

УДК 316.46:314.15

DOI: 10.24412/1998-5533-2025-4-299-302

**Учебная мотивация и практики самодисциплины студентов:
по данным эмпирического исследования**

**Сергеева З.Х.**

Кандидат социологических наук, доцент кафедры
государственного, муниципального управления и социологии
Казанского национального исследовательского технологического
университета

Актуальность исследования учебной мотивации студентов обусловлена тем, что это одно из важнейших измерений трансформации современного образования и молодежной культуры.

Новизна представленного в статье исследования состоит в том, что автор оперирует понятием «внутренний аскет студента» – субъекта, который стремится к рациональному использованию времени в условиях постоянного требования продуктивности.

Результаты социологического исследования подтвердили гипотезу о том, что чем выше внутренняя учебная мотивация и самодисциплина, тем больше вероятность, что студент проявляет черты «внутримирской аскезы», воспринимая учебу как призвание, а не как принуждение.

Практическая значимость материалов статьи состоит в том, что на основании результатов опроса можно предложить рекомендации по оптимизации студенческих бюджетов времени и программ, направленных на тренировку у студентов навыков самоорганизации и учебной дисциплины.

Ключевые слова: студенческая молодежь, учебная мотивация студентов, самодисциплина, «внутренний аскет студента»

Для цитирования: Сергеева З.Х. Учебная мотивация и практики самодисциплины студентов: по данным эмпирического исследования // Вестник экономики, права и социологии. 2025. № 4. С. 299–302. DOI: 10.24412/1998-5533-2025-4-299-302.

Трансформации современного образования и молодежной культуры проявляются сегодня в том числе в изменении учебной мотивации студентов. Необходимость постоянно соответствовать растущим требованиям эффективности и производительности побуждает часть молодежи развивать самодисциплину и самоконтроль, умение ставить цели и достигать их (причем эти цели могут не всегда совпадать с требованиями семьи, школы и общества).

Чтобы выявить степень распространенности данных тенденций, в октябре 2025 г. нами было проведено социологическое исследование, ставшее продолжением целой серии авторских прикладных

исследований [1–3]. Выборочная совокупность составила 115 студентов ($N = 115$) гуманитарных специальностей Казанского национального исследовательского технологического университета (57 %) и Казанского (Приволжского) федерального университета (43 %). 85 % участников исследования – бакалавры 2–4 курсов, 15 % – магистры. Средний возраст опрошенных – 19–23 года. 64,3 % респондентов – женщины и 35,7 % – мужчины. Гендерное и возрастное распределение опрошенных релевантно социально-демографическому составу студентов очных форм обучения гуманитарных направлений.

Исследование было направлено на выявление взаимосвязей учебной мотивации и самодисциплины у студентов. Результаты анкетирования подтвердили гипотезу о том, что чем выше внутренняя учебная мотивация и самодисциплина, тем выше вероятность, что студент проявляет черты «внутримирской аскезы», воспринимая учебу как призвание, а не как принуждение [4].

Исследование учебной мотивации опирается на длительную научную традицию теоретических и эмпирических исследований. В рамках данного исследования автор сочетает функциональный подход и теорию рационализации, вводя понятие «внутренний аскет студента» – субъекта, который осознает время как ресурс и стремится к его рациональному использованию в условиях постоянного давления требований продуктивности [5–7].

Обратимся к результатам проведенного опроса. Полученные данные показывают, что у современного студенчества растет учебная нагрузка, усиливается тенденция к совмещению учебы и работы, возрастает значимость свободного времени и его рационального использования. Внутренние мотивы, такие как интерес и саморазвитие, сочетаются с внешними карьерными устремлениями [7–10]. Молодежь поколения Z имеет иные, нежели более старшие поколения, ценности, а именно: гибкость, наличие «времени для себя», цифровую активность, желание баланса между учебой, работой и личной жизнью [6; 8; 11]. Учебная мотивация тесно связана с временной культурой и бюджетом времени. Распределение времени отражает, что именно важно для студента – учеба, работа, саморазвитие или досуг. В проведенном опросе под учебной мотивацией мы подразумеваем систему смыслов, целей и ценностей, которые определяют участие студентов в учебе и профессиональном саморазвитии.

