

# Что дает студентам-первокурсникам участие во внеучебной деятельности: успеваемость, желание продолжить обучение и психологическое благополучие

Мария Абрамова, Дмитрий Клевцов,  
Ирина Щеглова, Ксения Вилкова

Статья поступила  
в редакцию  
в октябре 2023 г.

**Абрамова Мария Олеговна** — кандидат философских наук, директор Центра социологии образования Института образования, Национальный исследовательский Томский государственный университет. Адрес: 634050 Томск, пр-т Ленина, 34а. E-mail: abra@yandex.ru, abramova@mail.tsu.ru. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9341-0436> (контактное лицо для переписки)

**Клевцов Дмитрий Сергеевич** — лаборант Центра социологии образования Института образования, Национальный исследовательский Томский государственный университет. E-mail: klevtsov.tsu@mail.ru

**Щеглова Ирина Александровна** — кандидат педагогических наук, младший научный сотрудник Центра социологии высшего образования Института образования, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики». E-mail: ishcheglova@hse.ru. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5949-9617>

**Вилкова Ксения Александровна** — кандидат наук об образовании, заместитель директора и научный сотрудник Центра социологии высшего образования Института образования, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики». E-mail: kvilkova@hse.ru. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2161-0409>

Аннотация

Внимание к внеучебной деятельности в высшем образовании связано с изменением роли университета, а именно с активацией его дополнительной функции, заключающейся в развитии личности студентов. Университеты целенаправленно поддерживают внеучебную деятельность, при этом данные исследований, посвященных ее влиянию на образовательные результаты студентов, являются весьма противоречивыми и выявляют наряду с позитивными негативные эффекты. Цель данного исследования заключается в изучении роли внеучебной деятельности в формировании образовательных результатов студентов российских университетов с учетом как положительных, так и отрицательных эффектов этой деятельности. Для получения эмпирических данных проведено анкетирование студентов-первокурсников программ бакалавриата и специалитета Томского государственного университета ( $N = 1199$ ). Исследование выявило положительную связь между внеучебной деятельностью и образовательными результатами студентов, включая как объективные (успевае-

мость), так и субъективные (желание продолжить обучение и психологическое благополучие) показатели. При этом значение имеет не только сам факт участия во внеучебной деятельности, но и выбранный студентом вид активности. В частности, научная деятельность, в отличие от других видов внеучебной деятельности, позитивно связана со всеми рассматриваемыми в исследовании образовательными результатами.

**Ключевые слова** внеучебная деятельность, образовательные результаты, академическая успеваемость, психологическое неблагополучие, риски депрессии, отчисление, высшее образование

**Для цитирования** Абрамова М.О., Клевцов Д.С., Щеглова И.А., Вилкова К.А. (2024) Что дает студентам-первокурсникам участие во внеучебной деятельности: успеваемость, желание продолжить обучение и психологическое благополучие. *Вопросы образования / Educational Studies Moscow*, № 4, сс. 8–32. <https://doi.org/10.17323/vo-2024-18049>

## What Are the Benefits of First Year Student Extracurricular Engagement: Academic Achievements, Desire to Complete a Degree and Psychological Well-Being

Mariya Abramova, Dmitry Klevtsov,  
Irina Shcheglova, Kseniia Vilkova

**Mariya O. Abramova** — Candidate of Science in Philosophy, Director of the Center for Sociology of Education, Institute of Education, National Research Tomsk State University. Address: Bld. 36 Lenin Ave., 634050 Tomsk, Russian Federation. E-mail: [abra@yandex.ru](mailto:abra@yandex.ru), [abramova@mail.tsu.ru](mailto:abramova@mail.tsu.ru). ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9341-0436> (corresponding author)

**Dmitry S. Klevtsov** — Laboratory Assistant at the Center for Sociology of Education, Institute of Education, National Research Tomsk State University. E-mail: [klevtsov.tsu@mail.ru](mailto:klevtsov.tsu@mail.ru)

**Irina A. Shcheglova** — PhD in Education, Junior Researcher at the Center for Sociology of Higher Education, Institute of Education, HSE University. E-mail: [ishcheglova@hse.ru](mailto:ishcheglova@hse.ru). ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5949-9617>

**Kseniia A. Vilkova** — Junior Research Fellow at the Center for Sociology of Higher Education, Institute of Education, HSE University. E-mail: [kvilkova@hse.ru](mailto:kvilkova@hse.ru). ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2161-0409>

**Abstract** Attention to extracurricular activities in higher education is associated with a change in the role of the university, specifically the activation of its additional function, which involves the development of student personality. Despite the support for the development of extracurricular activities in universities, the existing research on the impact of extracurricular activities on students' educational outcomes is contradictory, revealing both positive and negative effects. The aim of this study is to examine the role of extracurricular activities in shaping the educational outcomes of students in Russian universities, taking into account both the positive and negative effects of these activities. To obtain empirical data, a survey of first-year students enrolled in bache-

lor's and specialist programs at Tomsk State University was conducted ( $N = 1199$ ). The study found a positive relationship between extracurricular activities and students' educational outcomes, including both objective (academic performance) and subjective (desire to continue education and psychological well-being) indicators. At the same time, it was noted that not only the fact of participating in extracurricular activities matters, but also the type of activity chosen by the student. Specifically, scientific activities, unlike other types of extracurricular activities, are positively associated with all educational outcomes examined in the study.

**Keywords** extracurricular activities, learning outcomes, academic achievements, psychological distress, risks of depression, student attrition, higher education

**For citing** Abramova M.O., Klevtsov D.S., Shcheglova I.A., Vilkova K.A. (2024) What Are the Benefits of First Year Student Extracurricular Engagement: Academic Achievements, Desire to Complete a Degree and Psychological Well-Being. *Voprosy obrazovaniya / Educational Studies Moscow*, no 4, pp. 8–32 (In Russian). <https://doi.org/10.17323/vo-2024-18049>

Традиционно основная функция университетов заключалась в транслировании знаний [Строгецкая, 2009; Дремова, Щеглова, 2022]. Однако сравнительно недавно исследователи, администраторы и политики в сфере высшего образования стали рассматривать университет с позиции создания возможностей для дополнительного развития человека, в том числе за счет накопления социального капитала, повышения благополучия и профессионального успеха [Груздев и др., 2023]. Поэтому внеучебная деятельность (ВД) в университетах и вовлечение студентов в мероприятия вне учебного процесса заняли одно из центральных мест в дискуссиях о развитии системы высшего образования [Ломакина, Писаренко, 2020; Груздев и др., 2023].

Обозначившийся в последнее время в российских университетах интерес к ВД вполне объясним. Результаты недавних исследований показывают, что участие студентов в ВД положительно связано с их успеваемостью, развитием у них универсальных навыков, поддержанием психологического благополучия, которое определяется как удовлетворенность жизнью и отсутствие отрицательных эмоций [Скорынин, 2020], а также с формированием у студентов чувства принадлежности к университету и повышением их шансов на трудоустройство [Roulin, Bangerter, 2013; Щеглова, 2019; Buckley, Lee, 2018]. Студенты, участвующие в ВД, отмечают прирост таких универсальных навыков, как критическое мышление, командная работа, лидерские качества, а также формирование индивидуальной и коллективной ответственности [Pascarella, Terenzini, 2005; Strauss, Terenzini, 2007; Щеглова, Корешникова, Паршина, 2019]. Именно этих качеств, по мнению работодателей, не хватает современным выпускникам вузов [Подольский, Погужина, 2016; Кузьминов, Сорокин, Фрумин, 2019; Степашкина, Суходоев, Гужеля, 2022]. Способствуя преодолению разрыва между

потребностями рынка труда, с одной стороны, и навыками и знаниями, которые предлагает университет, — с другой [Бондаренко, Лысова, 2016; De Sisto, Huq, Dickinson, 2022], развитие ВД в российских университетах может стать одним из средств повышения шансов выпускников на успешное трудоустройство.

Участие в ВД может способствовать формированию у студентов навыка учебной саморегуляции за счет планирования и совмещения учебной и внеучебной нагрузки, а также способности контролировать образовательный процесс и его результаты [Guilmette et al., 2019]. Студенты, успешно совмещающие учебную и внеучебную нагрузку, достигают более высоких образовательных результатов и характеризуются большей уверенностью в собственных силах по сравнению со студентами, не участвующими во внеучебной жизни вуза [Griffiths, Dickinson, Day, 2021]. Помимо развития навыков ВД вносит позитивный вклад в формирование у студентов чувства принадлежности к университету, в их социальную адаптацию и поддержание психологического благополучия [Finnerty et al., 2021; De Sisto, Huq, Dickinson, 2022], тем самым способствуя снижению отсева студентов, пик которого приходится на первый год обучения [Wang, Shiveley, 2009].

