

УДК 614

***ВЛИЯНИЕ РАЗРЫВА ПРИВЫЧНЫХ СОЦИАЛЬНЫХ СВЯЗЕЙ НА
УРОВЕНЬ ТРЕВОЖНОСТИ И СУБЪЕКТИВНОЕ БЛАГОПОЛУЧЕНИЕ
СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ ПРИ ПЕРЕЕЗДЕ В ДРУГОЙ ГОРОД***

Васильева М. А.,

Студентка,

ФГБОУ ВО «Ижевский государственный медицинский университет»

Минздрава России,

Ижевск, Россия

Исаева Я. В.,

Студентка,

ФГБОУ ВО «Ижевский государственный медицинский университет»

Минздрава России,

Ижевск, Россия

Толмачев Д.А.,

д.м.н., доцент,

ФГБОУ ВО «Ижевский государственный медицинский Университет»

Минздрава России,

Ижевск, Россия

Аннотация. В статье рассматривается проблема влияния разрыва привычных социальных связей на уровень тревожности и субъективное благополучие студентов Ижевского государственного медицинского университета первого года обучения лечебного факультета при переезде в другой город. Актуальность

Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМН ЭЛ № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

исследования обусловлена ростом образовательной миграции и необходимостью оптимизации процесса адаптации иногородних студентов к вузовской среде. На основе анализа эмпирических исследований показано, что переезд в другой город сопровождается разрушением прежних социальных связей, что приводит к повышению уровня личностной и ситуативной тревожности, переживанию одиночества, ухудшению эмоционального самочувствия и снижению субъективного благополучия. Выявлены основные трудности, с которыми сталкиваются иногородние первокурсники.

Ключевые слова: социальные связи, иногородние студенты, первокурсники, тревожность, социально-психологическая адаптация, одиночество, образовательная миграция.

***THE IMPACT OF THE DISRUPTION OF ESTABLISHED SOCIAL TIES
ON ANXIETY LEVELS AND SUBJECTIVE WELL-BEING OF FIRST-YEAR
STUDENTS WHEN RELOCATING TO ANOTHER CITY***

Vasilyeva M. A.,

Student,

Izhevsk State Medical University,

Izhevsk, Russia

Isaeva Ya. V.

Student,

Izhevsk State Medical University,

Izhevsk, Russia

Tolmachev D.A.,

Doctor of Medical Sciences, Associate Professor,

Izhevsk State Medical University,

Izhevsk, Russia

Abstract. The article examines the problem of the impact of disruption of habitual social ties on the level of anxiety and subjective well-being in first-year students of the Faculty of General Medicine at Izhevsk State Medical University when moving to another city. The relevance of the study is determined by the growth of educational migration and the need to optimize the process of adaptation of nonresident students to the university environment. Based on the analysis of empirical research, it is shown that moving to another city is accompanied by the breakdown of previous social ties, which leads to an increase in trait and state anxiety, the experience of loneliness, deterioration of emotional well-being, and a decrease in subjective well-being. The main difficulties faced by nonresident first-year students are identified.

Keywords: social ties, nonresident students, first-year students, anxiety, socio-psychological adaptation, loneliness, educational migration.

Актуальность. Студенческая жизнь начинается с первого курса. Именно поэтому эффективная и успешная адаптация первокурсников к учёбе в вузе и студенческой жизни — залог дальнейшего формирования не только будущего специалиста, но и человека. Этим определяется исследовательский и практический интерес к изучению разнообразных проблем первокурсников, в том числе и вопросы социальной адаптации «вчерашних» школьников [6]. В последние годы наблюдается тенденция, согласно которой практически все школьники пытаются получить дополнительное образование после окончания школы, а переход от обучения в школе к обучению в вузах связан со

значительным изменением в жизни молодых людей и, поэтому, имеет высокое травмирующее влияние на студентов-первокурсников [1]. Кроме того, у многих юношей и девушек появилась возможность обучаться в учебных заведениях, которые находятся в других регионах России, что обуславливает массовую образовательную миграцию населения. Изменение места жительства, связанное с поступлением в вуз, требует еще более быстрой адаптации к новым условиям [1].