Распределение ответов на вопрос об отношении к учебе показывает, что только 2,6 % участников

опроса декларируют отчужденное отношение к обучению, считая это вынужденной необходимостью. Большинство студентов высказывают позитивное (46,1 %) или ответственное (27 %) отношение к учебе. Вместе с тем значительная доля (24,3 %) респондентов считает учебу «лишь средством достижения цели». Таким образом, в студенческой среде наблюдается преобладание позитивной внутренней учебной мотивации (совокупно 73,1 %) наряду с утилитарной ориентацией на ожидаемые карьерные результаты обучения.

Более детальное представление о ведущих типах учебной мотивации можно сформировать на основе анализа распределения ответов на перекрестные контролирующие вопросы: «Что для вас важнее в обучении?» и «Какова Ваша ОСНОВНАЯ мотивация к учебе?» Отвечая на эти вопросы, среди важных мотивов на первое место студенты ставят личное развитие, на второе – знания для будущей профессии, на третье – оценки и успех в учебе. Так, 89,6 % опрошенных студентов считают важным «личное развитие», и 80,9 % респондентов выбрали вариант ответа «знания для будущей профессии».

В целом среди обследованных студентов доминирует смешанный тип мотивации, сочетающий прагматические, карьерные и внутренние, познавательные устремления. Внешняя или социальная мотивация не является ведущей, что говорит о высокой автономности. В частности, мотив «одобрение преподавателей / родителей» набрал 12,2 % ответов. Аналогично, похожие формулировки: «социальное признание среди сверстников / преподавателей» и «давление со стороны семьи / ожидания родителей» набрали 14,8 и 11,3 % соответственно.

Приведем анализ ответов студентов на вопрос открытого типа, который позволил испытуемым выразить не только когнитивную оценку учебы, но и эмоционально-ценностную (табл. 1). Ответы, полученные на данный вопрос, открывают возможность

Таблица 1

**Распределение ответов респондентов на вопрос «Продолжите фразу:
«Когда я думаю о своей учебе, я чаще всего чувствую...»**

	Эмоциональные маркеры	Тип мотивации по Э. Деси и Р. Райану	Примеры ответов	Доля от N = 115
1	Позитивные: интерес, вдохновение, радость, гордость	Внутренняя мотивация	«Легкость», «Счастье», «Воодушевление», «Интерес», «Радость», «Удовлетворение», «Саморазвитие», «Наполнение умом», «Гордость», «Благодарность, что могу учиться»	≈ 40 %
2	Нейтрально-нормативные: долг, ответственность	Интроецированная мотивация	«Чувство долга», «Ответственность», «Обязательство», «Долг перед мамой»	≈ 20 %
3	Негативные: тревога, усталость, принуждение, страх	Внешняя мотивация	«Тревожность», «Усталость», «Боязнь не справиться», «Недовольство», «Потрачу время не туда»	≈ 25 %
4	Скука, нейтральность, равнодушие	Амотивированность	«Скукоту», «Ничего» «Нейтральность»	≈ 10 %
5	Амбивалентные ответы	Смешанная мотивация	«Интерес и усталость», «Смешанные эмоции», «Зависит от дисциплины», «Не понимаю, чего ждать от будущего» «Полезно, но скучно»,	≈ 5 %

провести их интерпретацию в терминах теории мотивации и сгруппировать данные по типам мотивации, опираясь на концепцию Э. Деси и Р. Райана [8; 9]. В современных исследованиях принято выделять такие типы учебной мотивации как: внутренняя, инструментальная, социально-нормативная, формально-адаптивная и демотивированный тип.

