ИНТЕГРАТИВНАЯ ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ ВОСТОКА: ПОНЯТИЕ, ПРЕДМЕТ И ЭМПИРИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ

Д.Р.Ягудин
ORCID: 0009-0002-5421-9596
dr.yagudin@mail.ru
International School of Finance Technology and Science

Аннотация: Введение. Модели личности, зрелости и помощи, доминирующие в современной психологии, сложились в культурах с независимой Я-концепцией и переносятся на общества Востока как универсальные. Данные культурной психологии и культурной нейронауки описывают различия, но не образуют подхода, пригодного для построения практики. Цель + ввести и обосновать понятие интегративной гуманистической психологии Востока (ИГПВ), определить его предмет и принципы, систематизировать эмпирические основания направления. Методы. Концептуальный анализ; целенаправленный обзор литературы по культурной психологии самости, культурной нейронауке, гуманистической традиции и культурной адаптации интервенций; нарративный обзор 36 систематических обзоров и мета-анализов 2020-2026 гг. (PubMed). Результаты. Понятие введено автором и разрабатывается на базе Научной школы человековедения Международного НейроУниверситета им. Д.Р. Ягудина. ИГПВ определена как направление, рассматривающее человека восточных культур через организацию самопонимания «Я через Мы». Центральный конструкт + связанная самость (четыре состояния); предложены восьмиуровневая модель человека и трёхкомпонентная трактовка эмпатии с ведущей ролью регуляторной составляющей. Эмпирический синтез подтверждает защитную роль социальной поддержки и религиозного копинга, преимущество культурно-адаптированных интервенций и нейробиологические корреляты духовных практик; ни одна из включённых работ не измеряет предлагаемый конструкт. Заключение. ИГПВ предложена как второе, наряду с Нейро Подходом, основание Научной школы человековедения; сформулированы семь проверяемых следствий, условия опровержения и поэтапная программа проверки: Центральная Азия, общества Залива, международное сопоставление.

Ключевые слова: интегративная гуманистическая психология Востока, связанная самость, взаимозависимая Я-концепция, коллективизм, эмпатия, «Я через Мы», религиозность, социальная поддержка, психическое здоровье, культурная адаптация, Центральная Азия

(cc) BY

INTEGRATIVE HUMANISTIC PSYCHOLOGY OF THE EAST: CONCEPT, SUBJECT MATTER, AND EMPIRICAL FOUNDATIONS

D.R.Yagudin
ORCID: 0009-0002-5421-9596
dr.yagudin@mail.ru
International School of Finance Technology and Science

Abstract: Introduction. The models of personality, maturity and psychological help that dominate contemporary psychology emerged in cultures with a predominantly independent self-construal and are transferred to Eastern societies as universal. Evidence from cultural psychology and cultural neuroscience describes differences but does not constitute an approach suitable for building practice. Aim. To introduce and substantiate the concept of Integrative Humanistic Psychology of the East (IHPE), to define its subject and principles, and to systematise its empirical foundations. Methods. Conceptual analysis; a targeted literature review on the cultural psychology of the self, cultural neuroscience, the humanistic tradition and cultural adaptation of interventions; a narrative review of 36 systematic reviews and meta-analyses published in 2020-2026 (PubMed). Results. The concept has been introduced by the author and is being developed at the Scientific School of Human Studies of the International NeuroUniversity named after D. R. Yagudin. IHPE is defined as a direction that views the person of Eastern cultures through the organisation of self-understanding "I through We". The connected self (four states) is proposed as the central construct, together with an eight-level model of the person (culture, self, brain, physiology, psyche, behaviour, environment, education) and a three-component account of empathy in which the regulatory component plays the leading role. The empirical synthesis shows the protective role of social support and religious coping, the higher effectiveness of culturally adapted interventions and neurobiological correlates of spiritual practices; none of the included reviews measures the proposed construct. Conclusion. IHPE is proposed as the second foundation, alongside the NeuroApproach, of the Scientific School of Human Studies; seven testable implications, falsification conditions and a staged verification programme (Central Asia, the Gulf states, international comparison) are formulated.

Keywords: Integrative Humanistic Psychology of the East, connected self, interdependent self-construal, collectivism, empathy, “I through We”, religiosity, social support, mental health, cultural adaptation, Central Asia

(cc) BY

1. Введение

Психологические модели личности, зрелости и помощи, которые воспроизводятся в учебниках, протоколах и популярной литературе, сложились преимущественно в культурах с независимой Я-концепцией: человек мыслится как отграниченное целое, определяемое собственными свойствами, а зрелость + как автономия, отделение от родительской семьи и углублённый самоанализ [26]. Эти модели переносятся на общества Востока как универсальные, хотя значительная часть эмпирической базы психологии получена на выборках западных, образованных, индустриальных, богатых и демократических обществ, нетипичных для человечества в целом [51]. Между тем накоплен массив данных о том, что взаимозависимая организация «Я», при которой семья, род, община и вера входят в определение того, «кто я», меняет мотивацию, эмоциональную регуляцию, эмпатию, совладание и само переживание благополучия [26, 44, 22]. Игнорирование этих различий снижает эффективность психологической помощи и общественных интервенций [20, 38, 41].

Проблема, однако, не в недостатке данных, а в их статусе. Кросс-культурная психология описывает различия, культурная нейронаука показывает их мозговые корреляты, индигенные психологии Китая, Индии и исламского мира разрабатывают понятия изнутри одной традиции, + но ни одно из этих направлений не предлагает интегративной рамки, на которой можно строить теорию личности, диагностику и практику помощи человеку взаимозависимой культуры, не отказываясь от достижений гуманистической психологии и нейронаук. Понятия «коллективизм» и «взаимозависимость» остаются описательными: они констатируют, что человек Востока живёт «через Мы», но не объясняют, каким механизмом «Мы» поддерживает или подрывает его здоровье.

Настоящая статья вводит понятие интегративной гуманистической психологии Востока (ИГПВ). Понятие введено автором и разрабатывается на базе Научной школы человековедения Международного НейроУниверситета им. Д.Р. Ягудина; публикация является первой печатной фиксацией его определения, предмета и структуры. В конструкции школы уровень науки занимает антропотелика + трансдисциплинарная наука о человеке в его движении к собственному предназначению [48]; на уровне парадигмы школа работает двумя оптиками: НейроПодход отвечает на вопрос «как устроен человек», ИГПВ + «в какой культуре он живёт». ИГПВ не является частным приложением общей рамки к региональному материалу: она специфицирует её для культур, в которых самость организована через принадлежность, и образует второе, наряду с НейроПодходом, парадигмальное основание школы.

(cc) BY

Цель + ввести и обосновать понятие ИГПВ, определить его предмет, принципы и место среди смежных подходов, а также систематизировать эмпирические основания направления. Задачи: 1) на основе обзора литературы выявить исследовательскую лакуну; 2) сформулировать определение ИГПВ и отграничить его от смежных подходов; 3) ввести конструкт связанной самости и интегративную модель человека; 4) обобщить эмпирические данные о ключевых культурно-психологических конструктах восточных обществ и их связи с психическим здоровьем; 5) обосновать Центральную Азию как первую эмпирическую площадку и сформулировать программу проверки.