Большинство зарубежных исследователей в области образования рассматривают внеучебные активности, такие как участие в студенческих организациях и клубах, спортивных, культурных, социальных и добровольческих мероприятиях, как полезное дополнение к учебной программе [Chia, 2005; Roulin, Bangerter, 2013]. Тем не менее существуют и эмпирические доказательства негативных эффектов ВД. Например, исследования показывают, что обязательства, взятые студентом на себя в рамках ВД, могут накладывать временные ограничения на выполнение учебных заданий и усиливать физическую и умственную нагрузку [Fredricks, Eccles, 2006], создавая угрозу повышения стресса и ухудшения успеваемости [Fischer, Steiner, Theis, 2020]. Результатом может стать снижение психологического благополучия.

В системе высшего образования в России ВД студентов пока не уделяют должного внимания ни исследователи, ни администраторы. Российские студенты слабо вовлечены во внеучебные мероприятия в университете [Щеглова, Дремова, 2022]. Одна из причин такого положения дел, возможно, состоит в негибкости учебных планов в вузах, которая не создает возможностей для построения образовательной траектории [Груздев и др., 2023]. Кроме того, в российском научном поле не проводились исследования, в которых рассматривалась бы взаимосвязь ВД с психологическим благополучием студентов и их отсевом. До сих пор исследования ВД студентов в российском контексте ограничиваются оценкой масштабов участия студентов в ней, ее роли в развитии навыков студентов [Щеглова, Корешникова, Паршина,

2019; Щеглова, Дремова, 2022], а также причин участия или неучастия учащихся во внеучебных мероприятиях [Иванова, Логвинова, 2017]. В данном исследовании мы предпринимаем попытку преодолеть эти ограничения в рассмотрении проблематики ВД. Основной исследовательский вопрос, на который отвечает данная работа: какова роль ВД в формировании объективных образовательных результатов студентов-первокурсников (их успеваемости) и субъективных показателей обучения (желания продолжить обучение и психологического благополучия)?

Результаты проведенного исследования будут полезны исследователям и администраторам вузов, занимающимся изучением и развитием ВД в университете, а также всем интересующимся современными тенденциями в сфере высшего образования. Полученные результаты позволят сформировать меры поддержки студентов-первокурсников, направленные на их академическую и социальную интеграцию в академическое сообщество и способствующие удержанию студентов в вузе.

### **1. Внеучебная деятельность в университетах и ее эффекты для образовательных результатов**

Под внеучебной деятельностью в данной работе понимается вовлечение студентов в один или несколько форматов мероприятий, выходящих за рамки образовательной программы и не являющихся поэтому обязательными и не подразумевающих получения оценок или образовательных кредитов. Среди форматов ВД обычно выделяются такие активности, как участие в студенческих клубах, сообществах и ассоциациях университета, которые могут иметь социальную, творческую, политическую, предпринимательскую или спортивную направленность [Груздев и др., 2023]. Вовлекаясь в ВД, студенты становятся участниками волонтерских организаций, студенческих советов, студенческих организаций и клубов, научных и просветительских кружков, а также спортивных и творческих сообществ [Там же].

В России только 30–40% студентов участвуют в ВД [Щеглова, Дремова, 2022; Щеглова, Дремова, Бабаева, 2023]. В разных форматах ВД численность участников различается. На основании нескольких исследовательских проектов в российских университетах установлено, что 11% студентов состоят в студенческих организациях своего университета, 10% участвуют в спортивных организациях своего вуза, 7% вовлечены в систему студенческого самоуправления, 7% занимаются волонтерством [Щеглова, Дремова, 2022]. Среди студентов, участвующих во внеучебных мероприятиях, только 12% уделяют этой деятельности более шести часов в неделю [Сизова, Ермилова, Лукин, 2014]. После пандемии студенты стали активнее вовлекаться в ВД: в 2021/2022 учебном году в ней участвовали 47% студентов, тогда как в 2020/2021 учебном году — 32% [Щеглова, Дремова, Бабаева, 2023]. Студенты

стали чаще присоединяться к волонтерским проектам и проявлять больше интереса к студенческому самоуправлению [Там же].

В целом показатели включенности студентов российских университетов в ВД существенно ниже, чем у зарубежных студентов. В американских университетах ВД имеет особый статус, в ней участвуют от 60 до 95% учащихся [Foreman, Retallick, 2012]. Исследователи считают, что американские студенты сильнее вовлечены в ВД, потому что рассматривают ее как стратегию наращивания образовательных результатов [Щеглова, 2019] — повышения успеваемости (среднего балла) и/или обогащения студенческого опыта, например достижения большей удовлетворенности обучением в университете или же развития тех или иных навыков [Ribeiro et al., 2023]. Таким образом, участие в ВД может способствовать формированию как объективных, так и субъективных образовательных результатов. Под объективными образовательными результатами, как правило, понимается успеваемость студента. Под субъективными — удовлетворенность процессом обучения, желание продолжать учебу, самооценка развития универсальных навыков, психологическое благополучие студентов и т.д.

Большинство исследователей, анализировавших соотношение между участием в ВД и успеваемостью студентов, приходят к выводу о наличии положительной связи между ними [Ribeiro et al., 2023]. Так, российские студенты, которые вовлечены в научную или проектную деятельность, имеют более высокую успеваемость по сравнению с теми, кто не участвует в подобных активностях в университете [Щеглова, Дремова, 2022]. Студенты, которые совмещают учебу в университете с участием в ВД, отмечают у себя развитие навыков саморегуляции и тайм-менеджмента, что способствует повышению их успеваемости [Buckley, Lee, 2018]. Кроме того, некоторые внеучебные мероприятия помогают развитию таких универсальных навыков, как критическое мышление и работа в команде, которые, в свою очередь, положительно связаны с успеваемостью [Щеглова, Корешникова, Паршина, 2019; Щеглова, 2019].

Показатели успеваемости являются хорошим предиктором отсева студентов [Murtaugh, Burns, Schuster, 1999]. Хорошо успевающие студенты, как правило, интегрированы не только в учебную, но и во внеучебную деятельность в университете. Внеучебная активность помогает первокурсникам в адаптации к университетской жизни и способствует снижению отсева после первого года обучения [Wang, Shiveley, 2009], который наиболее важен для удержания студентов в вузе. Студенты-первокурсники испытывают трудности с социальной и академической интеграцией в новую для них образовательную среду [Ishitani, 2016], поэтому наибольший процент отсева студентов приходится на первый год обучения [Stiburek, Vlk, Švec, 2017; Kondratjeva, Gorbunova, Haw-

ley, 2017; Zając, Komendant-Brodowska, 2018]. Те, кто успешно завершил его, имеют больше шансов на окончание образовательной программы в установленный срок [Kerby, 2015].

Вовлекаясь во внеучебные мероприятия на базе университета, студенты накапливают социальный капитал, т.е. создают связи с другими участниками учебного процесса — студентами, преподавателями и представителями коммерческого сектора [Buckley, Lee, 2018]. Таким образом, ВД дает дополнительные возможности для социализации студентов и открывает перспективы трудоустройства [Buckley, Lee, 2018]. В свою очередь, социальное взаимодействие становится средством, позволяющим противостоять возникновению психологического неблагополучия [Finnerty et al., 2021]. Участие в ВД помогает студентам справиться со стрессом и негативными эмоциями, которые могут быть вызваны беспокойством по поводу оценок, финансовыми трудностями, семейными проблемами, межличностными конфликтами [Bland et al., 2012].

Наряду с позитивными исследователи отмечают и негативные эффекты от участия в ВД. Необходимость распределять внимание, время и усилия между учебной и внеучебной деятельностью может привести к снижению успеваемости [Fischer, Steiner, Theis, 2020]. Необходимость совмещать ВД с интенсивной учебой в университете также может вызвать стресс и негативно сказываться на психологическом благополучии студентов [Buckley, Lee, 2018]. Объясняя низкую внеучебную вовлеченность студентов российских университетов, исследователи в первую очередь указывают на большую академическую нагрузку как основное препятствие к занятиям любой другой деятельностью, кроме учебы [Щеглова, Дремова, 2022]. Российские студенты в неделю в среднем тратят 24 часа на посещение занятий, 19 часов на выполнение заданий и не более пяти часов на ВД [Там же]. Студенты опасаются, что участие в ВД может негативно сказаться на их успеваемости.

