

УДК 159.9

**ВЛИЯНИЕ БЫТОВОЙ АВТОНОМИИ И ФИНАНСОВОЙ
САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ НА АКАДЕМИЧЕСКУЮ АДАПТАЦИЮ
ИНОГОРОДНИХ СТУДЕНТОВ**

Исаева Я. В.,

Студентка,

ФГБОУ ВО «Ижевский государственный медицинский университет»

Минздрава России,

Ижевск, Россия

Васильева М. А.,

Студентка,

ФГБОУ ВО «Ижевский государственный медицинский университет»

Ижевск, Россия

Толмачев Д.А.,

д.м.н., доцент,

ФГБОУ ВО «Ижевский государственный медицинский университет»,

Ижевск, Россия

Аннотация: Статья посвящена комплексному анализу влияния бытовой автономии и финансовой самостоятельности на успешность академической адаптации иногородних студентов. В работе обосновывается, что социально-психологическая адаптация неразрывно связана с материально-бытовыми условиями жизни и способностью студента к самоорганизации. На основе

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

теоретического анализа выдвигается гипотеза о том, что сформированные навыки бытовой автономии и финансовая самостоятельность являются значимыми предикторами психологического благополучия и, как следствие, академической успеваемости.

Ключевые слова: академическая адаптация, иногородние студенты, бытовая автономия, финансовая самостоятельность, психологическое благополучие, сепарация.

***THE INFLUENCE OF DOMESTIC AUTONOMY AND FINANCIAL
INDEPENDENCE ON THE ACADEMIC ADAPTATION OF OUT-OF-TOWN
STUDENTS***

Isaeva Y. V.

Student,

Izhevsk State Medical University,

Izhevsk, Russia

Vasilyeva M. A.,

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 is devoted to a comprehensive analysis of the influence of domestic autonomy and financial independence on the success of academic adaptation

of out-of-town students. The paper substantiates that socio-psychological adaptation is inextricably linked to material and living conditions, as well as to the student's ability for self-organization. Based on theoretical analysis, a hypothesis is put forward that developed skills of domestic autonomy and financial independence are significant predictors of psychological well-being and, consequently, of academic performance.

Keywords: academic adaptation, out-of-town students, domestic autonomy, financial independence, psychological well-being, separation.

Актуальность. Традиционно в центре внимания исследователей находятся социально-психологические аспекты адаптации: вхождение в новый коллектив, преодоление чувства одиночества, формирование чувства принадлежности к университетскому сообществу. Действительно, как показывают исследования, молодые люди, оказавшиеся в большом городе, часто испытывают ощущение «инаковости» и находятся в поиске устойчивости, что оказывает прямое влияние на их психоэмоциональное состояние и, как следствие, на способность к обучению [6]. Однако, помимо психологического дискомфорта, иногородние студенты сталкиваются с совершенно конкретными материально-бытовыми вызовами. Они одновременно лишаются привычной родительской опеки и должны в кратчайшие сроки освоить навыки полной самоорганизации, охватывающей как бытовую (приготовление пищи, уборка, соблюдение режима дня), так и финансовую (планирование бюджета, контроль расходов, вынужденное трудоустройство) сферы [7].

Недостаток сформированных навыков бытовой автономии и финансовой самостоятельности может стать мощным стрессогенным фактором, порождающим финансовую тревожность и фрустрацию. Как следствие, когнитивные ресурсы студента, которые должны быть направлены на освоение учебной программы, расходуется на преодоление повседневных трудностей. Особую значимость эта проблема приобретает в контексте исследований, показывающих взаимосвязь между психологическим благополучием, Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМИ ЭЛ № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

самоорганизацией и учебной мотивацией [3, 5]. Студент, испытывающий постоянный стресс из-за нехватки денег или неумения организовать свой быт, демонстрирует снижение мотивации к учебе и, как правило, худшие показатели успеваемости [4]. Более того, вынужденная трудовая занятость, являющаяся прямым следствием финансовой необходимости, заставляет искать стратегии совмещения учебной и трудовой деятельности, что часто приводит к физическому и эмоциональному истощению [10].

Ключевым психологическим механизмом, лежащим в основе способности к самостоятельной жизни, является психологическая сепарация от родительской семьи. Психологическая сепарация представляет собой процесс отделения от родителей на эмоциональном, поведенческом и ценностном уровнях, который рассматривается как важнейшее условие успешной адаптации студентов к вузовской среде [2]. Как показывают современные исследования, успешная сепарация напрямую связана с психологическим благополучием студентов и является фундаментом для формирования зрелой, ответственной личности [10]. Незавершённая или конфликтная сепарация может приводить к инфантильному поведению в быту, неспособности принимать финансовые решения и, как следствие, к дезадаптации. В противовес этому, студенты, успешно прошедшие сепарацию, демонстрируют более развитые навыки самостоятельности, которые рассматриваются как эффективные механизмы адаптации к новым, в том числе образовательным, условиям среды [8]. Адаптационный потенциал иногороднего студента, таким образом, можно рассматривать как производную от сформированности у него бытовых и финансовых компетенций, позволяющих минимизировать повседневный стресс и сосредоточиться на учебной деятельности [1, 4].