2. Обзор литературы

Исходной точкой служит различение независимой и взаимозависимой самости, предложенное Х. Маркус и С. Китаямой: в первом случае «Я» определяется собственными внутренними атрибутами, во втором + отношениями с другими людьми [26]. Оно опиралось на традицию изучения индивидуализма и коллективизма [52, 67] и получило измерительное выражение в шкалах самоконструала [66]. Последующие работы показали, что дихотомия слишком груба. Мета-анализ Oyserman et al. выявил, что различия между группами зависят от способа измерения индивидуализма и коллективизма и не всегда соответствуют ожидаемым [53]; Vignoles et al. обнаружили не менее семи независимых измерений самопонимания, не сводимых к оси «Восток + Запад» [44]; Gelfand et al. описали «жёсткие» и «мягкие» культуры, различающиеся силой социальных норм и терпимостью к отклонению от них [54]. Для ИГПВ отсюда следуют два вывода: «Восток» нельзя понимать как географическую категорию, а нормы зрелости, выведенные на выборках западных обществ [51], нуждаются в проверке на иных материалах.

Отдельное место занимает модель автономно-реляционной самости Ч. Кагитчибаши, построенная на материале Турции. Её основной тезис состоит в том, что автономия и связанность + независимые измерения: противоположность самостоятельности + не связанность, а зависимость [22]. Согласно «семейной модели эмоциональной взаимозависимости», при урбанизации и росте дохода материальная взаимозависимость поколений ослабевает, тогда как эмоциональная сохраняется [55]. Следовательно, модернизация не ведёт автоматически к независимой самости, а зрелость в тюркском мусульманском обществе не тождественна отделению от семьи. Эта модель служит основой конструкта связанной самости (раздел 4.1.3), а её тезис о модернизации задаёт один из этапов программы проверки (раздел 5.3).

Культурная нейронаука изучает, как культурный опыт отражается в нейронной обработке информации о себе и других. Обзоры фиксируют культурную вариативность нейронных субстратов самопредставления и

(cc) BY

социальной когниции [57, 58]; Kitayama и Uskul предлагают рассматривать культуру как «встроенную в мозг» (embrained) через устойчивое участие в культурных практиках [56]. Для эмоциональной регуляции показано, что социальные издержки подавления экспрессии зависят от культурных ценностей: у носителей азиатских ценностей они меньше, чем у американцев с западноевропейскими ценностями [59]; кросс-темпоральный мета-анализ фиксирует рост подавления экспрессии у китайских детей и подростков [34], а мета-анализ руминации указывает на её разную функцию в восточных и западных культурах [25]. Эти данные описывают корреляты и различия значений одного и того же процесса, но опираются преимущественно на восточноазиатские выборки и сами по себе не объясняют, каким образом культурный уровень связан с уровнем физиологической регуляции.

Систематические обзоры последних лет подтверждают защитную роль социальной поддержки [33, 39] и религиозного копинга [21, 40] и описывают культурно-специфические формы стигмы, связанные с ориентацией на «лицо» и семейностью [20, 31]. Вместе с тем эффекты связанности неоднородны: этническая поддержка и семейные узы не всегда снижают дистресс [39], а значение имеет качество, а не наличие поддержки [32]. Kim et al. показали, что носители восточноазиатских культур реже прибегают к явному обращению за поддержкой из опасения нарушить отношения, тогда как неявная поддержка + присутствие близких без раскрытия проблемы + оказывается для них полезнее [60]. Таким образом, литература фиксирует и ресурсную, и обременяющую стороны связанности, но не предлагает критерия, позволяющего их различать.

Гуманистическая психология исходит из автономной личности, стремящейся к самоактуализации [61]. К. Роджерс описал эмпатическое понимание + способность воспринимать внутренний мир другого с сохранением условия «как будто» + как одно из условий терапевтического изменения [62]. Нейронаука эмпатии уточняет её устройство: Decety и Jackson подчёркивают сохранение различения того, чьё чувство чьё [49]; Zaki и Ochsner выделяют разделение переживания, ментализацию и просоциальную заботу [63]; Singer и Klimecki показали, что эмпатический дистресс и сострадание сопровождаются разными паттернами мозговой активности [50]. В рассмотренных работах регуляторная составляющая эмпатии не соотносится с культурным типом самости: механизм, связывающий организацию «Я» с исходом контакта с другим, остаётся непроверенным.

Модель экологической валидности Bernal et al. описывает измерения культурной адаптации: язык, участников, метафоры, содержание, понятия, цели, методы и контекст [64]. Мета-анализ прямых сравнений показал преимущество культурно-адаптированной психотерапии над неадаптированной [65]; обзоры по

(cc) BY

семьям Южной Азии и арабоязычным беженцам связывают более глубокую адаптацию с более сильными эффектами [41, 14]. Однако организация самости как основание адаптации, как правило, не выделяется в явном виде: адаптация описывается преимущественно через язык, материалы и контекст.

Для Центральной Азии существует собственная традиция: Л.С. Выготский описывал психическую жизнь младенца как исходную общность с взрослым, из которой «Я» выделяется постепенно [4], а экспедиция А.Р. Лурии в Узбекистан показала зависимость форм самоанализа от социально-исторических условий жизни [5]. Современные исследования Научной школы описывают этнопсихологические особенности казахов и узбеков и культурно-нейропсихологические модели коллективизма и индивидуализма [1, 2, 3, 6]. В международных систематических обзорах последних лет регион практически не представлен (раздел 4.2).

Литература обнаруживает четыре лакуны: 1) описательная база по культурам взаимозависимой самости обширна, но не организована в рамку, пригодную для теории личности и практики; 2) связанность описывается и как ресурс, и как бремя, без критерия их различения; 3) регуляторный механизм эмпатии не соотнесён с типом самости; 4) Центральная Азия, где тип самости «Я через Мы» сочетается с тюркской, персидской и исламской традицией, советским опытом модернизации и современной миграцией, практически выпала из международных обзоров. Эти лакуны определяют структуру исследования: понятие и конструкт (раздел 4.1), эмпирический синтез (раздел 4.2), программа проверки (раздел 5.3).

3. Материалы и методы

Работа выполнена в трёх планах. Обзор литературы (раздел 2) + целенаправленный нарративный: отбирались ключевые теоретические, обзорные и мета-аналитические работы по культурной психологии самости, культурной нейронауке, гуманистической психологии и теории эмпатии, культурной адаптации интервенций, а также труды культурно-исторической психологии и публикации Научной школы. Систематический поиск для этого плана не проводился; отбор отражает выбор автора и может не охватывать всей релевантной литературы. Концептуальный план + построение понятия ИГПВ на основе культурной психологии самости [26, 44, 22], культурно-исторической психологии [4, 5] и программных документов Научной школы человековедения. Эмпирический план + нарративный обзор с тематическим синтезом.

Поиск проведён в базе PubMed за 2020-2026 гг.; включены 36 англоязычных публикаций, из них 34 + систематические обзоры и/или мета-анализы, один нарративный обзор и одно кросс-культурное сравнительное исследование [47]. Анализировались работы по Южной, Восточной и Юго-Восточной Азии,

(cc) BY

региону Ближнего Востока и Северной Африки (MENA) и исследования с участием мигрантов из этих регионов. Запрос сочетал термины культурного ареала (East Asia, South Asia, Southeast Asia, Middle East, MENA, Central Asia, Muslim), типа самости (self-construal, interdependen*, collectivis*) и предметной области (mental health, well-being, coping, social support, stigma, intervention) с ограничением по типу публикации (systematic review, meta-analysis) и году. Критерии включения: обзор или мета-анализ, англоязычная публикация, наличие данных по культурам рассматриваемого типа. Критерии исключения: выборки без культурной спецификации, протоколы без результатов, дублирующие публикации. Дополнительно привлечены публикации Научной школы по этнопсихологии казахов и узбеков и по объективной регистрации эмпатического отклика [3, 8].