Таким образом, данные о влиянии ВД на образовательные результаты студентов нельзя считать однозначными и непротиворечивыми, связь внеучебной активности студентов с результатами их обучения нуждается в более тщательном изучении, в частности в российских университетах, характеризующихся низкой вовлеченностью студентов в ВД. Цель данного исследования — оценить роль ВД в формировании объективных и субъективных образовательных результатов у студентов российских университетов. В качестве объективных образовательных результатов мы будем рассматривать успеваемость студентов, в качестве субъективных — желание продолжить обучение и уровень психологического благополучия студентов. На основании проведенного обзора исследований выдвигаются следующие гипотезы.

1. Участие в ВД положительно связано с успеваемостью студентов-первокурсников (средний балл).
2. Участие студентов-первокурсников в ВД отрицательно связано с желанием отчислиться из университета.
3. Участие студентов-первокурсников в ВД отрицательно связано с психологическим неблагополучием.
4. Вклад ВД в развитие образовательных результатов различается в зависимости от формата ВД.

## **2. Методология исследования**

### **2.1. Данные**

В качестве эмпирической базы исследования используются данные опроса студентов-первокурсников Томского государственного университета, которые обучаются на программах бакалавриата и специалитета. Опрос проводился в онлайн-формате в мае 2022 г. В личном кабинете *LMS Moodle* была размещена анкета, посвященная изучению студенческого опыта. Опрос охватывал 16 из 20 имеющих в университете факультетов и институтов. В анкетировании приняли участие 1199 студентов, отклик (*response rate*) составил 55%. Среди респондентов 67% составляют девушки. Поскольку выборка не отражает распределение по полу в генеральной совокупности: на факультетах, из студентов которых сформирована выборка, девушки составляют 55%, была предпринята попытка перевзвешивания данных по полу. Однако после проведения этой процедуры результаты изменились незначительно: доля студентов, занимающихся спортом, увеличилась в пределах 2%, остальные показатели либо остались прежними, либо изменились на 1%. Следовательно, смещения выборки не оказывают существенного влияния на ее характеристики, поэтому перевзвешивание не применялось. Распределение по факультетам представлено в табл. П1 в Приложении. Помимо результатов опроса в исследовании используются административные данные об успеваемости студентов.

### **2.2. Методы исследования**

Ключевой переменной в данном исследовании выступает вовлеченность студентов в ВД. Она оценивалась на основании ответов студентов на вопрос: «Укажите, пожалуйста, какой деятельностью, помимо учебы, вы занимаетесь в настоящее время в ТГУ?».

Желание студентов отчислиться из университета выявлялось с помощью вопроса «Задумывались ли вы в течение текущего учебного года о том, чтобы отчислиться из университета до окончания обучения?». Респонденты могли выбрать один ответ из списка: 1) да, и намерен(а) это сделать; 2) да, думаю об этом сейчас; 3) да, думал(а), но решил(а) продолжить обучение; 4) нет, не думал(а) об этом.

Для анализа сформирована бинарная переменная: 0 — отсутствие желания отчислиться, 1 — проявление желания отчислиться



в той или иной форме: имеется намерение это сделать, имеются мысли об этом сейчас, мысли об этом были в прошлом, но в итоге студент принял решение продолжить обучение.

Исследователи выделяют два подхода к пониманию сущности психологического благополучия: гедонистический и эвдемонистический. С позиций гедонистического подхода психологическое благополучие — это состояние психологического комфорта с преобладанием положительных эмоций. В рамках эвдемонистического подхода важнейшим условием психологического благополучия является активность личности, постоянное саморазвитие, раскрытие своих возможностей и способностей [Скорынин, 2020]. В данном исследовании мы придерживаемся скорее гедонистического подхода и ассоциируем психологическое благополучие с положительными эмоциями, удовлетворенностью жизнью и отсутствием стресса, в противовес психологическому неблагополучию, прокси которого могут выступать негативные эмоции, стресс, депрессия [Grant, Guille, Sen, 2013]. Для измерения уровня психологического благополучия использован опросник *Patient Health Questionnaire* (PHQ-2) [Kroenke, Spitzer, Williams, 2003], который валидизирован в российских исследованиях [Погосова и др., 2014]. Студенту предлагалось оценить по 4-балльной шкале (0 — «ни разу», 1 — «несколько дней», 2 — «более недели», 3 — «почти каждый день»), как часто за последние две недели: ему не хотелось ничего делать; у него было плохое настроение; он был подавлен или испытывал чувство безысходности. Для анализа данные, полученные по методике PHQ-2, использовались в виде бинарной переменной: набранные студентом 0–2 балла означают отсутствие или минимальный риск депрессии, а 3 балла и выше — наличие или высокий риск наличия депрессии.

Успеваемость студентов оценивалась на основании административных данных: оценок за первую и вторую сессии, которые измерены по 4-балльной шкале — «неудовлетворительно», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично». На их основе построены переменные с четырьмя значениями: «только отличные оценки», «оценки “хорошо” и “отлично”», «есть удовлетворительные оценки», «есть неудовлетворительные оценки». Помимо этого рассчитаны средний балл за каждую сессию и общий балл за обе сессии.

Для анализа полученных данных использованы дескриптивная статистика, проверка независимости (критерий  $\chi^2$ ), сравнение средних ( $t$ -критерий для независимых выборок), линейный и логистический регрессионный анализ. Для контроля в регрессионные модели добавлены социально-демографические характеристики студентов: пол (мужской, женский), условия обучения (на бюджетном месте, на месте с оплатой обучения), сумма баллов ЕГЭ при поступлении и регион проживания до поступления. Переменная «регион» перекодирована в бинарную: 1 — прожи-

вание до поступления в ТГУ в городе Томск или городе Северск, находящемся в непосредственной близости от Томска, 0 — проживание в других населенных пунктах. Источник сведений — административные данные.

Предобработка данных осуществлялась с помощью программы *SPSS Statistics*. Регрессионный анализ выполнен в программной среде R.

### 3. Результаты

#### 3.1. Вовлеченность во внеучебную деятельность

По результатам первого года обучения большинство студентов имеют опыт той или иной ВД в университете, тем не менее более трети студентов (36%) не принимали участия во внеучебных мероприятиях (Приложение, табл. П1).

Что касается форматов ВД, чаще всего это участие в творческих объединениях (28%), спортивные занятия (18%) и социальная активность (14%). Несколько реже студенты участвуют в волонтерской деятельности (15%). В научную работу, связанную с написанием статей, участием в конференциях и исследованиях, вовлечены 8% студентов. Реже всего студенты занимаются предпринимательской деятельностью (5%).

Рис. 1. Форматы вовлечения студентов первого года обучения во внеучебную деятельность, %



#### 3.2. Взаимосвязь участия во внеучебной деятельности с успеваемостью

Между студентами, которые принимали участие в ВД, и теми, кто ей не занимался, выявлены статистически значимые различия в успеваемости по итогам двух сессий (табл. 1).

Полученные данные свидетельствуют о наличии положительной взаимосвязи участия студентов во ВД с их успеваемостью. Среди тех студентов, которые в течение учебного года были вовлечены в какой-либо из видов ВД, больше доля тех, кто сдал как первую, так и вторую сессию исключительно на отличные оценки, и меньше тех, кто получил «удовлетворительно» или вовсе не сдал экзамен по одному из предметов.

Таблица 1. **Оценки студентов за первую и вторую сессии и участие во внеучебной деятельности, %**

	Занимались внеучебной деятельностью	Не занимались внеучебной деятельностью
Оценки за первую сессию ( $\chi^2(3, N = 1199) = 9,86, p = 0,02$ )		
Только отличные оценки	21	15
Оценки «хорошо» и «отлично»	39	38
Есть удовлетворительные оценки	26	32
Есть неудовлетворительные оценки	15	16
Оценки за вторую сессию ( $\chi^2(3, N = 1142) = 17,27, p = 0,001$ )		
Только отличные оценки	17	9
Оценки «хорошо» и «отлично»	40	39
Есть удовлетворительные оценки	30	34
Есть неудовлетворительные оценки	12	17

При этом разные виды ВД связаны с успеваемостью по-разному (табл. 2).

