. Однако такой результат может объясняться спецификой гендерной социализации в российской культуре, где традиционно сильна установка на «служение» и эмоциональную поддержку партнера. Как следует из данных Е. Г. Трошихиной, благополучие российских замужних женщин не столько связано с собственными романтическими чувствами, сколько зависит с психологическим благополучием супруга (Трошихина, 2024). Иными словами, их ощущение благополучия опосредовано успешностью отношений как социального проекта, а не интенсивностью внутренних переживаний любви.

Интересна и обратная сторона этого феномена: незрелая, эгоцентричная и напряженная любовь снижает благополучие юношей в обеих культурах, но не девушек. Это позволяет предположить, что девушки психологически более устойчивы к эмоциональным издержкам отношений или склонны интерпретировать бурные чувства как признак их подлинности, знак глубины уникальной драмы, романтизируя страдания.

Наиболее отчетливо значимость качества романтических чувств проявилась у китайских юношей: у них лишь зрелая гармоничная любовь усиливает ощущение осмысленности жизни. Этот факт может указывать на высокую интернализацию традиционных конфуцианских ценностей, где отношения должны вести к стабильности и порядку, а не к хаосу. Эмоциональная нестабильность (незрелая любовь) для китайского юноши, вероятно, вступает в конфликт с социальной ролью «носителя стабильности», тогда как для российского юноши и китайской девушки сам факт вступления в отношения и реализация возрастной задачи уже дает ощущение осмысленности, даже если отношения неидеальны. Эти данные уточняют выводы

К. Белльюмера с соавторами: качество отношений предсказывает осмысленность жизни только в тех культурно-гендерных группах, где стабильность является приоритетной ценностью (Bellehumeur et al., 2022).

Заключение

Результаты проведенного исследования расширяют существующие данные о специфике романтических переживаний в студенческой среде. Для представителей молодежи обоих полов важным аспектом становится построение партнерских отношений, фундаментом которых выступают взаимное доверие, эмоциональная близость и ответственность. Исследование показало, что качество романтических чувств к партнеру существенно сказывается на психологическом благополучии, чувстве цели в жизни и общей удовлетворенности. Дальнейшими перспективными направлениями исследований может стать поиск закономерностей развития отношений молодежи с акцентом на выявлении неучтенных ранее детерминант, их стабильности и позитивного влияния на психологическое благополучие и качество жизни. В последующих работах имеет смысл уделить внимание взаимовлиянию этнокультурной специфики, субъективного восприятия качества романтических отношений и благополучия сквозь призму вызовов современности.

Литература/References

Aleshina, Yu. E., Gozman, L. Ya., Dubovskaya, E. M. (1987). *Socio-psychological methods of studying marital relations*. Moscow, Moscow University Press. (In Russian)

Bellehumeur, C. R., Bilodeau, C., Kam, C. (2022). Integrating positive psychology and spirituality in the context of climate change. *Frontiers in Psychology,* 9, 1–7. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.970362

Brown, J. L. D., Potter, S. (2024). Integrating the philosophy and psychology of well-being: An opinionated overview. *Journal of Happiness Studies,* 25 (50), 2–28. https://doi.org/10.1007/s10902-024-00763-6

Busseri, M. A., Erb, E. M. (2023). The happy personality revisited: Re-examining associations between Big Five personality traits and subjective well-being using meta-analytic structural equation modeling. *Journal of Personality*, 92 (4), 968–984. https://doi.org/10.1111/jopy.12862

Caprara, G. V., Cervone, D. (2003). A conception of personality for a psychology of human strengths: Personality as an agentic, self-regulating system. In: L. G. Aspinwall, U. M. Staudinger (eds). *A Psychology of Human Strengths: Fundamental Questions and Future Directions for a Positive Psychology* (pp. 61–74). https://doi.org/10.1037/10566-005

Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society* (2nd ed., rev. and enl.). Norton.