Синтез включал отбор публикаций по релевантности, выделение повторяющихся тем, группировку результатов по тематическим блокам (культурные основания, религиозность, социальная поддержка, стигма, интервенции, нейробиологические корреляты) и учёт данных о качестве доказательств, приведённых в самих обзорах (GRADE, MMAT, CASP). Для каждого положения направления указывается статус: установленный результат, теоретическое положение или рабочая гипотеза.

Ограничение поиска. PubMed выбран как единственная база, чтобы опереться на работы наивысшего уровня обобщения, однако русскоязычные и национальные издания Узбекистана, Казахстана и сопредельных стран в ней не индексируются. Поэтому вывод о представленности Центральной Азии относится к международному индексируемому корпусу и не распространяется на национальные научные традиции региона; поиск по РИНЦ и национальным базам предусмотрен следующим этапом работы.

4. Результаты

ИГПВ определяется как культурно-ориентированное направление психологии, которое рассматривает личность в культурах Востока через организацию самопонимания «Я через Мы» + через принадлежность к семье, роду, общине и вере + и соединяет три источника знания: данные нейронаук и психофизиологии о культурной настройке психики; гуманистическую традицию с её ценностью самореализации, достоинства и внутренней опоры; знание, накопленное самими восточными традициями (родовая память, смысловые и сакральные системы, телесные практики). Цель направления + не адаптировать человека Востока к западной норме зрелости и не консервировать его в традиции, а вернуть ему идентичность, самодостаточность и внутреннюю устойчивость на его собственном культурном языке.

(cc) BY

Слово «интегративная» указывает на три интеграции: дисциплинарную (нейронаука, психология, культурология, антропология), уровневую (от культуры до физиологии) и практическую (наука на языке традиций, а не вопреки им). «Гуманистическая» фиксирует преемственность с гуманистической психологией в утверждении, что человек стремится к раскрытию потенциала, при расхождении в понимании того, как оно происходит: не вопреки связям, а через них. «Восток» понимается не географически, а как тип культуры самости + общества, в которых «Я» исторически формируется через «Мы» (тюркский, персидский и исламский мир, включая страны Залива, Кавказ, Поволжье, Центральная и Восточная Азия). Методологические основания образуют шесть принципов: наука на языке традиций; родовая и генетическая память как уровень анализа, а не метафора; сакральные и смысловые знания как ресурс регуляции; телесный потенциал (традиционные телесные практики как формы саморегуляции, доступные объективной регистрации); гибкий путь развития (самореализация через принадлежность, а не через разрыв); условия для роста, задаваемые формулой «Я через Мы». Каждый принцип имеет статус теоретического положения.

Направление оперирует тремя понятиями разного уровня: «Я через Мы» + формула способа, которым самость дана человеку (уровень предмета); связанная самость + конструкт, описывающий состояния этой самости (уровень описания); эмпатия в трёхкомпонентной структуре + механизм переходов между состояниями (уровень объяснения).

От кросс-культурной психологии ИГПВ отличается задачей: та сравнивает культуры и описывает различия, ИГПВ строит на различиях теорию личности и практику помощи. От индигенных психологий (китайской, индийской, исламской) + масштабом: те разрабатывают понятия изнутри одной традиции, ИГПВ предлагает рамку для культур с общим типом самости, допуская их внутреннее разнообразие. От классической гуманистической психологии А. Маслоу и К. Роджерса [61, 62] + исходной моделью человека: та исходит из автономного «Я», для которого связи являются условием или помехой самоактуализации, ИГПВ + из «Я через Мы», в котором самоактуализация проходит через род, а не вопреки ему. От нейронаучных подходов + отношением к данным: мозговые корреляты культурных различий рассматриваются как уровень проверки, а не как основание для утверждений об «особой физиологии Востока».

Отсюда три ошибки, которых направление сознательно избегает: биологический эссенциализм («у Востока другой мозг»), культурный детерминизм («география формирует психологию») и романтизация коллективизма («Мы всегда полезно»). Позиция ИГПВ: культура влияет на

(cc) BY

модели самости и социального поведения, а эти модели взаимодействуют с универсальными механизмами психики и физиологической регуляции; конкретные связи подлежат проверке. Межстрановые различия не столь велики, как принято считать, а представления человека о себе имеют не менее семи независимых измерений [44]; «Восток» в ИГПВ + преобладающая культурная модель, а не свойство народов.

Центральным понятием предлагается связанная самость + способность личности сохранять автономию, собственные потребности, границы и ответственность, одновременно осознавая принадлежность, взаимозависимость, поддержку и последствия собственных действий для других. Конструкт опирается на модель Кагитчибаши [22]: пересечение двух независимых измерений даёт четыре состояния самости (табл. 1); конфликт между измерениями рассматривается отдельно, как динамика перехода.

Таблица 1.

Четыре состояния связанной самости и их соответствие кросс-классификации Ч. Кагитчибаши [22]

Состояние	Самопонимание	Автономия	Связанность	Клетка модели Кагитчибаши
Связанное «Я»	«Я остаюсь собой и учитываю систему отношений, частью которой являюсь»	высокая	высокая	автономно-реляционная
Изолированное «Я»	«Я должен справиться сам»	высокая	низкая	автономно-обособленная
Растворённое «Мы»	«Я не имею права хотеть иначе, чем группа»	низкая	высокая	гетерономно-реляционная
Покинутое «Я»	«Я никому не нужен и ни на что не влияю»	низкая	низкая	гетерономно-обособленная

Связанное «Я» ИГПВ рассматривает как полноценный образец зрелости. Изолированное «Я» для носителя взаимозависимой культуры означает потерю основного регуляторного ресурса; растворённое «Мы» + зависимость и давление соответствия; покинутое «Я» + наиболее уязвимое состояние, в котором утрачены и внутренняя опора, и внешняя. Конфликт «Я-Мы» («чтобы остаться собой, я должен потерять отношения») не является пятым состоянием: это переживание автономии и принадлежности как взаимоисключающих, то есть динамика перехода, возникающая при движении между состояниями; его разрешение определяет, окажется ли человек в связанном «Я» или в одном из

(cc) BY

трёх остальных состояний. Механизмом перехода направление считает регуляторную составляющую эмпатии (раздел 4.1.5).

Заимствование типологии Кагитчибаши сделано сознательно: она валидизирована на материале тюркского мусульманского общества и потому пригодна для культурного ареала, с которого начинается программа направления. Собственный вклад ИГПВ состоит в трёх элементах: в описании конфликта «Я-Мы» как динамики переходов, а не самостоятельного состояния; в указании механизма перехода + регуляторной составляющей эмпатии; в уровневой модели, задающей, на каких уровнях каждое положение подлежит проверке. В англоязычных текстах за конструктом закрепляется термин *connected self* как содержательный эквивалент *autonomous-related self*. Из культурно-исторической психологии следует, что «Мы» + не только вариант взрослого самосознания, но и исходная точка развития [4]: культуры различаются не тем, выделяется ли «Я» из «Мы», а тем, сохраняется ли «Мы» как внешняя опора регуляции после интериоризации.

ИГПВ рассматривает человека на восьми взаимосвязанных уровнях: культура (нормы, язык, ценности, исторический опыт, формы принадлежности); самость (способы переживания «Я», «Мы» и границ между ними); мозг (когнитивные, эмоциональные и социальные процессы); физиология (стресс, вегетативная регуляция, возбуждение и восстановление); психика (смыслы, эмоции, мотивация, идентичность, саморегуляция); поведение (решения, коммуникация, сотрудничество, лидерство); среда (семья, группа, профессиональное сообщество, общество); образование (целенаправленное развитие способности к автономии и связанности). Уровни не однородны и не являются онтологическими слоями: культура и среда задают контекст, мозг и физиология + носитель, психика и поведение + реализацию, образование + область направленного вмешательства. Единство модели обеспечивает требование сквозной проверки: положение, сформулированное на верхнем уровне, принимается только при наличии следствий на нижних.