Особую значимость проблема приобретает в связи с тем, что переезд в другой город сопровождается разрывом привычных социальных связей. Молодой человек оказывается оторванным от той среды, где он вырос, от родителей, друзей [8]. Иногородние студенты, прибывшие из других городов, успешнее начинают ориентироваться в вузовском и городском пространстве, осваивать новые функциональные компетенции и требования учебного процесса, чем студенты, приехавшие из сельской местности и небольших поселений [3]. Поначалу это положение мигранта, «иногороднего» человека, создает довольно сложную ситуацию, которую новоявленный студент должен преодолеть [10]. Примерно через два-три месяца мнение иногородних студентов начинает меняться: очень трудно вдали от дома, без родителей; появляется ощущение, что «... там никому до тебя нет никакого дела»; кто-то чувствует себя беспомощным и одиноким [10].

Исследования показывают, что выраженность тревожно-депрессивных проявлений у иногородних студентов может быть связана с тем, что им необходимо приспосабливаться не только к условиям высшей школы, но и к иной социокультурной среде, а это требует изменения привычных способов поведения вследствие разрушения прежних социальных связей, неуверенности из-за необходимости самим нести за себя ответственность [7]. В работе Толмачева и соавт. установлено, что более половины студентов медицинского вуза испытывают трудности в обучении, а психоэмоциональные нарушения, Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМН ЭЛ № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

связанные со стрессом, тесно коррелируют с высоким уровнем тревожности [8]. Кроме того, исследование Туктаровой и соавт. выделило в качестве ключевых причин затруднённой адаптации первокурсников нехватку общения с родителями, изменения бытовых условий и увеличение учебной нагрузки [9]. Динамика состояния тревожности показывает, что на начальных курсах (1–2) тревожность (личностная и ситуативная) растет, на 3 курсе идет некоторое снижение ее уровня, а на 4 он вновь растет [4]. При этом уровень переживания одиночества среди иногородних студентов достоверно выше, чем среди горожан, что связывают с трудностями в интерперсональной сфере (отсутствие друзей, вынужденные поверхностные контакты) [2]. Семейные факторы, такие как социально-экономический статус и вовлеченность родителей, продолжают оказывать значимое влияние на академическую успеваемость студентов даже после поступления в университет, при этом родительские ожидания играют особенно важную роль [5]. Таким образом, актуальность настоящего исследования определяется необходимостью комплексного изучения психологических последствий разрыва привычных социальных связей у студентов-первокурсников и разработки эффективных мер психологической поддержки.

Цель. изучить влияние разрыва привычных социальных связей на уровень тревожности и субъективное благополучие студентов первого года обучения при переезде в другой город.

Материалы и методы. В исследовании применялся комплекс методов: теоретический анализ научной литературы, анкетирование, тестирование, методы математико-статистической обработки данных. Для диагностики уровня тревожности использовался тест Спилбергера–Ханина (шкала личностной и реактивной тревожности) [2; 7]. Для изучения переживания одиночества использовался диагностический опросник «Одиночество» С.Г. Корчагиной [2]. Эмпирическую базу составили данные исследования, проведенных на

выборке студентов первого курса лечебного факультета Ижевского государственного медицинского университета. В исследовании приняли участие 127 студентов, из них 54 местных и 73 иногородних. Для количественной обработки результатов применялись программы Microsoft Excel и IBM SPSS Statistics. Статистическая достоверность полученных данных обоснована использованием углового преобразования Фишера, t-критерия Стьюдента, χ^2 -критерия и коэффициента ранговой корреляции Спирмена [2; 7].

Результаты и обсуждения. В исследовании приняли участие 127 студентов первого курса лечебного факультета Ижевского государственного медицинского университета. Средний возраст респондентов составил $18,2 \pm 0,9$ года. Среди участников преобладали лица женского пола — 68,5% ($n = 87$), доля мужчин составила 31,5% ($n = 40$). Иногородние студенты составили 57,5% ($n = 73$), местные (проживающие в г. Ижевске) — 42,5% ($n = 54$). Распределение участников по полу, статусу проживания и уровню тревожности представлено в таблице 1.