Govind, B. D., Steephen, D. C. (2024). Correlates between spiritual well being and psychological well being among adolescent college students on the basis of gender and socio economic status. *Migration Letters*, 21 (52), 1318–1325. Available at: https://migrationletters.com/index.php/ml/article/view/7409 (accessed: 05.10.2024).

Hasanah, M., Haris, A. (2023). Spirituality and subjective well being in Tahfidz students in Islamic boarding school. *Munaddhomah. Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 4, 2, 220–227. https://doi.org/10.31538/munaddhomah.v4i2.380

Joshanloo, M. (2023). Thirteen years of subjective well-being: Within-person association between positive affect, negative affect, and life satisfaction. *International Journal of Mental Health and Addiction*. Available at: https://doi.org/10.1007/s11469-023-01223-7 (accessed: 05.10.2024).

Koburtay, T., Jamali, D., Aljafari, A. (2023). Religion, spirituality, and well-being: A systematic literature review and futuristic agenda. *Business Ethics, the Environment and Responsibility*, 32 (1), 341–357. https://doi.org/10.1111/beer.12478

Kubzansky, L. D., Kim, E. S., Boehm, J. K., Davidson, R. J., Huffman, J. C., Loucks, E. B., Lyubomirsky, S., Picard, R. W., Schueller, S. M., Trudel-Fitzgerald, C., VanderWeele, T. J., Warran, K., Yeager, D. S.,

Yeh, C. S., Moskowitz, J. T. (2023). Interventions to modify psychological well-being: Progress, promises, and an agenda for future research. *Affective Science*, 4 (1), 174–184. https://doi.org/10.1007/s42761-022-00167-w

Kushlev, K., Radosic, N., Diener, E. (2022). Subjective well-being and prosociality around the globe: Happy people give more of their time and money to others. *Social Psychological and Personality Science*, 13 (4), 849–861. https://doi.org/10.1177/19485506211043379

Park, C. L., Kubzansky, L. D., Chafouleas, S. M., Davidson, R. J., Keltner, D., Parsafar, P., Wang, K. H. (2023). Emotional well-being: What it is and why it matters. *Affective Science*, 4 (1), 10–20. https://doi.org/10.1007/s42761-022-00163-0

Ryff, C. D. (2023). The integrative science of eudaimonic wellbeing, past progress and the road ahead. In: E. Rieger, R. Costanza, I. Kubiszewski, P. Dugdale (eds). *Toward an Integrated Science of Wellbeing* (pp. 19–48). Oxford, Oxford University Press.

Sonnentag, S., Tay, L., Nesher Shoshan, H. (2023). A review on health and well-being at work: More than stressors and strains. *Personnel Psychology,* 76 (2), 473–510. https://doi.org/10.1111/peps.12572

Troshikhina, E. G. (2024). Married couples: The significance of psychological wellbeing and subjective loneliness for feelings of love. *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, 14 (1), 113–127. https://doi.org/10.21638/spbu16.2024.107 (In Russian)

Tse, D. C. K., Nakamura, J., Csikszentmihalyi, M. (2022). Flow experiences across adulthood: Preliminary findings on the continuity hypothesis. *Journal of Happiness Studies*, 23 (6), 2517–2540. https://doi.org/10.1007/s10902-022-00514-5

Статья поступила в редакцию 9 октября 2025 г.;
рекомендована к печати 2 апреля 2026 г.
Received: October 9, 2025
Accepted: April 2, 2026

Контактная информация:

Трошихина Евгения Германовна — канд. психол. наук; https://orcid.org/0000-0001-5739-2963, e.troshikhina@gmail.com
Чжан Хаожань — аспирант; https://orcid.org/0009-0005-8336-3214, st097853@student.spbu.ru

Authors' information:

Evgenia G. Troshikhina — PhD in Psychology, Associate Professor; https://orcid.org/0000-0001-5739-2963, e.troshikhina@gmail.com
Zhang Haoran — Postgraduate Student; https://orcid.org/0009-0005-8336-3214, st097853@student.spbu.ru