Требование поясняет один пример. На уровне культуры нормативом выступает поддержание социальной гармонии; на уровне самости он реализуется как приоритет связанности над выражением собственной позиции; на психологическом уровне превращается в устойчивую стратегию подавления экспрессии, рост которой у китайских детей и подростков зафиксирован мета-анализом [34]; на уровне мозга и физиологии подавление должно иметь корреляты в вариабельности сердечного ритма и мышечном напряжении, доступные регистрации [8]; на уровне поведения + проявляться в способе разрешения разногласий; на уровне среды + зависеть от плотности социальных обязательств; на уровне образования + быть мишенью направленного развития

(cc) BY

связанной самости. Положение принимается, если прослеживается вся цепь, а не только верхнее звено.

Эмпатия определяется не как свойство личности, не как моральное качество и не как условие терапевтического контакта, а как многокомпонентный механизм связи с тремя составляющими. Первая + *аффективно-соматический резонанс*: непроизвольное разделение состояния другого. Вторая + *принятие перспективы*: различение своего и чужого состояния, удерживающее границу между ними. Третья + *регуляторная составляющая*: сохранение собственной устойчивости при сохранении контакта. Первые две описаны в литературе достаточно полно [49]; направление сосредоточено на третьей, поскольку именно она определяет исход встречи с состоянием другого + различие между эмпатическим дистрессом и состраданием [50]. Принятая в школе формулировка [7]: эмпатия есть не способность почувствовать состояние другого, а способность выдержать его, сохранив собственную устойчивость. Слияние с состоянием другого + не избыток эмпатии, а её дефицит: резонанс сохранён, различение и регуляция утрачены. Поэтому растворённое «Мы» и конфликт «Я-Мы» описываются не как культурная норма и не как недостаток автономии, а как состояния с нарушенной регуляцией внутри сохранной связи.

Трактовка не спорит с гуманистической традицией: роджеровское «как будто» [62] указывает на различение своего и чужого состояния, то есть на вторую и третью составляющие. ИГПВ добавляет к установке специалиста уровень структуры: эмпатия рассматривается как механизм с различимыми составляющими и измеримыми коррелятами. Культурная специфика состоит в соотношении составляющих: норматив социальной гармонии усиливает первые две и предъявляет повышенные требования к третьей + человек обязан откликаться, но не располагает культурно санкционированными формами выхода из отклика, поскольку прямое выражение состояния, отказ от участия и обозначение границы сопряжены с риском нарушить гармонию и утратить лицо. Этим объясняется двойственность данных о связанности (раздел 4.2): защитная роль и одновременно перегрузка при высокой плотности обязательств. Положение имеет статус теоретического; трёхкомпонентная трактовка сформулирована в предшествующей работе направления [7], а протокол регистрации эмпатического резонанса методами электромиографии и электроэнцефалографии [8] делает регуляторную составляющую доступной измерению. Развёрнутое обоснование эмпатико-регуляторной модели выносится в самостоятельную публикацию.

Проанализированный массив охватывает Южную, Восточную и Юго-Восточную Азию и регион MENA; Центральная Азия в нём практически не представлена. Результаты сгруппированы по тематическим блокам.

(cc) BY

Взаимозависимая Я-концепция [26] объединяет большинство проанализированных работ: личность рассматривается как часть социальной сети, где «Мы» предшествует «Я» [17, 18, 23]. В мета-анализе Goering et al. связь моральной идентичности с эмоциональным благополучием оказалась близкой в коллективистских (r = 0,30) и индивидуалистических (r = 0,27) странах без значимого различия [17]; это свидетельствует об устойчивости самой связи, а не о её культурной специфике. Субъективное благополучие китайских студентов формируется в сети взаимозависимых связей, где семейная сплочённость и социальная поддержка выступают базовыми условиями [18]. Семейная центрированность + ключевое проявление коллективизма: в обзоре о качестве жизни лиц, осуществляющих уход, в Восточной Азии выявлены темы «роль», «семейные отношения» и «родительство», отсутствующие в западных моделях; конфуцианская сыновняя почтительность определяет и обязанности по уходу, и восприятие благополучия, а семейный долг может усиливать гендерное неравенство [23]. Забота о старших поколениях рассматривается как моральный долг и коллективная ответственность [35]. Иерархия и дистанция власти проявляются в принятии решений семьёй и старшими врачами в отделениях интенсивной терапии стран MENA [10] и в распределённой ответственности за ребёнка внутри общины, которую не учитывают западные инструменты [9]. Один и тот же процесс получает разное значение в зависимости от организации самости: руминация в восточных культурах может выполнять адаптивную функцию, поддерживая взаимозависимую самость, тогда как аналитический стиль западных культур усиливает атрибуцию дистресса личной несостоятельности [25]; рост экспрессивного подавления у китайских детей и подростков в 2003-2023 гг. (β = 0,278) интерпретируется как адаптация к поддержанию гармонии на фоне усиления социальных стрессоров [34].

Связь религиозности и духовности с чувством связности сильнее в Южной Азии (r+ = 0,226), африкано-исламской зоне (r+ = 0,196) и Иране (r+ = 0,194), чем в протестантской Европе (r+ = 0,066); наиболее сильны эмоциональные, жизненные и смысловые аспекты религиозности [21]. Религиозный копинг и поддержка значимых других облегчают обращение за помощью в странах АСЕАН, тогда как фатализм выступает барьером [40]; у южноазиатских мигрантов вера и практики (пост, молитва) играют центральную роль в совладании с хроническим заболеванием, но могут и создавать трудности [36]. Цифровые ресурсы помогают пожилым мигрантам поддерживать религиозные практики и транснациональные семейные узы [12]. Нейротеологический обзор 105 нейровизуализационных исследований показал измеримые изменения структуры и функции мозга при духовных практиках: устойчиво вовлечены префронтальная и передняя поясная кора, сеть пассивного режима, островок,

(cc) BY

миндалина, гиппокамп; молитва активирует сети социального познания, а кораническая рецитация активирует эмпатические и ментализирующие области сильнее у верующих, чем у слушателей, не знакомых с арабским языком, то есть эффект опосредован значением, а не акустикой [19]. Для ИГПВ это важно в двух отношениях: сакральные и смысловые знания традиции оказываются физиологически действующим уровнем регуляции, а активация сетей социального познания при молитве подтверждает реляционную природу самости + даже в уединении практикующий переживает связь. Роль медиальной префронтальной коры в связи тревожности и воспринимаемой социальной поддержки [28] в культурах с повышенной чувствительностью к социальным сигналам является проверяемой гипотезой направления.