Результаты опроса показывают, что эмоциональное поле студентов поляризовано. Почти одинаковое количество позитивных и негативных ответов указывает на высокую эмоциональную амплитуду их актуального учебного опыта.

Можно говорить о трех наиболее значимых «эмоционально-мотивационных профилях» студентов. К первому профилю можно отнести $\approx 40\%$ опрошенных – это студенты с проявленной внутренней мотивацией, испытывающие радость, удовольствие от учебы. Назовем их «воодушевленные исследователи». Второй «эмоционально-мотивационный профиль» образуют $\approx 20\%$ обследованных – это студенты, демонстрирующие интроецированную мотивацию, ссылающиеся на долг и обязательства. Назовем их «ответственные исполнители». Наконец, к третьему профилю относится группа, которая объединяет студентов, испытывающих от учебы стресс, усталость, тревогу, скуку. Суммарно данная группа составляет $\approx 35\%$ от выборки – это студенты с внешней мотивацией. Назовем их «выгорающие и тревожные».

Таким образом, опираясь на результаты исследования, можно констатировать, что «учебное выгорание» студентов является актуальной проблемой. Вместе с тем интерес и удовлетворение все же остаются базовыми чувствами для большинства опрошенных студентов, сохраняющих внутреннюю мотивацию. Что касается чувств долга и ответственности, то они в целом позитивно влияют на эмоциональный климат среди обучающихся и стабилизируют учебный процесс, но могут также приводить к росту напряжения.

Вместе с тем, в целом по результатам опроса заметно, что рационально-поведенческие стратегии, такие как план, контроль, привычка, преобладают над репрессивными, связанными с ограничением отдыха. Это говорит о здоровом типе самодисциплины, без чрезмерной самоагрессии.

«Внутренний аскет студента» – это личностная и культурная установка, выражающая: стремление к самодисциплине и саморегуляции в учебе; ориентацию на внутренние цели (смысл, рост, призвание), а не только внешние стимулы (оценки, контроль); готовность к отложенному вознаграждению – работать «сейчас», чтобы получить результаты «потом»; умение контролировать импульсы (лень, отвлечения, желание немедленного удовольствия). В учебе аскетизм проявляется в стремлении планировать учебное время, выполнять задачи без внешнего дав-

ления. Такой человек уважает собственное и чужое время, избегает прокрастинации. В структуре мотивационных установок преобладает внутренняя мотивация: «мне это важно», «я расту». Этический базис – «все заслужено трудом». Труд, порядок, устойчивость, ответственность. Отдых рассматривается как восстановление, а не бегство.

«Внутримирская аскеза» присутствует у большинства опрошенных в мягкой форме – студенты склонны к ситуативному самоконтролю, а не перманентной аскезе. В частности, на вопрос «Какие чувства вызывает у вас идея “внутримирской аскезы” – дисциплины ради внутреннего роста?» $42,6\%$ опрошенных студентов ответили, что эта идея их вдохновляет; $22,6\%$ относятся к ней настороженно; $14,8\%$ считают идею аскезы устаревшей и $20,0\%$ ее не понимают. Почти половина студентов положительно воспринимают аскетическую установку («дисциплина ради внутреннего роста»), но около $1/3$ – испытывают тревогу или непонимание, что указывает на разрыв между культурой самоконтроля и культурой самоподдержки.

Опираясь на полученные результаты, можно предложить следующую типологию «внутреннего аскетизма» у студентов:

- Ценностно-рациональный. Основан на убеждениях и идеалах: «учеба – мой путь». Ключевая черта: призвание, смысл, ответственность.

- Прагматический. Связан с целью успеха: «нужно дисциплинироваться ради карьеры».

- Морально-долговой. Внутреннее чувство долга перед собой и близкими. Такой студент демонстрирует навыки самоменеджмента и стремление к эффективности.

- Рефлексивно-экзистенциальный. Аскеза как способ осознания себя и жизни. В мотивации присутствует осознанность, философичность.