Таблица 2. **Общий средний балл за две сессии и участие в тех или иных видах внеучебной деятельности**

	Общий средний балл для не занимающихся внеучебной деятельностью	Общий средний балл занимающихся внеучебной деятельностью	Значение <i>t</i> -критерия
Волонтерская деятельность**	4,18	4,32	$t(189) = 2,6$
Научная деятельность (статьи, конференции, исследования)***	4,18	4,49	$t(127) = 5,85$
Социальная деятельность в университете (староста, член профкома и проч.)***	4,18	4,38	$t(235) = 4,45$
Предпринимательская деятельность	4,2	4,15	$t(58) = -0,64$
Творческая деятельность*	4,18	4,29	$t(582) = 2,78$
Спортивная деятельность	4,21	4,17	$t(279) = -0,67$

\* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$ ; \*\*\* $p < 0,001$ .

Средний балл за обе сессии значимо выше ( $t(189) = 2,6, p = 0,009$ ) у первокурсников, занимающихся волонтерской деятельностью ( $M = 4,32, SD = 0,56$ ), чем у студентов, не участвующих в этой работе ( $M = 4,19, SD = 0,6$ ). Академические результаты у студентов, вовлеченных в научную деятельность ( $M = 4,49,$

$SD = 0,5$ ), выше ( $t(127) = 5,85, p < 0,001$ ), чем у не вовлеченных в нее ( $M = 4,18, SD = 0,6$ ). Успеваемость за обе сессии лучше ( $t(235) = 4,45, p < 0,001$ ) у студентов, занимающихся социальной деятельностью ( $M = 4,38, SD = 0,53$ ), чем у не участвующих в ней ( $M = 4,18, SD = 0,61$ ). Значимо выше ( $t(582) = 2,78, p = 0,005$ ) средний балл за обе сессии у студентов, занимающихся творческой деятельностью ( $M = 4,29, SD = 0,59$ ) по сравнению со студентами, не участвующими в этой деятельности ( $M = 4,18, SD = 0,6$ ).

Далее представлены результаты регрессионного анализа, отражающие взаимосвязь академической успеваемости первокурсников с видами ВД, в которые они вовлечены, при контроле следующих переменных: пол, баллы ЕГЭ, условия обучения и регион (табл. 3). В регрессионную модель включены только те виды ВД, участие в которых, судя по результатам сравнения средних, статистически значимо связано со средним баллом за две сессии.

**Таблица 3. Результаты линейной регрессии, оценивающие взаимосвязь академической успеваемости студентов-первокурсников с участием во внеучебной деятельности (общий средний балл за первую и вторую сессии)**

Переменные	Estimates	Std. Error	95% CI		p
			LL	UL	
Константа	2,4	0,15	2,11	2,69	< 0,001
Волонтерская деятельность	0,04	0,05	-0,06	0,14	0,392
Научная деятельность	0,26	0,06	0,15	0,38	< 0,001
Социальная деятельность в университете (староста, член профкома и проч.)	0,14	0,05	0,04	0,23	0,006
Творческая деятельность	0,03	0,04	-0,04	0,11	0,368
Пол [Мужской]	-0,17	0,04	-0,24	-0,1	< 0,001
Основа обучения [На месте с оплатой обучения]	-0,11	0,04	-0,18	-0,03	0,009
Баллы ЕГЭ	0,01	0	0,01	0,01	< 0,001
Регион [Томск]	0,08	0,04	0	0,16	0,041
Количество наблюдений	1056				
R2 / R2 adjusted	0,256 / 0,250				

Согласно результатам регрессионного анализа, при контроле социально-демографических характеристик студентов мы можем зафиксировать положительную взаимосвязь академической успеваемости первокурсников с их вовлеченностью в научную деятельность, включающую участие в конференциях и исследованиях. Также наблюдается статистически значимая положительная взаимосвязь между средним баллом за две сессии и занятиями социальной деятельностью в университете.

**3.3. Взаимосвязь участия во внеучебной деятельности с желанием отчислиться из вуза**

Статистически значимых различий в доле желающих продолжить обучение или намеренных отчислиться из университета между группами студентов, участвующих во внеучебных мероприятиях и не занимающихся внеучебной активностью, не обнаружено (табл. 4).

Таблица 4. Желание отчислиться из университета у студентов, участвующих и не участвующих во внеучебной деятельности в целом, %

	Не занимались внеучебной деятельностью	Занимались внеучебной деятельностью
$\chi^2(1, N = 1199) = 0,687, p = 0,407$		
Не задумывался(ась) об отчислении	60	62
Да, задумывался(ась) об отчислении	38	40

Однако статистически значимые различия в численности желающих отчислиться обнаружены между группами вовлеченных и не вовлеченных в отдельные виды ВД (табл. 5).

Таблица 5. Желание отчислиться из вуза и участие в разных видах внеучебной деятельности, %

Виды внеучебной деятельности	Не задумывался(ась) об отчислении	Да, задумывался(ась) об отчислении	Значение критерия $\chi^2$
Волонтерская деятельность	54	46	$\chi^2(1, N = 145) = 2,916$
Научная деятельность (статьи, конференции, исследования)*	72	28	$\chi^2(1, N = 100) = 5,397$
Социальная деятельность в университете (староста, член профкома и проч.)	60	40	$\chi^2(1, N = 167) = 0,017$
Предпринимательская деятельность	64	36	$\chi^2(1, N = 58) = 0,135$
Творческая деятельность	58	42	$\chi^2(1, N = 335) = 1,607$
Спортивная деятельность**	69	31	$\chi^2(1, N = 215) = 6,973$

\* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$ ; \*\*\* $p < 0,001$ .

Так, значимые различия выявлены между студентами, занимающимися научной и спортивной деятельностью и не занимающимися этими видами внеучебной активности. Студенты, вовлеченные в эти виды ВД, менее склонны задумываться об отчислении из университета.

Далее представлены результаты регрессионного анализа, которые позволяют оценить взаимосвязь ВД, которой студенты занимаются помимо основной учебы, с желанием отчислиться из университета при контроле следующих переменных: пол, условия обучения, баллы ЕГЭ и регион (табл. 6).

**Таблица 6. Результаты бинарной логистической регрессии, оценивающей взаимосвязь участия во внеучебной деятельности с желанием студентов-первокурсников отчислиться из университета**

Переменные	Odds Ratios	95% CI		p
		LL	UL	
Константа	3,19	1,06	9,62	0,039
Научная деятельность	0,56	0,33	0,91	0,022
Спортивная деятельность	0,69	0,49	0,96	0,028
Пол [Мужской]	0,8	0,61	1,05	0,109
Основа обучения [На месте с оплатой обучения]	0,82	0,61	1,09	0,175
Баллы ЕГЭ	0,99	0,99	1	0,011
Регион [Томск]	0,92	0,68	1,24	0,606
Количество наблюдений	1119			
R <sup>2</sup> Tjur	0,018			

Результаты регрессионного анализа подтверждают ранее выявленную взаимосвязь: студенты, занимающиеся научной работой и спортом в университете, меньше задумываются об отчислении из вуза.

### 3.4. Взаимосвязь внеучебной деятельности с психологическим благополучием студентов

Статистически значимая связь обнаружена между наличием опыта ВД и психологическим благополучием студентов (табл. 7).

**Таблица 7. Связь опыта внеучебной деятельности с психологическим благополучием, %**

	Занимаются внеучебной деятельностью	Не занимаются внеучебной деятельностью
	$\chi^2(2, N = 1199) = 6,035, p = 0,014$	
Отсутствие или минимальный риск наличия депрессии (от 0 до 2 баллов)	54	46
Наличие или высокий риск наличия депрессии (3 балла и выше)	46	54

Среди студентов-первокурсников, вовлекавшихся в течение учебного года в какую-либо деятельность вне образовательного процесса в университете, больше тех, у кого нет депрессии или низкий уровень рисков появления депрессии (54%). Напротив,

больше половины студентов, не занимающихся ВД в университете, имеют умеренный или высокий риск наличия депрессии (54%). При этом вовлеченность в разные виды ВД связана с психологическим благополучием по-разному (табл. 8).

Таблица 8. Распространенность признаков психологического неблагополучия и виды внеучебной деятельности, %

	Отсутствие или минимальный риск наличия депрессии (от 0 до 2 баллов)	Наличие или высокий риск наличия депрессии (3 балла и выше)	Значение критерия $\chi^2$
Волонтерская деятельность	51	49	$\chi^2(2, N = 145) = 0,000$
Научная деятельность (статьи, конференции, исследования)**	64	36	$\chi^2(2, N = 100) = 7,049$
Социальная деятельность в университете (староста, профком и проч.)	51	49	$\chi^2(2, N = 167) = 0,000$
Предпринимательская деятельность	52	48	$\chi^2(2, N = 58) = 0,991$
Творческая деятельность	50	50	$\chi^2(2, N = 335) = 0,117$
Спортивная деятельность*	58	42	$\chi^2(2, N = 215) = 4,635$

\*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*\*\*  $p < 0,001$ .