Социальная поддержка положительно связана с благополучием и психическим здоровьем студентов, особенно в коллективистских культурах; в восточных культурах самораскрытие внутри семьи и близких сетей более нормативно, чем обращение к профессионалам [33]. У мигрантов и беженцев социальная связанность буферизует депрессию, тревогу и ПТСР, однако влияние неоднородно: этническая поддержка может отрицательно коррелировать с удовлетворённостью жизнью у мужчин, а семейные узы не всегда снижают дистресс [39]. При хронической боли с качеством жизни связана воспринимаемая поддержка, тогда как отдельные реакции супруга + с интенсивностью боли: значение имеет качество, а не наличие поддержки [32]. Интервенции, усиливающие социальные связи, снижают депрессивную симптоматику у молодых взрослых (SMD = −0,19; 95 % ДИ −0,33…−0,05) [11]. Связь социальной поддержки с академическими результатами в восточных выборках выше (r = 0,261), чем в западных (r = 0,182); авторы приводят различие без проверки его статистической значимости [45]. Семья + ключевой актив для пожилых людей из этнических меньшинств, религиозные общины + доверенные посредники, а концепция бескорыстного служения (seva) интегрирует веру и общественную активность [38]; общинные интервенции для отцов снижают изоляцию [13], а общинные социальные инновации для здорового старения дают совместность и общинную устойчивость [16]. Универсальность механизма подтверждают европейские данные о роли социальной интеграции для здоровья пожилых [46] и высокая социальная отдача программ, поддерживающих связанность (медианное соотношение 5:1) [37]. Для ИГПВ связанность + общечеловеческий, но культурно-опосредованный ресурс; предметом направления является не «сила Мы», а качество и регуляция связи.

Стигма психических расстройств в регионе Тихоокеанского кольца варьирует от 25,4 до 85,2 % (публичная) и от 15 до 94,7 % (самостигма); коллективизм, конфуцианство, ориентация на «лицо» и семейность усиливают

(cc) BY

стигматизирующие установки, а «лицо» распадается на моральное (lian) и социальное (mianzi), образуя регулятор коллективной идентичности [31]. Среди южноазиатов в странах с высоким доходом 67-86 % рассматривают расстройства как психосоциальные, а не биологические проблемы; опасение «потерять лицо» и соматизация препятствуют обращению за помощью [20]. Антистигма-интервенции в Индии многоуровневы, но редко доходят до РКИ и должны учитывать местные верования и роль традиционных целителей [24]. Совладание временных трудовых мигрантов в Восточной и Юго-Восточной Азии опирается на этнические сети и религиозные практики [43]. В терминах ИГПВ стигма + это регуляторная функция «Мы», обращённая против его члена: механизм принадлежности, дающий со-регуляцию, при ригидности превращается во внешний контроль; различение здоровой и ригидной форм + одна из практических задач направления.

Более глубокая культурная адаптация родительских интервенций для южноазиатских семей связана с более сильными и стабильными эффектами (SMD = 0,84-1,48 для когнитивного развития детей) [41]. Программы для арабоязычных беженцев, основанные на экопсихосоциальных рамках и реляционном исцелении с участием сообщества, дают более благоприятные исходы [14]; интервенции для тихоокеанских народов эффективны при партнёрстве с общинами, семьёй и церковью [27]. Коллективные ритмически синхронизированные практики (танцы на площадях) улучшают когнитивные функции и благополучие пожилых китайцев [29]; йога и тайцзи демонстрируют устойчивые эффекты для здоровья при сохранении культурной укоренённости [47]. В обзоре 223 интервенций наибольший эффект показали программы, основанные на устойчивости, самоуправлении и оздоровительных техниках (SMD = 0,72; 95 % ДИ 0,42-1,02) [15]; групповые вмешательства с физическим содержанием наиболее эффективны против одиночества пожилых (SMD = −1,11) [42]. Даже в универсальных контекстах учёт местных условий и социальная поддержка остаются ключевыми фасилитаторами внедрения [30]. Эти результаты подтверждают принцип «наука на языке традиций»: эффективность растёт не тогда, когда практику переносят, а когда её переводят.

5. Обсуждение

Во-первых, конструкты, образующие ядро психологии восточных обществ, + взаимозависимая Я-концепция, семейная центрированность, религиозная укоренённость, социальная гармония и иерархия, культурно-специфические формы стигмы и совладания + подтверждены систематическими обзорами последних лет и определяют базовые механизмы формирования самости, эмоциональной регуляции и социального поведения, а не являются «культурными особенностями» поверх универсальной психологии [17, 18, 23,

(cc) BY

25]. Это согласуется с классическими работами по взаимозависимой самости [26] и с данными культурной нейронауки [56-58]. Однако существующая литература преимущественно описывает различия и эффекты; ИГПВ предлагает механизм + связанную самость, опосредованную регулируемой эмпатией, + и уровневую модель, на которой этот механизм может быть проверен.

Во-вторых, необходимо точно обозначить, что из эмпирической части следует, а что не следует. Включённые обзоры подтверждают существование и устойчивость феноменов, на которых строится направление: связанность защищает, культурная адаптация повышает эффективность вмешательств [41, 65], духовные практики имеют физиологические корреляты [19]. Ни одна из этих работ не измеряет связанную самость, не проверяет типологию её состояний и не исследует регуляторную составляющую эмпатии как отдельную переменную. Следовательно, синтез устанавливает фактическую базу направления и обнаруживает лакуну, но не является проверкой самой модели; проверка составляет содержание программы (раздел 5.3) и на момент публикации не проведена.

В-третьих, неоднородность эффектов связанности + семейный долг как ресурс и как источник стресса, разнонаправленные эффекты этнической поддержки, стигма как обратная сторона принадлежности [23, 39, 31], а также данные о предпочтении неявной поддержки [60] + требует различения здоровой и ригидной связанности, которое задаёт четырёхчастная типология самости. Данные о сохранении эмоциональной взаимозависимости при урбанизации [55] делают осмысленной проверку модели на обществах Залива. Отсутствие Центральной Азии в международных обзорах при наличии в регионе всех условий для проверки определяет эмпирическую стратегию направления.

Эмпирическая часть построена на англоязычных публикациях одной базы за ограниченный период; многие включённые обзоры опираются на исследования с малыми выборками и кросс-секционными дизайнами. Обзор литературы носит целенаправленный, а не систематический характер. Данные культурной нейронауки получены преимущественно на восточноазиатских выборках и переносятся на Центральную Азию по аналогии. Главное ограничение содержательное: конструкт связанной самости не операционализирован, измерительный инструмент для него не разработан, и ни одно положение направления не проверено на собственных эмпирических данных. Понятие ИГПВ, типология состояний самости и трёхкомпонентная трактовка эмпатии имеют статус теоретических положений; соответствие между состояниями самости и паттернами регуляции + статус рабочей гипотезы. Исследования Научной школы по эмпатии носят пилотный характер.

(cc) BY

Направление определяет свою географию не по регионам, а по типу организации самости: первой площадкой выступает ареал, где этот тип выражен наиболее полно и при этом хуже всего изучен. Первый этап + Узбекистан: операционализация понятий «Я», «Мы», связанной самости, автономии и связанности; создание и адаптация психометрических инструментов; исследования одиночества, социальной поддержки, стресса и благополучия; психофизиологические исследования регуляции (вариабельность сердечного ритма, электромиография, электроэнцефалография [8]); образовательные интервенции, развивающие связанную самость; межпоколенческие и региональные сравнения внутри страны. Особого внимания требуют институты связанности + семья, межпоколенческие отношения, махалля, профессиональное сообщество: их нельзя автоматически объявлять психологически полезными, задача состоит в том, чтобы установить, когда связанность становится ресурсом, а когда превращается в давление, конформизм или утрату автономии. Второй этап + сравнение с Казахстаном, Кыргызстаном, Таджикистаном и Туркменистаном: обществами того же ареала, различающимися темпом урбанизации, миграционным профилем и языковой ситуацией; вопрос в том, воспроизводится ли структура связанной самости внутри ареала. Третий этап + общества Залива, прежде всего ОАЭ, где устойчивая семейная и религиозная организация связанности сочетается с предельной урбанизацией, доходом и институциональной модернизацией. Это прямое испытание допущения, что модернизация сдвигает самость к независимой модели: если структура связанной самости сохраняется, культурный тип самости относительно независим от экономического развития (что согласуется с [55]); если нет + модель требует модернизационного параметра. Оба исхода информативны. Четвёртый этап + сопоставление с опубликованными данными по Южной, Восточной и Юго-Восточной Азии. Каждый этап выполняется совместно с исследовательскими коллективами соответствующих стран, поскольку операционализация понятий и адаптация инструментов без носителей языка и культуры воспроизводит ошибку переноса, от которой направление отталкивается; результаты планируется издавать отдельными монографиями по странам в соавторстве с местными исследователями.