- Комппульсивно-рациональный (невротический). Навязчивый контроль, страх неудачи, перфекционизм, тревожная самодисциплина.

Несмотря на ряд выявленных в ходе исследования проблемных зон, следует отметить, что опрошенные студенты декларируют достаточно высокий уровень удовлетворенности учебой и учебной жизнью. Так, на вопрос «Оцените по шкале от 1 до 5, насколько вы удовлетворены своей учебной жизнью» средняя оценка составила 3,69 балла.

Сформулируем общий вывод. В настроениях студентов наблюдаются тенденции к формированию новой этики труда и досуга, которая утверждает желание «жить, а не учиться ради выживания», и поэтому студенты все чаще переносят фокус своего внимания с дисциплины на саморегуляцию.

Литература:

1. Сергеева З.Х. Пандемия COVID-19 и переход на дистанционное обучение: результаты опроса студентов // Вестник экономики, права и социологии. 2021. № 1. С. 158–161.
2. Сергеева З.Х. Моделирование социального взаимодействия в виртуальных сетях // Управление устойчивым развитием. 2018. № 5 (18). С. 57–73.
3. Сергеева З.Х. Значимые события и ценности поколения зумеров (по материалам социальных автобиографий российских студентов) // Управление устойчивым развитием. 2025. № 1(56). С. 59–67.
4. Вебер М. Избранное: протестантская этика и дух капитализма / пер. с нем.: М.И. Левина, П.П. Гайденко, А.Ф. Филиппов. М.: РОССПЭН, 2006. 648 с.
5. Борзова Т.А. Мотивация студентов к обучению в современном вузе // Мир науки, культуры, образования. 2023. № 5 (102). С. 11–13.
6. Шугаль Н.Б., Сутырина Т.А., Озерова О.К. Образовательные стратегии обучающихся: изменения за 20 лет: информационный бюллетень НИУ ВШЭ. М.: НИУ ВШЭ, 2022. 64 с.
7. Щеглова И.А., Дремова О.В., Бабаева Д.Б. Ландшафт внеучебной деятельности студентов российских вузов: информационный бюллетень НИУ ВШЭ. М.: НИУ ВШЭ, 2023. 24 с.
8. Мотивация успеха и боязнь неудачи (опросник А.А. Реана) / Реан А.А. Психология изучения личности: Учеб. пособие. СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1999. 288 с.
9. Суворова И.Ю., Громова А.В., Толстова А.С. Эмпирическая проверка модели мотивации Э.Л. Деси и Р.М. Райана на примере студентов // Системная психология и социология. 2023. № 4 (48). С. 102–114.
10. Штомпель Л.А., Штомпель О.М., Тихомирова Е.Г., Костромицкая А.В. Динамика бюджетов времени российских студентов в условиях аудиторной, дистантной и «гибридной» форм обучения // Вестник Томского государственного университета. Философия. Социология. Политология. 2022. № 69. С. 177–186.
11. Дзюба Т.И., Буря Л.В. Ценностные установки поколения Z // International Journal of Humanities and Natural Sciences. 2021. Vol. 3-2 (54). P. 17–21.

**Academic Motivation, and Self-Discipline Practices of Students:
Evidence from an Empirical Study**

Sergeeva Z.Kh.

Kazan National Research Technological University

The relevance of studying student academic motivation lies in its relevance as one of the most important dimensions of the transformation of modern education and youth culture.

The novelty of this study lies in its use of the concept of the "student's inner ascetic" – an individual who strives to use time rationally in the face of constant pressure to be productive.

The results of the sociological study confirmed the hypothesis that the higher the student's intrinsic academic motivation and self-discipline, the more likely it is that they exhibit traits of "inner asceticism," perceiving study as a calling rather than a compulsion.

The practical significance of this study lies in the fact that the survey results can be used to propose recommendations for optimizing student time budgets and programs aimed at developing students' self-organization and academic discipline skills.

Keywords: students, student academic motivation, self-discipline, "student's inner ascetic"