Среди студентов-первокурсников, вовлеченных в научные занятия, значимо меньше тех, кто имеет высокий или крайне высокий риск наличия депрессии, чем среди не вовлеченных в научные изыскания. Точно так же среди занимающихся в университете спортом значимо меньше страдающих депрессией или подвергающихся риску депрессии, чем среди тех, кто спортом не занимается.

Далее представлены результаты регрессионного анализа, отражающие взаимосвязь видов ВД, в которые вовлечены студенты, с их психологическим благополучием (табл. 9).

Таблица 9. Результаты бинарной логистической регрессии, оценивающие взаимосвязь участия в разных видах внеучебной деятельности с психологическим благополучием у студентов-первокурсников

Переменные	Odds Ratios	Std. Error	95% CI		p
			LL	UL	
Константа	14,09	7,99	4,67	43,29	< 0,001
Научная деятельность	0,63	0,15	0,39	0,99	0,047
Спортивная деятельность	0,8	0,13	0,58	1,11	0,179
Пол [Мужской]	0,54	0,07	0,41	0,71	< 0,001

Окончание табл. 9

Переменные	Odds Ratios	Std. Error	95% CI		p
			LL	UL	
Основа обучения [На месте с оплатой обучения]	0,7	0,1	0,52	0,93	0,016
Баллы ЕГЭ	0,99	0	0,99	0,99	< 0,001
Регион [Томск]	1,08	0,16	0,81	1,46	0,591
Количество наблюдений	1119				
$R^2$ / $R^2$ adjusted	0,039				

Результаты регрессионного анализа подтверждают наличие ранее выявленной взаимосвязи: студенты, занимающиеся научной деятельностью в университете, психологически менее неблагополучны.

#### 4. Дискуссия и выводы

Цель данного исследования заключалась в оценке роли ВД в формировании образовательных результатов студентов-первокурсников. Полученные результаты показывают, что участие студентов в ВД положительно связано с успеваемостью, снижает желание отчислиться из университета и уменьшает риски психологического неблагополучия. При этом разные виды ВД в разной степени влияют на образовательные результаты. Так, научная и социальная активность студентов положительно связана с их успеваемостью. Занятия наукой и спортом снижают вероятность появления мыслей об отчислении из вуза. Кроме того, научная работа при прочих равных условиях отрицательно коррелирует с психологическим неблагополучием. Таким образом, среди всех видов занятий именно научная деятельность положительно связана с объективными и субъективными образовательными результатами, рассматриваемыми в данном исследовании. Полученные результаты согласуются с выводами зарубежных исследователей о том, что участие студентов в ВД способствует повышению их академической успеваемости [Pascarella, Seifert, Blaich, 2010]. В частности, установлено, что участие в студенческих советах или представительствах положительно связано с самооффективностью — уверенностью человека в своей способности эффективно действовать в той или иной ситуации, а также с верой в успех этих действий, которая помогает не бояться сложных задач, ставить трудные цели и настойчиво работать ради их достижения [Griffiths, Dickinson, Day, 2021]. Участие в интеллектуальных соревнованиях и научных сообществах положительно связано с развитием аналитических способностей у студентов [Strauss, Terenzini, 2007]. Именно эти навыки и качества помогают учащимся успешно справляться с учебной нагрузкой и повышать академические по-



казатели. Сотрудничество в научных проектах способствует формированию у студентов научных интересов и подталкивает их к получению ученой степени и построению академической карьеры в дальнейшем [Russell, Hancock, McCullough, 2007] — с этим выводом вполне согласуются полученные нами данные о том, что студенты, вовлеченные в научную деятельность, реже думают об отчислении из университета. Выявленная нами положительная связь участия студентов в спортивных мероприятиях с желанием пройти полный курс обучения в вузе подтверждает выводы зарубежных исследователей о том, что участие в спортивных объединениях помогает студентам создать крепкие социальные сети, которые дают им социальную поддержку [Stuart et al., 2011]. Зарубежные авторы полагают, что ВД дает положительный эффект с точки зрения эмоционального и психического благополучия студентов [Chan, 2016]. Однако в нашем исследовании обнаружен положительный вклад в поддержание психологического благополучия студентов только со стороны научной деятельности. В этом отношении данные разных исследований расходятся: есть свидетельства того, что преимущественно творческие сообщества благоприятно воздействуют на психическое здоровье и эмоциональное благополучие студентов [Bungay, Vella-Burrows, 2013].

Исходя из полученных результатов и опираясь на опыт Томского государственного университета, можно предложить следующие рекомендации по развитию ВД и вовлечению в нее студентов.

1. Необходимо не только создавать условия для ВД в вузах, но и информировать об имеющихся возможностях студентов. Ежегодно в ТГУ поступают более 2,5 тыс. студентов бакалавриата и специалитета, различающихся социально-экономическим бэкграундом, уровнем академической подготовки и интересами. Для мягкой адаптации студентов-первокурсников к университету разработан и с 2020 г. реализуется Тьюторской службой курс «Погружение в университетскую среду». Его проходят студенты-первокурсники в самом начале обучения, знакомясь с университетом и в том числе со специально разработанной картой ресурсов университета, на которой представлены различные возможности ВД. Данный курс помогает студентами сориентироваться в большом разнообразии ВД и попробовать себя в разных ее форматах.
2. Как показывает исследование, занятие научной деятельностью связано с лучшими образовательными результатами. Вовлечение студентов-первокурсников в научные проекты, выходящие за рамки образовательной программы, представляется непростой задачей. Поддержание и развитие у них интереса к науке возможно за счет привлечения их к участию в

конференциях в качестве волонтеров, проведения научных конкурсов и стимулирования их научного потенциала университетскими грантами.

3. Необходимо предоставлять студентам открытые и закрытые площадки для занятий спортом. Организация спортивных мероприятий, например совместных забегов, соревнований и эстафет, дней здоровья, может помочь студентам снять негативные физиологические эффекты различных стрессоров, а также поддерживать спортивную форму.
4. Мнение студентов как ключевых стейкхолдеров университета о предоставляемых услугах, в том числе о развитии ВД, — ценный источник повышения привлекательности такой деятельности. Встречи со студентами и регулярные опросы позволят получить обратную связь от студентов и разработать действенные меры по повышению привлекательности ВД.

## 5. Ограничения исследования

При интерпретации и использовании результатов данного исследования необходимо учитывать ряд его ограничений.

Во-первых, выборка исследования является доступной, студенты отвечали добровольно, поэтому в выборке возможны смещения, вызванные эффектом самоотбора. Например, среди студентов в опросах чаще участвуют учащиеся женского пола [McInnis, 2006].

Во-вторых, выборка исследования состоит только из первокурсников, т.е. делать на основании полученных данных выводы, распространяющиеся на всю совокупность студентов разных курсов, не представляется возможным.

В-третьих, исследование проведено только в одном российском университете, и распространять полученные результаты на студентов других российских университетов следует с осторожностью. Тем не менее, поскольку ТГУ является одним из крупнейших российских университетов, в нем на протяжении нескольких лет происходят трансформационные процессы, апробируются инновационные практики и образовательные модели, он участвует в программе «Приоритет 2030», мы полагаем, что он может выступать ролевой моделью для других российских университетов, которые при желании могут имплементировать апробированные практики.

## Приложение

Таблица П1. Основные характеристики выборки студентов-первокурсников

Переменная	Доля в выборке, %
<i>Пол</i>	
Женский	67
Мужской	33

Окончание табл. П1

Переменная	Доля в выборке, %
<i>Условия обучения</i>	
На бюджетном месте	71
На месте с оплатой обучения	29
<i>Факультет</i>	
НИТС (Высшая IT-школа)	1
БИ (Биологический институт)	7
ГГФ (Геолого-географический факультет)	8
ИИК (Институт искусств и культуры)	7
ИЭМ (Институт экономики и менеджмента)	12
ФЖ (Факультет журналистики)	5
ФилФ (Филологический факультет)	7
ФИПН (Факультет исторических и политических наук)	10
ФИЯ (Факультет иностранных языков)	9
ФсФ (Философский факультет)	4
ФТФ (Физико-технический факультет)	4
ФФ (Физический факультет)	3
ФФК (Факультет физической культуры)	3
ХФ (Химический факультет)	6
ЮИ (Юридический институт)	15
<i>Интенции первокурсников, связанные с желанием отчислиться</i>	
Да, и намерен(а) это сделать	3
Да, думаю об этом сейчас	7
Да, думал(а), но решил(а) продолжить обучение	29
Нет, не думал(а) об этом	61
<i>Психологическое (не)благополучие студентов-первокурсников</i>	
Отсутствие или минимальный риск наличия депрессии (от 0 до 2 баллов)	51
Наличие или высокий риск наличия депрессии (3 балла и выше)	49

**Благодарности** Исследование выполнено при поддержке Программы развития Томского государственного университета «Приоритет 2030».

