

**ГЕНДЕРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ САМООЦЕНКИ И
ОЦЕНКИ СВОЕГО ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ
СТУДЕНТАМИ ПЕРВОГО КУРСА**
**Gender studies of self-assessment and yourself physical
health first year students'**

Вида Ивашкене

Литовский университет спорта, Литва

Валентина Скирене

Литовский университет спорта,
Университет им. Миколаса Ромериса, Литва

Юргита Чепелёнене

Литовский университет спорта,
Университет им. Миколаса Ромериса, Литва

Эвальдас Скирюс

Университет им. Миколаса Ромериса, Литва

Abstract. *The aim of this study is to assess aspects of first year students' (young man and young women) health and self-esteem. Zaborskis' (1997) questionnaire was used for the study to assess subjectively students' perception of their personal health. Self-assessment was analysed using Rosenberg's (1965) self-esteem scale. The survey using an anonymous questionnaire was implemented in Kaunas during the classes in spring semester 2010. The study involved 249 first-year students (120 young man and 129 young women). First-year students young man assess their physical health is not much better than the students young women. Self-esteem most of the young men and young women the average, and the third - high. Gender differences are established only for three terms of ten self-assessment ($p < 0,05$).*

Keywords: *student's health, self-esteem, young man, young women.*

Введение

Introduction

Согласно Кон И.С. (Кон, 1990), человек, который уважает себя, уверен в себе, положительно себя оценивает – не чувствует себя лучшим, нежели другие. Он просто верит в себя и в то, что сможет преодолеть любые трудности.

Зимбардо П.Г. (Zimbardo, 2005) указывает, что самооценка – это мнение человека о себе самом, сформировавшееся в результате сравнения себя с другими.

Самооценка индивидов в обществе анализируется учеными разных стран (Josephs et al., 1992; Rowley et al., 1998; Twenge & Campbell, 2001; Niemz et et al., 2005), Однако, в Литве эта проблема изучена еще не достаточно.

Оценка своего здоровья является частью самосознания (Ананьев,

2006). Субъективная оценка здоровья – показатель, имеющий неразрывную связь с состоянием здоровья и факторами, его определяющими. Именно последние могут оказывать положительное или отрицательное влияние на оценку индивидом своего состояния (Goštautas, 1999; Aadahl et al., 2007).

Согласно Гоштаутас А. (Goštautas, 1999) хотя мнение о собственном здоровье является субъективным, научные исследования и лечебная практика свидетельствуют, что оно отражает не только физическое и эмоциональное состояние индивида, но и самочувствие, и множество других психофизиологических показателей. Исходя из этого, наравне с субъективной оценкой физического здоровья студентами, было бы разумно исследовать и другие аспекты самооценки.

Здоровье студентов анализируются в разных аспектах, однако еще недостаточно исследований, связанных с изучением его взаимосвязи с уровнем самооценки. В связи с этим, встает проблемный вопрос – какова связь между самооценкой и оценкой студентами своего физического здоровья по гендерному признаку?

Цель исследования. Выявить уровень самооценки студентов первого курса и оценки ими состояния своего физического здоровья по гендерному признаку.

Задачи исследования: 1. Установить уровень самооценки студентов первого курса и оценки ими состояния своего физического здоровья по гендерному признаку.

2. Выявить взаимосвязь указанных показателей по гендерному признаку.

Гипотеза исследования. Перед постановкой исследования была выдвинута гипотеза о том, что студенты отличаются более высокой самооценкой и оценкой состояния своего физического здоровья, нежели студентки.

Методы и организация исследования. Основными методами исследования явились анкетный опрос и статистический анализ полученных данных.

На основе вопросника Заборскиса А. (Zaborskis, 1997) была разработана анкета, позволяющая установить уровень оценки студентами состояния своего здоровья. Варианты ответов оценивались в баллах и соответствовали: 1 балл – очень хорошее; 2 балла – хорошее; 3 балла – среднее; 4 балла – плохое; 5 – очень плохое здоровье.

Для выявления уровня самооценки студентов использовалась методика Розенберга М. (Rosenberg, 1965). Испытуемым была предложена анкета, состоявшая из 10 положений, характеризующих их состояние. Им необходимо было оценить каждую характеристику, выбрав один из четырех вариантов ответов.

Статистическая обработка данных. Статистическая обработка данных проводилась с помощью пакета программы накопления и анализа данных SPSS (*Statistical Package for Social Science*) 17.0. Для сравнения результатов различных групп испытуемых был использован χ^2 (*chi-квадрат*) критерий. Достоверность различия среднегрупповых данных определялась по t – критерию Стьюдента (Student) при уровне значимости $p < 0,05$. Степень взаимосвязи исследуемых параметров оценивалась по величине коэффициента корреляции Пирсона (*r*).

Организация исследования. Анонимное анкетирование, в котором приняли участие 249 студентов-первокурсников, обучающихся на гуманитарных факультетах высших учебных заведений г. Каунас (из них 120 юношей и 129 девушек), проводилось весной 2010 г. Студенты были отобраны методом случайного выбора.