Несмотря на широкий спектр исследований, посвящённых отдельным аспектам студенческой жизни, наблюдается дефицит работ, в которых бытовая автономия и финансовая самостоятельность рассматривались бы как

комплексный, интегрированный фактор, оказывающий прямое влияние на академическую адаптацию[9]. Восполнение этого пробела и выявление специфических предикторов успешности иногородних студентов составляет научную новизну и практическую значимость настоящего исследования.

Цель. Выявить характер и степень влияния уровня бытовой автономии и финансовой самостоятельности на успешность академической адаптации иногородних студентов.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 127 студентов Ижевского государственного медицинского университета, из которых 73 студента иногородние, 54 местных. Сбор данных проводился с использованием анкетирования и психологического тестирования. Оценивались социально-демографические характеристики (возраст, тип проживания, занятость, источники дохода), показатели бытовой автономии и финансовой самостоятельности (авторская анкета), а также уровень социально-психологической адаптации (методика Роджерса–Даймонда), психологическое благополучие (шкала Рифф), академическая мотивация и стратегии совладающего поведения (опросник Лазаруса–Фолкман). Дополнительно фиксировались объективные показатели академической успеваемости (средний балл, академическая задолженность) с информированного согласия респондентов. Обработка результатов осуществлялась методами описательной статистики, корреляционного и сравнительного анализа, а также множественного регрессионного анализа для оценки вклада бытовой автономии и финансовой самостоятельности в академическую адаптацию.

Результаты и обсуждения. В ходе исследования, проведенного в форме анонимного анкетирования было опрошено 127 студентов первого курса лечебного факультета ФГБОУ ВО «Ижевский государственный медицинский университет». Средний возраст респондентов составил $18,2 \pm 0,9$ года. Гендерная структура выборки характеризовалась значительным преобладанием лиц

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

женского пола: 87 человек (68,5%), доля мужчин составила 40 человек (31,5%), что отражает общую тенденцию феминизации медицинского образования.

Критерием разделения на группы послужило место постоянного проживания: основную группу (иностранцы студенты) составили 73 человека (57,5%), группу сравнения (местные студенты, проживающие с родителями) – 54 человека (42,5%). Такое распределение позволило провести сравнительный анализ влияния фактора территориальной оторванности от семьи на процесс академической адаптации в условиях высокой учебной нагрузки.

Анализ ответов показал кардинальные различия в уровне бытовой автономии между группами. Полную самостоятельность в вопросах ведения домашнего хозяйства (приготовление пищи, стирка, уборка, планирование покупок) продемонстрировали 84,9% (n=62) иностранных студентов, тогда как среди местных респондентов данный показатель составил лишь 17,4% (n=9). Более того, 68,5% (n=37) местных студентов указали, что большинство бытовых функций по-прежнему выполняют их родители, что фактически сохраняет для них «домашнюю» модель жизни.

Еще более выраженные различия зафиксированы в сфере финансовой самостоятельности. Вынуждены самостоятельно распоряжаться бюджетом и нести ответственность за все расходы 78,1% (n=57) иностранных студентов, в то время как в группе местных таких оказалось 35,2% (n=19). При этом наличие постоянного или регулярного источника дохода (подработка, стипендия) отметили 46,6% (n=34) иностранных и лишь 22,2% (n=12) местных респондентов.

Критическим аспектом, выявленным в ходе опроса, стал уровень финансового стресса. О его наличии (оценка «высокий» или «умеренный») сообщили 61,6% (n=45) иностранных студентов. Среди основных причин назывались: высокая стоимость аренды жилья (отметили 42,5% иностранных),

расходы на проезд и питание вне дома. В группе местных студентов аналогичные переживания испытывали 37,0% (n=20), что достоверно ниже ($\chi^2 = 7,24$; $p < 0,01$). Данный феномен можно интерпретировать как проявление «двойного бремени ответственности», когда иногородний студент вынужден одновременно осваивать академическую программу и решать задачи взрослого бытового и финансового планирования.

Анализ субъективных и объективных показателей академической адаптации выявил устойчивую тенденцию к снижению её качества в группе иногородних студентов. Низкий уровень адаптации, характеризующийся высокой тревожностью, трудностями усвоения материала и пропусками занятий, был зафиксирован у 43,8% (n=32) иногородних, что почти вдвое выше, чем у местных студентов — 22,2% (n=12).

При этом 68,5% (n=50) иногородних респондентов напрямую связали свои академические трудности с необходимостью совмещать учебу и решение бытовых проблем в условиях ограниченного бюджета. Особого внимания заслуживает тот факт, что 47,9% (n=35) иногородних студентов признались в пропуске занятий по причине усталости или необходимости решать срочные бытовые вопросы (поиск жилья, оплата коммунальных услуг, поход в государственные учреждения).