### Литература

1. Бондаренко Н.В., Лысова Т.С. (2016) Модели поиска, критерии найма, оценка профессиональных качеств и навыков выпускников профессиональных образовательных программ: мнение работодателей. *Мониторинг экономики образования: информационно-аналитические материалы по результатам социологических обследований*, № 1, сс. 1–7.
2. Груздев И.А., Косарецкий С.Г., Иванов И.Ю., Щеглова И.А., Дремова О.В., Макарьева А.Ю. (2023) *Дополнительное образование и внеучебная деятельность для развития навыков*. М.: НИУ ВШЭ.
3. Дремова О.В., Щеглова И.А. (2022) Третья миссия университетов в России: тренд на (не)коммерциализацию? *Университетское управление: практика и анализ*, т. 26, № 2, сс. 27–37. <https://doi.org/10.15826/umpra.2022.02.010>

4. Иванова Г.П., Логвинова Г.П. (2017) Внеучебная деятельность современного вуза в контексте социально-педагогического подхода. *Вестник Нижегородского государственного университета*, № 3, сс. 20–25.
5. Кузьминов Я., Сорокин П., Фрумин И. (2019) Общие и специальные навыки как компоненты человеческого капитала: новые вызовы для теории и практики образования. *Форсайт*, т. 13, № 2, сс. 19–41. <https://doi.org/10.17323/2500-2597.2019.2.19.41>
6. Ломакина Т.Ю., Писаренко Д.А. (2020) Внеучебная деятельность студентов высшей школы в контексте реализации концепции непрерывного образования. *Отечественная и зарубежная педагогика*, т. 1, № 1 (65), сс. 20–32.
7. Погосова Н.В., Довженко Т.В., Бабин А.Г., Курсаков А.А., Выгодин В.А. (2014) Русскоязычная версия опросников PHQ-2 и 9: чувствительность и специфичность при выявлении депрессии у пациентов общемедицинской амбулаторной практики. *Кардиоваскулярная терапия и профилактика*, т. 13, № 3, сс. 18–24. <https://doi.org/10.15829/1728-8800-2014-3-18-24>
8. Подольский О.А., Погожина В.А. (2016) Соответствуя ожиданиям завтрашнего дня: в поисках содержания ключевых компетенций и способов их оценки. *Вестник Московского университета. Серия 20: Педагогическое образование*, № 2, сс. 10–27. <https://doi.org/10.51314/2073-2635-2016-2-10-27>
9. Сизова И.Л., Ермилова А.В., Лукин Н.С. (2014) Внеучебная деятельность и студенческие объединения. *Современное общество: вопросы теории, методологии, методы социальных исследований: Материалы XIII (заочной) Всероссийской научной конференции, посвященной памяти профессора З.И. Файнбурга (Пермь, 2014, ноябрь)*, т. 1, сс. 173–180.
10. Скорынин А.А. (2020) К вопросу о структуре психологического благополучия личности. *Гуманитарные исследования. Педагогика и психология*, № 2, сс. 87–93. <https://doi.org/10.24411/2712-827X-2020-10210>
11. Степашкина Е.А., Суходоев А.К., Гужеля Д.Ю. (2022) *Исследование профиля надпрофессиональных компетенций, востребованных ведущими работодателями при приеме на работу студентов и выпускников университетов и молодых специалистов*. М.: НИУ ВШЭ.
12. Строецкая Е.В. (2009) Идея и миссия современного университета. *Вопросы образования / Educational Studies Moscow*, № 4, сс. 67–81.
13. Щеглова И.А. (2019) Может ли вовлеченность студентов во внеучебные мероприятия способствовать развитию мягких навыков? *Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены*, № 6, сс. 111–121. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2019.6.07>
14. Щеглова И.А., Дремова О.В. (2022) *Внеучебная деятельность как фактор академической успешности студентов*. М.: НИУ ВШЭ. <https://doi.org/10.17323/978-5-7598-2671-2>
15. Щеглова И.А., Дремова О.В., Бабаева Дж. (2023) *Ландшафт внеучебной деятельности студентов российских вузов*. М.: НИУ ВШЭ.
16. Щеглова И.А., Корешникова Ю.Н., Паршина О.А. (2019) Роль студенческой вовлеченности в развитии критического мышления. *Вопросы образования / Educational Studies Moscow*, № 1, сс. 264–289. <https://doi.org/10.17323/1814-9545-2019-1-264-289>
17. Bland H.W., Melton B.F., Welle P., Bigham L. (2012) Stress Tolerance: New Challenges for Millennial College Students. *College Student Journal*, vol. 46, no 2, pp. 362–375. <https://doi.org/10.1037/t39417-000>
18. Buckley P., Lee P. (2018) The Impact of Extra-Curricular Activity on the Student Experience. *Active Learning in Higher Education*, vol. 22, no 1, pp. 37–48. <https://doi.org/10.1177/1469787418808988>
19. Bungay H., Vella-Burrows T. (2013) The Effects of Participating in Creative Activities on the Health and Well-Being of Children and Young People: A Rapid Re-

- view of the Literature. *Perspectives in Public Health*, vol. 133, no 1, pp. 44–52. <https://doi.org/10.1177/1757913912466946>
20. Chan Y.K. (2016) Investigating the Relationship among Extracurricular Activities, Learning Approach and Academic Outcomes: A Case Study. *Active Learning in Higher Education*, vol. 17, no 3, pp. 223–233. <https://doi.org/10.1177/1469787416654795>
  21. Chia Y.M. (2005) Job Offers of Multi-National Accounting Firms: The Effects of Emotional Intelligence, Extra-Curricular Activities, and Academic Performance. *Accounting Education: An International Journal*, vol. 14, pp. 75–93. <https://doi.org/10.1080/0693928042000229707>
  22. De Sisto M., Huq A., Dickinson G. (2022) Sense of Belonging in Second-Year Undergraduate Students: The Value of Extracurricular Activities. *Higher Education Research & Development*, vol. 41, no 5, pp. 1727–1742. <https://doi.org/10.1080/07294360.2021.1902951>
  23. Finnerty R., Marshall S.A., Imbault C., Trainor L.J. (2021) Extra-Curricular Activities and Well-Being: Results from a Survey of Undergraduate University Students during COVID-19 Lockdown Restrictions. *Frontiers in Psychology*, vol 12, Article no 647402. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.647402>
  24. Fischer N., Steiner C., Theis D. (2020) How Many, How Long, How Diverse? Measuring and Analysing Participation in Extracurricular Activities. *International Developments in Research on Extended Education: Perspectives on Extracurricular Activities, After-School Programmes, and All-Day Schools* (eds S.H. Bae, J.L. Mahoney, S. Maschke, L. Stecher), Berlin: Verlag Barbara Budrich, pp. 87–113. <https://doi.org/10.2307/j.ctvt1shzn.9>
  25. Foreman E.A., Retallick M.S. (2012) Undergraduate Involvement in Extracurricular Activities and Leadership Development in College of Agriculture and Life Sciences Students. *Journal of Agricultural Education*, vol. 53, no 3, pp. 111–123. <https://doi.org/10.5032/jae.2012.03111>
  26. Fredricks J.A., Eccles J.S. (2006) Extracurricular Involvement and Adolescent Adjustment: Impact of Duration, Number of Activities, and Breadth of Participation. *Applied Developmental Science*, vol. 10, no 3, pp. 132–146. [https://doi.org/10.1207/s1532480xads1003\\_3](https://doi.org/10.1207/s1532480xads1003_3)
  27. Grant F., Guille C., Sen S. (2013) Well-Being and the Risk of Depression under Stress. *PLOS One*, vol. 8, no 7, Article no e67395. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0067395>
  28. Griffiths T.L., Dickinson J., Day C.J. (2021) Exploring the Relationship between Extracurricular Activities and Student Self-Efficacy within University. *Journal of Further and Higher Education*, vol. 45, no 9, pp. 1294–1309. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2021.1951687>
  29. Guilmette M., Mulvihill K., Villemaire-Krajden R., Barker E.T. (2019) Past and Present Participation in Extracurricular Activities Is Associated with Adaptive Self-Regulation of Goals, Academic Success, and Emotional Wellbeing among University Students. *Learning and Individual Differences*, vol. 73, pp. 8–15. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2019.04.006>
  30. Ishitani T.T. (2016) Time-Varying Effects of Academic and Social Integration on Student Persistence for First and Second Years in College: National Data Approach. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, vol. 18, no 3, pp. 263–286. <https://doi.org/10.1177/1521025115622781>
  31. Kerby M.B. (2015) Toward a New Predictive Model of Student Retention in Higher Education: An Application of Classical Sociological Theory. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, vol. 17, no 2, pp. 138–161. <https://doi.org/10.1177/1521025115578229>
  32. Kondratjeva O., Gorbunova E., Hawley J.D. (2017) Academic Momentum and Undergraduate Student Attrition: Comparative Analysis in US and Russian Uni-