Проверяемые следствия. Из модели вытекают семь утверждений, допускающих эмпирическую проверку: 1) в выборках с преобладанием взаимозависимой самости автономия и связанность окажутся независимыми, а не полюсами одной шкалы; 2) благополучие будет выше в состоянии связанного «Я», чем в любом из трёх остальных, и ниже всего в состоянии покинутого «Я»; 3) связь плотности социальных обязательств с восстановлением окажется нелинейной + защитной при умеренной плотности и обращающейся в перегрузку

(cc) BY

при высокой; 4) растворённое «Мы» будет характеризоваться сохранным аффективным резонансом при сниженном различении своего и чужого состояния; 5) регуляторная составляющая эмпатии предскажет переход из конфликта «Я-Мы» в связанное «Я» лучше, чем выраженность резонанса; 6) культурно-адаптированные интервенции дадут тем больший эффект, чем в большей мере адаптация затрагивает форму участия близких, а не только язык и материалы; 7) структура связанной самости сохранится в обществах с высоким уровнем модернизации при условии сохранения институтов связанности.

Условия опровержения. Модель будет признана неверной, если автономия и связанность в выборках рассматриваемого типа окажутся полюсами одной шкалы; если показатели благополучия не будут различаться между четырьмя состояниями самости; если регуляторная составляющая эмпатии не обнаружит связи с переходами между состояниями; если культурная адаптация вмешательств не даст прироста эффекта при контроле прочих условий. Наличие таких условий отличает исследовательскую программу от описательной схемы. Каждое положение направления маркируется степенью доказательности: установленный результат, теоретическое положение, рабочая гипотеза или предлагаемая модель.

6. Заключение

В статье на базе Научной школы человековедения Международного НейроУниверситета им. Д.Р. Ягудина введено понятие интегративной гуманистической психологии Востока + культурно-ориентированного направления, рассматривающего личность через организацию самопонимания «Я через Мы» и соединяющего данные нейронаук, гуманистическую традицию и знание самих восточных традиций. Обзор литературы выявил четыре лакуны: отсутствие интегративной рамки, отсутствие критерия различения ресурсной и обременяющей связанности, непроверенность регуляторного механизма эмпатии и отсутствие Центральной Азии в международных обзорах. Предложены центральный конструкт + связанная самость с четырьмя состояниями (связанное «Я», изолированное «Я», растворённое «Мы», покинутое «Я») при рассмотрении конфликта «Я-Мы» как динамики переходов, + восьмиуровневая интегративная модель человека и трёхкомпонентная трактовка эмпатии, в которой ведущая роль принадлежит регуляторной составляющей. Отношение типологии к кросс-классификации Кагитчибаши указано прямо, а собственный вклад направления очерчен тремя элементами.

Эмпирический синтез 36 систематических обзоров и мета-анализов 2020-2026 гг. устанавливает фактическую базу направления: социальная связанность и религиозный копинг выступают протективными факторами, культурно-адаптированные интервенции эффективнее универсальных, духовные практики

(cc) BY

имеют измеримые нейробиологические корреляты, а эффекты связанности неоднородны. Ни одна из включённых работ не измеряет предлагаемый конструкт, что определяет содержание дальнейшей работы: сформулированы семь проверяемых следствий и условия, при которых модель будет признана неверной. Центральная Азия определена как первая эмпирическая площадка, далее + общества Залива, прежде всего ОАЭ, и международное сопоставление с Южной, Восточной и Юго-Восточной Азией.

Итоговая формула ИГПВ: человек не должен выбирать между «Я» и «Мы». Зрелость состоит в способности быть собой внутри отношений и действовать вместе, не растворяя собственную личность. Для Научной школы человековедения это направление служит мостом между культурной психологией Востока и интегративной нейронаукой + от описания культурных различий к проверяемым моделям регуляции, отношений и развития человека.

Использованная литература

1. Айдарова Д.С. Коллективизм и индивидуализм в межэтническом общении // Maktabgacha va maktab ta'limi. 2025. Т. 3.

2. Айдарова Д.С. Межэтническое взаимодействие в культурных координатах Востока и Запада // Maktabgacha va maktab ta'limi. 2025. Т. 3, № 9. DOI: 10.5281/zenodo.17163869.

3. Айдарова Д.С. Этнопсихологические особенности казахов и узбеков // Maktabgacha va maktab ta'limi. 2025. Т. 3. DOI: 10.5281/zenodo.17474104.

4. Выготский Л.С. Младенческий возраст // Выготский Л.С. Собрание сочинений: в 6 т. Т. 4 / под ред. Д.Б. Эльконина. М.: Педагогика, 1984. С. 269-317.

5. Лурия А.Р. Об историческом развитии познавательных процессов: экспериментально-психологическое исследование. М.: Наука, 1974. 172 с.

6. Ягудин Д.Р., Айдарова Д.С. Коллективизм и индивидуализм как культурно-нейропсихологические модели мышления // Modern research on the way to a new scientific revolution: сб. ст. III Foreign International Scientific Conference. СПб.: ГНИИ «Нацразвитие», 2026. ISBN 978-5-00213-637-7. DOI: 10.37539/260326.2026.48.41.013.

7. Ягудин Д.Р. Роль эмпатии как механизма психологической реабилитации // Zamonaviy jamiyat va innovatsiyalar. 2026. № 7, ч. 2. С. 446-452.

8. Рыжова Е.Г., Кюршева Е.А., Вавилова В.А., Забиров С.Ш., Ягудин Д.Р. Объективная оценка эмпатического резонанса: комбинированное применение миографии и ЭЭГ-метода // Общество: социология, психология, педагогика. 2025. № 10. DOI: 10.24158/spp.2025.10.7.

(cc) BY

9. Abdullah, A., & Thattengat, R. (2025). Child neglect as a culture-based concept: A systematic review and implications for studying and measuring child neglect. Child Abuse & Neglect, 161, 107261. DOI: 10.1016/j.chiabu.2025.107261.

10. Almalki, N., Boyle, B., & O'Halloran, P. (2024). What helps or hinders effective end-of-life care in adult intensive care units in Middle Eastern countries? A systematic review. BMC Palliative Care, 23(1), 87. DOI: 10.1186/s12904-024-01413-7.

11. Alvarez, C. V., Mirza, L., Das-Munshi, J., & Oswald, T. K. (2024). Social connection interventions and depression in young adults: a systematic review and meta-analysis. Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 59(11), 1905-1920. DOI: 10.1007/s00127-024-02722-1.

12. Amoah, P. A., Ameyaw, E. K., Bhowmik, M. K., Adotey, P. N., & Donkor, A. (2026). Digital resources and social connectedness among ethnic minority older adults: Systematic review and meta-analysis. JMIR Aging, 9(1), e84962. DOI: 10.2196/84962.