Таблица 1 — Распределение участников по уровню тревожности ($n = 127$)

Показатель n %

Показатель		
Уровень ситуативной тревожности (по Спилбергеру-Ханину)		
Низкий(до 30 баллов)	4	8,9
Умеренный(31-44 баллов)	2	0,9

Высокий(45 и более)	1	0,2
Уровень личностной тревожности (по Спилбергеру-Ханину)		
Низкий(до 30 баллов)	8	4,2
Умеренный(31-44 баллов)	9	8,6
Высокий(45 и более)	0	7,2

Примечание: авторская разработка.

При оценке уровня тревожности по шкале Спилбергера–Ханина у большинства первокурсников был выявлен высокий или умеренный уровень как ситуативной, так и личностной тревожности. Высокий уровень ситуативной тревожности зафиксирован у 40,2% участников, высокий уровень личностной тревожности — у 47,2%. Обращает на себя внимание, что среди иногородних студентов показатели ситуативной тревожности оказались достоверно выше, чем среди местных: $44,7 \pm 5,8$ балла против $38,2 \pm 4,9$ балла ($t = 6,12$; $p < 0,001$).

Таблица 2 — Показатели тревожности, одиночества и субъективного благополучия в группах иногородних и местных студентов ($M \pm SD$)

Показатель	Иногородние(n=73)	Местные	t-	p
------------	-------------------	---------	----	---

		(n = 54)	критерий	
Ситуативная тревожность (баллы)	44,7 ± 5,8	38,2 ± 4,9	6,12	<0,001
Личностная тревожность (баллы)	47,1 ± 6,2	42,3 ± 5,5	4,81	<0,001
Переживание одиночества (шкала Корчагиной, баллы)	28,4 ± 7,3	19,6 ± 6,1	5,94	<0,001
Субъективное благополучие (опросник, баллы)	58,3 ± 9,7	67,8 ± 8,4	-6,45	<0,001

Примечание: авторская разработка.

Как видно из таблицы 2, иногородние студенты демонстрируют статистически значимо более высокие показатели как ситуативной, так и личностной тревожности по сравнению с местными сверстниками. Уровень переживания одиночества у иногородних также достоверно выше. Кроме того, субъективное благополучие у студентов, приехавших из других городов, значимо ниже.

При анализе распределения ответов на вопросы анкеты было установлено, что 68,5% иногородних студентов отметили ухудшение эмоционального самочувствия с начала учебного года против 35,2% среди местных ($\chi^2 = 12,8$; $p < 0,001$). Чаще всего иногородние первокурсники указывали на такие трудности, как тоска по близким (74,0%), сложности с Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМИ ЭЛ № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

организацией быта и самостоятельной жизнью (56,2%), а также трудности установления новых социальных контактов (49,3%). При этом 41,1% иногородних респондентов сообщили, что испытывают чувство одиночества в новой среде, тогда как среди местных студентов этот показатель составил всего 13,0% ($\chi^2 = 11,4$; $p < 0,001$).

Обращает на себя внимание, что только 12,3% иногородних студентов отметили отсутствие каких-либо трудностей в адаптационный период. Среди наиболее частых способов совладания со стрессом иногородние называли общение по телефону или видеосвязи с родными (65,8%), прослушивание музыки (57,5%), пребывание в социальных сетях (49,3%) и прогулки по городу (31,5%). При этом 16,4% иногородних респондентов сообщили о замыкании в себе и избегании контактов.

Корреляционный анализ показал наличие статистически значимой прямой корреляции между временем, прошедшим с момента переезда в новый город, и субъективным благополучием ($r = +0,38$; $p < 0,01$), а также отрицательной корреляции с уровнем тревожности ($r = -0,41$; $p < 0,001$). Иными словами, по мере привыкания к новому месту жительства уровень тревожности снижается, а субъективное благополучие повышается. Также была выявлена умеренная положительная корреляция между частотой общения с родственниками (по телефону, видеосвязи) и уровнем субъективного благополучия ($r = +0,35$; $p < 0,01$), что может свидетельствовать о компенсаторной роли сохранения социальных связей с семьёй в период адаптации.

Вывод. Проведённое исследование позволило подтвердить выдвинутую гипотезу о значимом влиянии разрыва привычных социальных связей на психоэмоциональное состояние студентов-первокурсников в период адаптации к обучению в иногороднем вузе.