- versities. *Comparative Education Review*, vol. 61, no 3, pp. 607–633. <https://doi.org/10.1086/692608>
33. Kroenke K., Spitzer R.L., Williams J.B.W. (2003) The Patient Health Questionnaire-2: Validity of a Two-Item Depression Screener. *Medical Care*, vol. 41, no 11, pp. 1284–1292. <https://doi.org/10.1097/01.MLR.0000093487.78664.3C>
34. McInnis E.D. (2006) *Nonresponse Bias in Student Assessment Surveys: A Comparison of Respondents and Non-Respondents of the National Survey of Student Engagement at an Independent Comprehensive Catholic University* (PhD Thesis), Scranton, PA: Marywood University.
35. Murtaugh P.A., Burns L.D., Schuster J. (1999) Predicting the Retention of University Students. *Research in Higher Education*, vol. 40, no 3, pp. 355–371. <https://doi.org/10.1023/A:1018755201899>
36. Pascarella E.T., Seifert T.A., Blaich C. (2010) How Effective Are the NSSE Benchmarks in Predicting Important Educational Outcomes? *Change: The Magazine of Higher Learning*, vol. 42, no 1, pp. 16–22. <https://doi.org/10.1080/00091380903449060>
37. Pascarella E.T., Terenzini P.T. (2005) *How College Affects Students. Vol. 2: A Third Decade of Research*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
38. Ribeiro N., Malafaia C., Neves T., Menezes I. (2023) The Impact of Extracurricular Activities on University Students' Academic Success and Employability. *European Journal of Higher Education*, vol. 14, no 3, pp. 389–409. <https://doi.org/10.1080/21568235.2023.2202874>
39. Roulin N., Bangarter A. (2013) Students' Use of Extra-Curricular Activities for Positional Advantage in Competitive Job Markets. *Journal of Education and Work*, vol. 26, no 1, pp. 21–47. <https://doi.org/10.1080/13639080.2011.623122>
40. Russell S.H., Hancock M.P., McCullough J. (2007) Benefits of Undergraduate Research Experiences. *Science*, vol. 316, no 5824, pp. 548–549. <https://doi.org/10.1126/science.1140384>
41. Stiburek S., Vlk A., Švec V. (2017) Study of the Success and Dropout in the Higher Education Policy in Europe and V4 Countries. *Hungarian Educational Research Journal*, vol. 7, no 1, pp. 43–56. <http://dx.doi.org/10.14413/herj.2017.01.04>
42. Strauss L.C., Terenzini P.T. (2007) The Effects of Students' In and Out-of-Class Experiences on Their Analytical and Group Skills: A Study of Engineering Education. *Research in Higher Education*, vol. 48, no 8, pp. 967–992. <https://doi.org/10.1007/s11162-007-9057-4>
43. Stuart M., Lido C., Morgan J., Solomon L., May S. (2011) The Impact of Engagement with Extracurricular Activities on the Student Experience and Graduate Outcomes for Widening Participation Populations. *Active Learning in Higher Education*, vol. 12, no 3, pp. 203–215. <https://doi.org/10.1177/1469787411415081>
44. Wang J., Shiveley J. (2009) *The Impact of Extracurricular Activity on Student Academic Performance*. Available at: <https://www.cair.org/wp-content/uploads/sites/474/2015/07/Wang-Student-Activity-Report-2009.pdf> (accessed 24 November 2024).
45. Zajac T.Z., Komendant-Brodowska A. (2018) Premeditated, Dismissed and Disenchanted: Higher Education Dropouts in Poland. *Tertiary Education and Management*, vol. 25, no 1, pp. 1–16. <https://doi.org/10.1007/s11233-018-09010-z>

## References

- Bland H.W., Melton B.F., Welle P., Bigham L. (2012) Stress Tolerance: New Challenges for Millennial College Students. *College Student Journal*, vol. 46, no 2, pp. 362–375. <https://doi.org/10.1037/t39417-000>
- Bondarenko N.V., Lysova T.S. (2016) Search Models, Recruitment Criteria, Assessment of Professional Qualities and Skills of Graduates of Professional Educational Programs: Employers' Opinion. *Monitoring ekonomiki obrazovaniya: informat-*

- sionno-analiticheskie materialy po rezul'tatam sotsiologicheskikh obsledovaniy*, no 1, pp. 1–7 (In Russian).
- Buckley P., Lee P. (2018) The Impact of Extra-Curricular Activity on the Student Experience. *Active Learning in Higher Education*, vol. 22, no 1, pp. 37–48. <https://doi.org/10.1177/1469787418808988>
- Bungay H., Vella-Burrows T. (2013) The Effects of Participating in Creative Activities on the Health and Well-Being of Children and Young People: A Rapid Review of the Literature. *Perspectives in Public Health*, vol. 133, no 1, pp. 44–52. <https://doi.org/10.1177/1757913912466946>
- Chan Y.K. (2016) Investigating the Relationship among Extracurricular Activities, Learning Approach and Academic Outcomes: A Case Study. *Active Learning in Higher Education*, vol. 17, no 3, pp. 223–233. <https://doi.org/10.1177/1469787416654795>
- Chia Y.M. (2005) Job Offers of Multi-National Accounting Firms: The Effects of Emotional Intelligence, Extra-Curricular Activities, and Academic Performance. *Accounting Education: An International Journal*, vol. 14, pp. 75–93. <https://doi.org/10.1080/0693928042000229707>
- De Sisto M., Huq A., Dickinson G. (2022) Sense of Belonging in Second-Year Undergraduate Students: The Value of Extracurricular Activities. *Higher Education Research & Development*, vol. 41, no 5, pp. 1727–1742. <https://doi.org/10.1080/07294360.2021.1902951>
- Dremova O.V., Shcheglova I.A. (2022) Russian Universities' Third Mission: A Trend towards (Non)Commercialization? *University Management: Practice and Analysis*, vol. 26, no 2, pp. 27–37 (In Russian). <https://doi.org/10.15826/umpa.2022.02.010>
- Finnerty R., Marshall S.A., Imbault C., Trainor L.J. (2021) Extra-Curricular Activities and Well-Being: Results from a Survey of Undergraduate University Students during COVID-19 Lockdown Restrictions. *Frontiers in Psychology*, vol. 12, Article no 647402. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.647402>
- Fischer N., Steiner C., Theis D. (2020) How Many, How Long, How Diverse? Measuring and Analysing Participation in Extracurricular Activities. *International Developments in Research on Extended Education: Perspectives on Extracurricular Activities, After-School Programmes, and All-Day Schools* (eds S.H. Bae, J.L. Mahoney, S. Maschke, L. Stecher), Berlin: Verlag Barbara Budrich, pp. 87–113. <https://doi.org/10.2307/j.ctvt1shzn.9>
- Foreman E.A., Retallick M.S. (2012) Undergraduate Involvement in Extracurricular Activities and Leadership Development in College of Agriculture and Life Sciences Students. *Journal of Agricultural Education*, vol. 53, no 3, pp. 111–123. <https://doi.org/10.5032/jae.2012.03111>
- Fredricks J.A., Eccles J.S. (2006) Extracurricular Involvement and Adolescent Adjustment: Impact of Duration, Number of Activities, and Breadth of Participation. *Applied Developmental Science*, vol. 10, no 3, pp. 132–146. [https://doi.org/10.1207/s1532480xads1003\\_3](https://doi.org/10.1207/s1532480xads1003_3)
- Grant F., Guille C., Sen S. (2013) Well-Being and the Risk of Depression under Stress. *PLOS One*, vol. 8, no 7, Article no e67395. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0067395>
- Griffiths T.L., Dickinson J., Day C.J. (2021) Exploring the Relationship between Extracurricular Activities and Student Self-Efficacy within University. *Journal of Further and Higher Education*, vol. 45, no 9, pp. 1294–1309. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2021.1951687>
- Gruzdev I.A., Kosaretsky S.G., Ivanov I.Yu., Shcheglova I.A., Dremova O.V., Makarieva A.Yu. (2023) *Additional Education and Extracurricular Activities for Skills Development*. Moscow: HSE (In Russian).
- Guilmette M., Mulvihill K., Villemaire-Krajden R., Barker E.T. (2019) Past and Present Participation in Extracurricular Activities Is Associated with Adaptive Self-Regulation of Goals, Academic Success, and Emotional Wellbeing among Universi-