13. Baldwin, S., Gilroy, V., & Kendall, S. (2026). Community-based interventions to promote paternal mental wellbeing and prevent poor mental health during the perinatal period: a mixed methods systematic review. Frontiers in Public Health, 14, 1823143. DOI: 10.3389/fpubh.2026.1823143.

14. Bashmi, L., Silove, D., Brayne, C., Kuhn, I., & Boyd, E. (2026). A systematic review of MHPSS interventions targeting non-clinical Arabic-speaking refugees and/or displaced populations in the MENA region. BMJ Global Health, 11(1), e021128. DOI: 10.1136/bmjgh-2025-021128.

15. Blodgett, J. M., Birch, J. M., Musella, M., Harkness, F., & Kaushal, A. (2022). What works to improve wellbeing? A rapid systematic review of 223 interventions evaluated with the Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scales. International Journal of Environmental Research and Public Health, 19(23), 15845. DOI: 10.3390/ijerph192315845.

16. Ghiga, I., Pitchforth, E., Lepetit, L., Miani, C., Ali, G.-C., & Meads, C. (2020). The effectiveness of community-based social innovations for healthy ageing in middle- and high-income countries: a systematic review. Journal of Health Services Research & Policy, 25(3), 202-210. DOI: 10.1177/1355819619888244.

17. Goering, M., Espinoza, C. N., Mercier, A., Eason, E. K., Johnson, C. W., & Richter, C. G. (2024). Moral identity in relation to emotional well-being: a meta-analysis. Frontiers in Psychology, 15, 1346732. DOI: 10.3389/fpsyg.2024.1346732.

18. He, J., & Rameli, M. R. M. (2026). A systematic review of predictors of college students' subjective well-being: evidence from pre- and post-pandemic literature. Frontiers in Public Health, 14, 1793063. DOI: 10.3389/fpubh.2026.1793063.

(cc) BY

19. Husain, W., Jahrami, H., Wausqa, U. T., Farooq, M., Tariq, Z., Ammar, A., Trabelsi, K., Al-Mahari, Z., Saif, Z., Pandi-Perumal, S. R., et al. (2026). The neuroscience of religious and spiritual practices: A systematic review of neurotheological evidence. Brain and Behavior, 16(1), e371733. DOI: 10.1002/brb3.71733.

20. Jain, R., Kakuma, R., Singla, D. R., Andresen, K., Bahkali, K., & Nadkarni, A. (2025). Explanatory models of common mental disorders among South Asians in high-income countries: A systematic review. Transcultural Psychiatry, 62(2), 241-264. DOI: 10.1177/1364615241296302.

21. Jeserich, F., Klein, C., Brinkhaus, B., & Teut, M. (2023). Sense of coherence and religion/spirituality: A systematic review and meta-analysis based on a methodical classification of instruments measuring religion/spirituality. PLoS ONE, 18(8), e0289203. DOI: 10.1371/journal.pone.0289203.

22. Kağıtçıbaşı, Ç. (2005). Autonomy and relatedness in cultural context: Implications for self and family. Journal of Cross-Cultural Psychology, 36(4), 403-422. DOI: 10.1177/0022022105275959.

23. Kamono, E., Tanaka, M., Tamori, H., Takai, M., Honda, K., Ogawa, K., Ujino, Y., Seino, M., Shiroiwa, T., & Hoshino, E. (2025). Conceptual framework for caregivers' quality of life and well-being supporting children with special health and medical needs in East Asia: a systematic review and narrative synthesis. Quality of Life Research, 34, 3471-3484. DOI: 10.1007/s11136-025-03999-8.

24. Kaur, A., Kallakuri, S., Kohrt, B. A., Heim, E., Gronholm, P. C., Thornicroft, G., & Maulik, P. K. (2020). Systematic review of interventions to reduce mental health stigma in India. Asian Journal of Psychiatry, 55, 102466. DOI: 10.1016/j.ajp.2020.102466.

25. Li, J. H., Jobson, L., Moulds, M. L., Kwon, H., Nolen-Hoeksema, S., Chang, E. C., Tsai, W., Schunk, F., Trommsdorff, G., Nakao, G., Wong, N., et al. (2026). Cultural differences in the association between rumination and psychopathology: A systematic review and exploratory meta-analysis. Journal of Clinical Psychology, 82(6), 995-1015. DOI: 10.1002/jclp.23789.

26. Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. Psychological Review, 98(2), 224-253. DOI: 10.1037/0033-295X.98.2.224.

27. Matenga-Ikihele, A., McCool, J., Dobson, R., Fa'alau, F., & Whittaker, R. (2021). The characteristics of behaviour change interventions used among Pacific people: a systematic search and narrative synthesis. BMC Public Health, 21(1), 435. DOI: 10.1186/s12889-021-10420-9.

28. Navarro-Nolasco, D. A., Chi-Castaneda, D., Lopez-Meraz, M. L., Beltran-Parrazal, L., & Morgado-Valle, C. (2025). The medial prefrontal cortex as a proposed

(cc) BY

regulatory structure in the relationship between anxiety and perceived social support: a review. BMC Psychology, 13(152), 1-29. DOI: 10.1186/s40359-025-02449-x.

29. Ou, K.-I., Wong, M. Y. C., Chung, P. K., & Chui, K. Y. K. (2022). Effect of square dance interventions on physical and mental health among Chinese older adults: A systematic review. International Journal of Environmental Research and Public Health, 19(10), 6181. DOI: 10.3390/ijerph19106181.

30. Pollock, A., Campbell, P., Cheyne, J., Cowie, J., Davis, B., McCallum, J., McGill, K., Elders, A., Hagen, S., McClurg, D., Torrens, C., & Maxwell, M. (2020). Interventions to support the resilience and mental health of frontline health and social care professionals during and after a disease outbreak, epidemic or pandemic: a mixed methods systematic review. Cochrane Database of Systematic Reviews, 2020(11), CD013779. DOI: 10.1002/14651858.CD013779.

31. Ran, M.-S., Hall, B. J., Su, T. T., Prawira, B., Breth-Petersen, M., Li, X.-H., & Zhang, T.-M. (2021). Stigma of mental illness and cultural factors in Pacific Rim region: a systematic review. BMC Psychiatry, 21(1), 168. DOI: 10.1186/s12888-021-03159-5.

32. Rinaudo, C. M., Van de Velde, M., Steyaert, A., & Mouraux, A. (2025). Navigating the biopsychosocial landscape + A systematic review on the association between social support and chronic pain. PLoS One, 20(4), e0321750. DOI: 10.1371/journal.pone.0321750.

33. Ruihua, L., Hassan, N. C., Qiuxia, Z., Sha, O., & Jingyi, D. (2025). A systematic review on the impact of social support on college students' wellbeing and mental health. PLoS One, 20(7), e0325212. DOI: 10.1371/journal.pone.0325212.

34. Sang, B., Zhang, X., Wei, X., Gong, J., Hu, N., & Liu, J. (2025). Changes of emotion regulation strategies in Chinese children and adolescents during 2003-2023: A cross-temporal meta-analysis. Acta Psychologica, 260, 105557. DOI: 10.1016/j.actpsy.2025.105557.

35. Savino, M., De Luca, L., Nocentini, A., & Menesini, E. (2026). Intergenerational interventions and their impact on active aging: A systematic review. International Psychogeriatrics, 38(1), 100142. DOI: 10.1016/j.inpsyc.2026.100142.

36. Selvaratnam, N. C., Koo, F. K., Ekanayake, K., & Arora, A. (2026). The influence of culture and religion on the self-management of type 2 diabetes in South Asian migrants: a systematic review. BMC Public Health, 26(2604), 1-19. DOI: 10.1186/s12889-026-27776-5.