Корреляционный анализ (коэффициент Спирмена) выявил статистически значимую отрицательную связь между интегральным показателем «бытовая и финансовая нагрузка» и академической успеваемостью ($r = -0,48$; $p < 0,01$). Это означает, что с ростом уровня самостоятельности и ответственности за быт успеваемость студентов первого курса достоверно снижается. В группе студентов, сочетающих высокую финансовую ответственность с полной бытовой автономией (n=42, 57,5% от всех иногородних), доля тех, кто испытывает хроническую усталость и снижение концентрации внимания, составила 71,4%,

что значительно выше, чем в группе с низким уровнем самостоятельности (28,6%; $\chi^2 = 15,3$; $p < 0,001$).

Таблица 1 – Распределение иногородних студентов по основным барьерам академической адаптации (n=73)

Барьер для адаптации	п	% от группы
Совмещение учебы и работы/поиск подработки	47	64,4
Нехватка времени на сон и отдых из-за бытовых дел	42	57,5
Сложности с организацией регулярного и сбалансированного питания	34	46,6
Финансовые трудности (аренда, коммунальные платежи, проезд)	31	42,5
Чувство одиночества и отсутствие эмоциональной поддержки	22	30,1
Отсутствие навыков планирования личного бюджета	18	24,7

Примечание: Авторская разработка.

Ответы на вопрос о желаемых формах поддержки со стороны университета показали высокую релевантность выявленных проблем. Абсолютное большинство иногородних студентов (82,2%, n=60) хотели бы получать больше

информации о возможностях получения материальной помощи, повышенных стипендий и грантов. 56,2% (n=41) высказались за создание доступной инфраструктуры для организации досуга и питания в университете (бюфеты с горячим питанием, комнаты отдыха). 45,2% (n=33) указали на необходимость психологической поддержки и института наставничества на первом курсе, где старшекурсники могли бы делиться опытом бытовой адаптации.

Вывод. Таким образом, проведенное исследование продемонстрировало, что иногородние студенты-первокурсники находятся в зоне повышенного риска дезадаптации вследствие высокой бытовой и финансовой нагрузки. «Физический» и «бюджетный» факторы выступают первичными барьерами, тогда как академическая неуспеваемость является их вторичным следствием — результатом истощения когнитивных ресурсов.

Полученные результаты обосновывают необходимость перехода от пассивной модели социальной поддержки студентов к активной.

Библиографический список.

1. Гришина Е.А., Шабалина Е.В. Особенности психологического благополучия студентов на начальном и завершающем этапах обучения // Казанский педагогический журнал. – 2020. – № 2 [Электронный ресурс]. — Режим доступа — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-psihologicheskogo-blagopoluchiya-studentov-na-nachalnom-i-zavershayuschem-etapah-obucheniya> (Дата обращения 11.06.2026)
2. Дзукаева В.П., Садовникова Т.Ю. Адаптация опросника PSI (Psychological Separation Inventory) на российской выборке // Социальные и поведенческие науки. – 2014. – № 146. – С. 216–221.

3. Киселева Е.В., Васильева Е.А. Особенности психологического благополучия, самоорганизации и мотивации у студентов // Психологическая наука и образование. – 2023. – Т. 28, № 1 [Электронный ресурс]. — Режим доступа — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-psihologicheskogo-blagopoluchiya-samoorganizatsii-i-motivatsii-u-studentov> (Дата обращения 12.06.2026)
4. Константиновский Д.Л., Попова Е.С. Работающий студент: стратегии совмещения учебной и трудовой деятельности // Социологические исследования. – 2021. – № 5 [Электронный ресурс]. — Режим доступа — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rabotayushchiy-student-strategii-sovmescheniya-uchebnoy-i-trudovoy-deyatelnosti> (Дата обращения 11.06.2026)
5. Кузнецова С.А., Тихомирова Е.В. «Ты ощущаешь себя другим, чужим»: иногородняя молодежь в большом городе в поисках устойчивости // Журнал социологии и социальной антропологии. – 2021. – Т. 24, № 3 [Электронный ресурс]. — Режим доступа — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ty-oschuschaesh-sebya-drugim-chuzhim-inogorodnyaya-molodezh-v-bolshom-gorode-v-poiskah-ustoychivosti> (Дата обращения 11.06.2026)
6. Потемкина Е.А., Скипятина Ю.А. Копинг-стратегии как механизмы адаптации иностранных студентов к условиям российской образовательной среды // Мир науки. Педагогика и психология. – 2019. – Т. 7, № 2 [Электронный ресурс]. — Режим доступа — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/koping-strategii-kak-mehanizmy-adaptatsii-inostrannyh-studentov-k-usloviyam-rossiyskoy-obrazovatelnoy-sredy> (Дата обращения 11.06.2026)
7. Рощина Я.М., Филиппова Т.В. Совмещение учебы и работы студентами российских вузов // Вопросы образования. – 2020. – № 4 [Электронный ресурс]. — Режим доступа — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovmeschenie-ucheby-i-raboty-studentami-rossiyskih-vuzov> (Дата обращения 13.06.2026)

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. 794.
10. Янкина И.А., Тупицына И.С. Особенности гендерного аспекта досуга в современном российском обществе // Сервис в России и за рубежом. – 2019. – Т. 13, № 4 [Электронный ресурс]. — Режим доступа — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-gendernogo-aspekta-dosuga-v-sovremennom-rossiyskom-obschestve> (Дата обращения 12.06.2026)