- ty Students. *Learning and Individual Differences*, vol. 73, pp. 8–15. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2019.04.006>
- Ishitani T.T. (2016) Time-Varying Effects of Academic and Social Integration on Student Persistence for First and Second Years in College: National Data Approach. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, vol. 18, no 3, pp. 263–286. <https://doi.org/10.1177/1521025115622781>
- Ivanova G.P., Logvinova G.P. (2017) Extracurricular Activities in a Modern University: Socio-Pedagogical Approach. *Bulletin of Nizhnevartovsk State University*, no 3, pp. 20–25 (In Russian).
- Kerby M.B. (2015) Toward a New Predictive Model of Student Retention in Higher Education: An Application of Classical Sociological Theory. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, vol. 17, no 2, pp. 138–161. <https://doi.org/10.1177/1521025115578229>
- Kondratjeva O., Gorbunova E. Hawley J.D. (2017) Academic Momentum and Undergraduate Student Attrition: Comparative Analysis in US and Russian Universities. *Comparative Education Review*, vol. 61, no 3, pp. 607–633. <https://doi.org/10.1086/692608>
- Kroenke K., Spitzer R.L., Williams J.B.W. (2003) The Patient Health Questionnaire-2: Validity of a Two-Item Depression Screener. *Medical Care*, vol. 41, no 11, pp. 1284–1292. <https://doi.org/10.1097/01.MLR.0000093487.78664.3C>
- Kuzminov Ya., Sorokin P., Froumin I. (2019) Generic and Specific Skills as Components of Human Capital: New Challenges for Education Theory and Practice. *Foresight and STI Governance*, vol. 13, no 2, pp. 19–41 (In Russian). <https://doi.org/10.17323/2500-2597.2019.2.19.41>
- Lomakina T.Yu., Pisarenko D.A. (2020) Extracurricular Activities of University Students in the Context of Concept of Continuing Education. *Otechestvennaya i zarubezhnaya pedagogika*, vol. 1, no 65, pp. 20–32 (In Russian).
- McInnis E.D. (2006) *Nonresponse Bias in Student Assessment Surveys: A Comparison of Respondents and Non-Respondents of the National Survey of Student Engagement at an Independent Comprehensive Catholic University* (PhD Thesis), Scranton, PA: Marywood University.
- Murtaugh P.A., Burns L.D., Schuster J. (1999) Predicting the Retention of University Students. *Research in Higher Education*, vol. 40, no 3, pp. 355–371. <https://doi.org/10.1023/A:1018755201899>
- Pascarella E.T., Seifert T.A., Blaich C. (2010) How Effective Are the NSSE Benchmarks in Predicting Important Educational Outcomes? *Change: The Magazine of Higher Learning*, vol. 42, no 1, pp. 16–22. <https://doi.org/10.1080/00091380903449060>
- Pascarella E.T., Terenzini P.T. (2005) *How College Affects Students. Vol. 2: A Third Decade of Research*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Podolskiy O.A., Pogozhina V.A. (2016) Corresponding Expectations of Tomorrow: Searching for the Content of Key Competences and Their Evaluation. *Lomonosov Pedagogical Education Journal*, no 2, pp. 10–27 (In Russian). <https://doi.org/10.51314/2073-2635-2016-2-10-27>
- Pogosova N.V., Dovzhenko T.V., Babin A.G., Kursakov A.A., Vygodin V.A. (2014) The Russian Version of the PHQ-2 and 9 Questionnaires: Sensitivity and Specificity in Detection of Depression in Outpatients General Medical Practice. *Cardiovascular Therapy and Prevention*, vol. 13, no 3, pp. 18–24 (In Russian). <https://doi.org/10.15829/1728-8800-2014-3-18-24>
- Ribeiro N., Malafaia C., Neves T., Menezes I. (2023) The Impact of Extracurricular Activities on University Students' Academic Success and Employability. *European Journal of Higher Education*, vol. 14, no 3, pp. 389–409. <https://doi.org/10.1080/21568235.2023.2202874>
- Roulin N., Bangerter A. (2013) Students' Use of Extra-Curricular Activities for Positional Advantage in Competitive Job Markets. *Journal of Education and Work*, vol. 26, no 1, pp. 21–47. <https://doi.org/10.1080/13639080.2011.623122>



- Russell S.H., Hancock M.P., McCullough J. (2007) Benefits of Undergraduate Research Experiences. *Science*, vol. 316, no 5824, pp. 548–549. <https://doi.org/10.1126/science.1140384>
- Shcheglova I.A. (2019) Can Student Engagement in Extracurricular Activities Facilitate the Development of Their Soft Skills? *Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes*, no 6, pp. 111–121 (In Russian). <https://doi.org/10.14515/monitoring.2019.6.07>
- Shcheglova I.A., Dremova O.V. (2022) *Extracurricular Activities as a Factor of Academic Success of Students*. Moscow: HSE (In Russian). <https://doi.org/10.17323/978-5-7598-2671-2>
- Shcheglova I.A., Dremova O.V., Babaeva J. (2023) *The Landscape of Extracurricular Activities of Students of Russian University*. Moscow: HSE (In Russian).
- Shcheglova I.A., Koreshnikova Yu.N., Parshina O.A. (2019) The Role of Engagement in the Development of Critical Thinking in Undergraduates. *Voprosy obrazovaniya / Educational Studies Moscow*, no 1, pp. 264–289 (In Russian). <https://doi.org/10.17323/1814-9545-2019-1-264-289>
- Sizova I.L., Ermilova A.V., Lukin N.S. (2014) Extracurricular Activities and Student Associations. Proceedings of the XIII All-Russian Scientific Conference Dedicated to the Memory of Professor Z.I. Feinburg "Modern Society: Issues of Theory, Methodology, Methods of Social Research" (Perm, 2014, November), vol. 1, pp. 173–180 (In Russian).
- Skorynin A.A. (2020) To the Problem of Structure of Psychological Well-Being of Personality. *Gumanitarnye issledovaniya. Pedagogika i psikhologiya*, no 2, pp. 87–93 (In Russian). <https://doi.org/10.24411/2712-827X-2020-10210>
- Stepashkina E.A., Sukhodoev A.K., Gudgelia D.Yu. (2022) *The Research on the Essential Range of Soft Skills Enquired by Leading Employers during the Process of Recruitment of University Graduates and Young Professionals*. Moscow: HSE (In Russian).
- Stiburek S., Vlk A., Švec V. (2017) Study of the Success and Dropout in the Higher Education Policy in Europe and V4 Countries. *Hungarian Educational Research Journal*, vol. 7, no 1, pp. 43–56. <http://dx.doi.org/10.14413/herj.2017.01.04>
- Strauss L.C., Terenzini P.T. (2007) The Effects of Students' In and Out-of-Class Experiences on Their Analytical and Group Skills: A Study of Engineering Education. *Research in Higher Education*, vol. 48, no 8, pp. 967–992. <https://doi.org/10.1007/s11162-007-9057-4>
- Strogetskaya E.V. (2009) The Idea and Mission of a Modern University. *Voprosy obrazovaniya / Educational Studies Moscow*, no 4, pp. 67–81 (In Russian).
- Stuart M., Lido C., Morgan J., Solomon L., May S. (2011) The Impact of Engagement with Extracurricular Activities on the Student Experience and Graduate Outcomes for Widening Participation Populations. *Active Learning in Higher Education*, vol. 12, no 3, pp. 203–215. <https://doi.org/10.1177/1469787411415081>
- Wang J., Shiveley J. (2009) *The Impact of Extracurricular Activity on Student Academic Performance*. Available at: <https://www.cair.org/wp-content/uploads/sites/474/2015/07/Wang-Student-Activity-Report-2009.pdf> (accessed 24 November 2024).
- Zajac T.Z., Komendant-Brodowska A. (2018) Premeditated, Dismissed and Disenfranchised: Higher Education Dropouts in Poland. *Tertiary Education and Management*, vol. 25, no 1, pp. 1–16. <https://doi.org/10.1007/s11233-018-09010-z>