37. Sillcox, C., Shapiro, E., Rodriguez-Barizonte, A., Hahn-Goldberg, S., Anderson, M., Sahakyan, Y., & Sander, B. (2026). Social return on investment of interventions supporting aging in place: A systematic review. JAMDA, 27(106177), 1-6. DOI: 10.1016/j.jamda.2026.106177.

(cc) BY

38. Sobo-Allen, L., Miller, R., & Bond, L. (2026). An understanding of 'strengths' and 'strengths based practice' within older people from ethnic minorities in the UK. A qualitative systematic review. NIHR Open Research, 6(26), 1-23. DOI: 10.3310/nihropenres.14218.2.

39. Song, J., Corcoran, J., & Zahnow, R. (2025). The resettlement journey: Understanding the role of social connectedness on well-being and life satisfaction among (im)migrants and refugees: A systematic review. Journal of Racial and Ethnic Health Disparities, 12(4), 2128-2144. DOI: 10.1007/s40615-024-02036-7.

40. Syafitri, D. U., Mawaddah, S., Lau, J. Y. F., & Brown, J. S. L. (2026). Barriers and facilitators of psychological help-seeking of people with depression, anxiety, and stress symptoms among ASEAN countries: A systematic review. International Journal of Social Psychiatry, 72(3), 419-438. DOI: 10.1177/00207640251367289.

41. Syed, A., Arshad, U., Lovell, K., Husain, N., Hodkinson, A., & Panagioti, M. (2026). Effectiveness and cultural adaptation of parenting interventions for South Asian families: A mixed-methods systematic review using Bernal's ecological validity model. Children, 13(1), 86. DOI: 10.3390/children13010086.

42. Szeto, J. C.-Y., Chan, L. M.-L., Sin, W. W.-F., Fong, D. Y.-T., & Kwok, J. Y.-Y. (2026). Effects of psychosocial interventions on loneliness amongst long-term care residents: A systematic review and meta-analysis. Journal of Advanced Nursing, 82, 3971-3974. DOI: 10.1111/jan.17107.

43. Turnbull, M., Ching, T., & Yu, C. (2023). Perceptions of health and coping strategies among temporary migrant workers in East and Southeast Asia: a systematic review. International Journal for Equity in Health, 22(32), 1-17. DOI: 10.1186/s12939-023-01840-7.

44. Vignoles, V. L., Owe, E., Becker, M., et al. (2016). Beyond the 'east-west' dichotomy: Global variation in cultural models of selfhood. Journal of Experimental Psychology: General, 145(8), 966-1000. DOI: 10.1037/xge0000175.

45. Wang, Y., Li, D., Li, J., & Bai, S. (2025). Exploring the relationship between self-efficacy, social support, academic anxiety, and academic outcomes: a meta-analysis structural equation modeling approach. Frontiers in Psychology, 16, 1714845. DOI: 10.3389/fpsyg.2025.1714845.

46. Wypych-Ślusarska, A., Niewiadomska, E., Oleksiuk, K., & Brand, T. (2026). Psychosocial and economic factors related to better health among older adults in Europe + a systematic review. Frontiers in Public Health, 14, 1858548. DOI: 10.3389/fpubh.2026.1858548.

47. Zhou, H., Bojarczuk, A., Shen, G., Chen, S., Zhong, K., Chen, J., & Zhong, W. (2026). Yoga and Tai chi: a cross-cultural comparative study of health benefits, cultural sustainability, and global public health implications. Frontiers in Public Health, 14, 1746662. DOI: 10.3389/fpubh.2026.1746662.

(cc) BY

48. Ягудин Д.Р. Интегративная модель любви как телеологического процесса раскрытия человеческого потенциала // Социология. 2026. № 9. С. 266-270.

49. Decety J., Jackson P. L. The functional architecture of human empathy // Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews. 2004. Vol. 3, no. 2. P. 71-100. DOI: 10.1177/1534582304267187.

50. Singer T., Klimecki O. M. Empathy and compassion // Current Biology. 2014. Vol. 24, no. 18. P. R875-R878. DOI: 10.1016/j.cub.2014.06.054.

51. Henrich, J., Heine, S. J., & Norenzayan, A. (2010). The weirdest people in the world? Behavioral and Brain Sciences, 33(2-3), 61-83. DOI: 10.1017/S0140525X0999152X.

52. Hofstede G. Culture's consequences: comparing values, behaviors, institutions and organizations across nations. 2nd ed. Thousand Oaks, CA: Sage, 2001.

53. Oyserman, D., Coon, H. M., & Kemmelmeier, M. (2002). Rethinking individualism and collectivism: Evaluation of theoretical assumptions and meta-analyses. Psychological Bulletin, 128(1), 3-72. DOI: 10.1037/0033-2909.128.1.3.

54. Gelfand, M. J., Raver, J. L., Nishii, L., et al. (2011). Differences between tight and loose cultures: A 33-nation study. Science, 332(6033), 1100-1104. DOI: 10.1126/science.1197754.

55. Kağıtçıbaşı, Ç. (1996). Family and human development across cultures: A view from the other side. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

56. Kitayama, S., & Uskul, A. K. (2011). Culture, mind, and the brain: Current evidence and future directions. Annual Review of Psychology, 62, 419-449. DOI: 10.1146/annurev-psych-120709-145357.

57. Han, S., & Northoff, G. (2008). Culture-sensitive neural substrates of human cognition: A transcultural neuroimaging approach. Nature Reviews Neuroscience, 9(8), 646-654. DOI: 10.1038/nrn2456.

58. Kitayama, S., & Park, J. (2010). Cultural neuroscience of the self: Understanding the social grounding of the brain. Social Cognitive and Affective Neuroscience, 5(2-3), 111-129. DOI: 10.1093/scan/nsq052.

59. Butler, E. A., Lee, T. L., & Gross, J. J. (2007). Emotion regulation and culture: Are the social consequences of emotion suppression culture-specific? Emotion, 7(1), 30-48. DOI: 10.1037/1528-3542.7.1.30.

60. Kim, H. S., Sherman, D. K., & Taylor, S. E. (2008). Culture and social support. American Psychologist, 63(6), 518-526. DOI: 10.1037/0003-066X.63.6.518.

61. Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. Psychological Review, 50(4), 370-396. DOI: 10.1037/h0054346.

(cc) BY

62. Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. Journal of Consulting Psychology, 21(2), 95-103. DOI: 10.1037/h0045357.

63. Zaki, J., & Ochsner, K. N. (2012). The neuroscience of empathy: Progress, pitfalls and promise. Nature Neuroscience, 15(5), 675-680. DOI: 10.1038/nn.3085.

64. Bernal, G., Bonilla, J., & Bellido, C. (1995). Ecological validity and cultural sensitivity for outcome research: Issues for the cultural adaptation and development of psychosocial treatments with Hispanics. Journal of Abnormal Child Psychology, 23(1), 67-82. DOI: 10.1007/BF01447045.

65. Benish, S. G., Quintana, S., & Wampold, B. E. (2011). Culturally adapted psychotherapy and the legitimacy of myth: A direct-comparison meta-analysis. Journal of Counseling Psychology, 58(3), 279-289. DOI: 10.1037/a0023626.

66. Singelis, T. M. (1994). The measurement of independent and interdependent self-construals. Personality and Social Psychology Bulletin, 20(5), 580-591. DOI: 10.1177/0146167294205014.

67. Triandis H.C. Individualism and collectivism. Boulder, CO: Westview Press, 1995.

(cc) BY