Анализ эмпирических данных показал, что иногородние студенты первого курса Ижевского государственного медицинского университета сталкиваются с более выраженными адаптационными трудностями по сравнению с местными сверстниками. Были выявлены статистически значимые различия по ключевым психологическим показателям: у иногородних достоверно выше уровень ситуативной ($44,7 \pm 5,8$ против $38,2 \pm 4,9$; $p < 0,001$) и личностной тревожности, выше переживание одиночества ($28,4 \pm 7,3$ против $19,6 \pm 6,1$; $p < 0,001$), а уровень субъективного благополучия ниже ($58,3 \pm 9,7$ против $67,8 \pm 8,4$; $p < 0,001$).

Наиболее частыми проблемами в адаптационный период иногородние студенты называли тоску по близким (74,0%), сложности с организацией быта (56,2%) и установлением новых контактов (49,3%). При этом 68,5% респондентов отметили ухудшение эмоционального самочувствия с начала учебного года. Вместе с тем корреляционный анализ показал, что по мере увеличения времени проживания в новом городе уровень тревожности снижается ($r = -0,41$; $p < 0,001$), а субъективное благополучие растёт ($r = +0,38$; $p < 0,01$). Кроме того, выявлена компенсаторная роль дистанционного общения с семьёй: частота таких контактов положительно коррелирует с уровнем субъективного благополучия ($r = +0,35$; $p < 0,01$).

Таким образом, разрыв привычных социальных связей выступает значимым фактором риска для психологического благополучия первокурсников, однако динамика адаптации носит положительный характер при условии сохранения эмоциональной поддержки из прежнего окружения. Полученные результаты подчёркивают необходимость разработки адресных программ психолого-педагогического сопровождения иногородних студентов, направленных на снижение тревожности, профилактику одиночества и облегчение вхождения в новую социальную среду на начальных этапах обучения.

Библиографический список.

1. Арсентьева Е.В., Тарасова Т.В. Психологические особенности адаптации студентов-первокурсников к обучению в средних специальных и высших учебных заведениях // Гуманитарий: актуальные проблемы гуманитарной науки и образования. – 2014. – № 1 (25). – С. 44–48.
2. Боднар Э.Л., Шахматова Е.П. Личностная тревожность и состояние одиночества как критерии вузовской адаптации студентов // Педагогическое образование в России. – 2015. – № 1. – С. 189–195.
3. Калугина Т.А. Социальная адаптация иногородних студентов к вузовской среде // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Социология. Политология. – 2018. – Т. 18, вып. 3. – С. 279–286.
4. Котомина О.В., Сажина А.И. Влияние семейных факторов на успеваемость школьников и студентов: обзор зарубежных исследований // Образование и саморазвитие. – 2021. – Т. 16, № 4. – С. 74–89.
5. Куряев И.А. Психологические и физиологические аспекты стрессового состояния студентов высшей школы // Вестник РУДН. Серия: Экология и безопасность жизнедеятельности. – 2015. – № 1. – С. 99–105.
6. Свиридов С.В. Социальная адаптация городских и иногородних первокурсников гуманитарного вуза // Сибирский педагогический журнал. – 2009. – № 13. – С. 81–85.
7. Силаева А.В., Корнетов А.Н., Морева С.А., Луппа Н.А., Обуховская В.Б., Головаха Н.Э., Прядухина Н.И. Факторы устойчивости к организационному стрессу студентов медицинского университета первого года обучения // Сибирский психологический журнал. – 2015. – № 58. – С. 108–120.

8. Толмачев Д.А., Канбекова О.Г., Лёзина А.С. Невротизация и адаптация к стрессу студентов медицинского вуза // Форум молодых ученых. – 2019. – № 3 (31). – С. 795–800.

9. Туктарова З. С., Иванова А. С., Сайфутдинова А. И., Толмачёв Д. А. Оценка адаптации студентов 1 курса ИГМА к учебе // Форум молодых ученых. — 2019. — № 3 (31). — С. 793–797.

10. Чурсина Е.М. Освоение иногородними студентами социального пространства г. Хабаровска // Власть и управление на востоке России. – 2011. – № 4. – С. 236–240.