Результаты исследования *Results*

Анализ уровней самооценки студентов свидетельствует, что большая часть юношей и девушек оценивают себя средне, а треть испытуемых – высоко (табл. 1).

Таблица 1

Распределение уровня самооценки испытуемых по гендерному признаку (%).
Distribution of self esteem of subjects by gender

Испытуемые	Уровни самооценки			Уровень значимости
	Низкий	Средний	Высокий	
Юноши	2,50	58,32	39,23	$p > 0,05$
Девушки	4,74	61,24	34,11	

Сравнение самооценки респондентов по половому признаку выявило, что мнение юношей и девушек достоверно различается по таким положениям, как: «иногда не доволен собой» – 17,50 юношей и 30,23% девушек; «чувствую, что обладаю большим количеством хороших качеств» – 86,67 и 70,54% соответственно; «чувствую, что мне нечем гордиться» – 25,00 и 13,18% соответственно ($p < 0,05$), (табл. 2).

Анализ мнения первокурсников о состоянии своего физического здоровья по гендерному признаку показал, что 46,67% юношей и 34,88% девушек оценивают его хорошо, 29,17 и 37,21% соответственно – достаточно хорошо 20,83 и 26,36% – удовлетворительно (рис. 1). Статистически достоверной разницы между оценками здоровья по половому признаку не обнаружено ($p > 0,05$).

Таблица 2

Самооценка студентов и студенток (%)
Self-assessment of male and female student's (%).

N	Испытуемые	Варианты ответов				Значение χ^2 и уровень достоверности
		Полностью согласен	Согласен	Не согласен	Полностью не согласен	
1.	Полностью доволен собой					$\chi^2(3) = 0,17,$ $p > 0,05$
	Ю	22,50	60,00	16,67	0,83	
	Д	22,48	58,14	18,60	0,78	
2.	Иногда бываю недоволен собой					$\chi^2(3) = 9,35,$ $p < 0,05$
	Ю	4,17	17,50	57,50	20,83	
	Д	0,78	30,23	44,96	24,03	
3.	Чувствую, что у меня много положительных качеств					$\chi^2(2) = 14,80,$ $p < 0,05$
	Ю	5,00	86,67	8,33	0	
	Д	21,71	70,54	7,75	0	
4.	Могу выполнить работу так же хорошо, как и другие					$\chi^2(2) = 0,77,$ $p > 0,05$
	Ю	20,83	69,17	10,00	0	
	Д	22,48	70,54	6,98	0	
5.	Чувствую, что мне нечем гордиться					$\chi^2(3) = 7,84,$ $p < 0,05$
	Ю	0,83	25,00	55,00	19,17	
	Д	3,88	13,18	58,91	24,03	
6.	Иногда чувствую себя ничем не стоящим					$\chi^2(2) = 1,61,$ $p > 0,05$
	Ю	14,17	77,50	8,33	0	
	Д	20,16	71,32	8,53	0	
7.	Знаю себе цену					$\chi^2(2) = 2,72,$ $p > 0,05$
	Ю	28,33	67,50	4,17	0	
	Д	37,21	57,36	5,43	0	
8.	Хотел бы больше уважать себя					$\chi^2(3) = 1,06,$ $p > 0,05$
	Ю	6,67	44,17	40,00	9,17	
	Д	4,65	43,41	39,53	12,40	
9.	Чувствую себя неудачником					$\chi^2(3) = 0,87,$ $p > 0,05$
	Ю	2,50	10,00	47,50	40,00	
	Д	3,88	10,08	42,64	43,41	
10.	Оцениваю себя положительно					$\chi^2(3) = 4,46,$ $p > 0,05$
	Ю	12,50	61,67	25,83	0	
	Д	19,38	58,14	20,93	1,55	

Примечание: Ю – юноши; Д - девушки

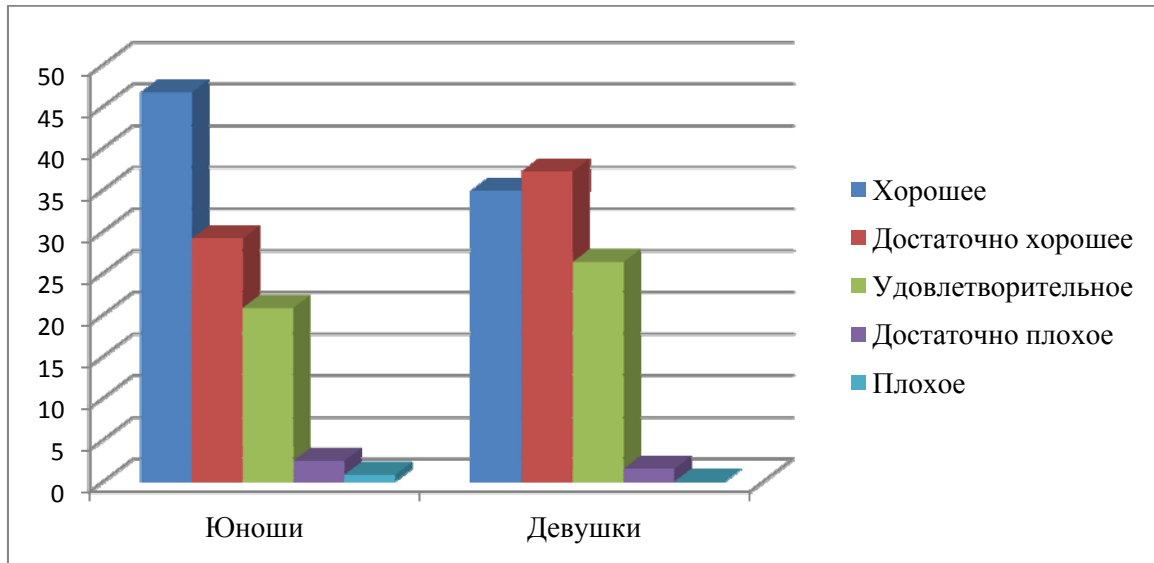


Рисунок 1. Самооценка своего физического здоровья студентами и студентками
Fig. 1 Self-assessment of physical health of students young man and students young women
($\chi^2(4) = 5,49, p > 0,05$).

При изучении взаимосвязи самооценки студентов и оценки ими состояния своего физического здоровья по гендерному признаку выявлена лишь слабая отрицательная корреляционная зависимость ($r = -0,30, p < 0,05$).

Обсуждение результатов исследования *Discussion*

Выдвинутая нами гипотеза исследования о том, что студенты-юноши обладают более высокой самооценкой и оценкой состояния своего здоровья подтвердилась частично: 1) самооценка студентов и студенток различается лишь по нескольким положениям (3 из 10) ($p < 0,05$); 2) состояние своего здоровья студенты оценивают незначительно выше, чем студентки ($p > 0,05$).

По мнению Зимбардо П.Г. (Zimbardo, 2005) среда обитания, врожденные и приобретенные качества формируют самооценку различного уровня (низкого, среднего и высокого). Для большинства студентов (58,32% юношей и 61,24% девушек), принявших участие в настоящем исследовании, характерен средний уровень самооценки, а для 39,23% и 34,11% испытуемых соответственно – высокий. Полученные данные совпадают с результатами Палюкайте Н. (Paliukaitė, 2007), исследовавшей уровень самооценки будущих учителей Литвы, и установившей, что для них характерным является достаточно высокое самомнение.

Однако, Пикунас Й. и Палуянскене А. (Pikūnas ir Palujanskienė, 2000) отмечают, что самооценка, т.е. соответствующая преподача и оценка себя, у представителей Литвы достаточно занижена. Беспокойство вызывает тот факт, что родители, недооценивающие себя, не в состоянии правильно (адекватно) оценить и своих детей. Зачастую заниженную самооценку родители передают (прививают) и своим детям. Именно поэтому впоследствии они, подражая родителям, ведут себя аналогично. Петрулите А. (Petrulytė, 2006), основываясь на данные собственных исследований, подчеркивает, что самооценка является одним из основных факторов, определяющих успешность обучения: чем выше оценка себя учеником – тем лучше его успеваемость и наоборот. Ей противоречат Баумайстер и др. (Baumeister et al., 2003), утверждающие, что именно хорошая успеваемость позволяет индивиду поверить в себя и повысить уровень собственной оценки. Исходя из сложившейся ситуации, на наш взгляд, необходимы дополнительные исследования взаимосвязей индивидуальной самооценки и различных факторов существования индивида в макро и микросреде.

По мнению Гоштаутаса А. (Goštautas, 1999) важно как свое здоровье интерпретирует сам индивид. Субъективная оценка здоровья является многоплановым понятием, неразрывно связанным с состоянием физического здоровья индивида и факторами, его определяющими (Stock et al., 2001; Kramer et al., 2004; Oksuz and Malhan, 2005).

В проведенном нами исследовании 46,67% юношей и 34,88% девушек состояние своего здоровья оценили как хорошее, 29,17 и 37,21% испытуемых соответственно – как достаточно хорошее. Полученные данные полностью совпадают с результатами других исследователей, установивших, что большинство студентов считает свое здоровье хорошим или достаточно хорошим (Von Ah et al., 2005; Grinienė, 2006; Proškuvienė ir kt., 2006; Vaščila ir kt., 2007; Zlatkuvienė ir kt., 2007; Grinienė ir Zachovajevs, 2008).

Достоверных различий при оценке физического здоровья студентами г. Каунас по гендерному признаку в проведенном нами исследовании не установлено ($p > 0,05$). Полученные данные полностью совпадают с результатами исследований Гринене Е. (Grinienė, 2006) и Гринене. Е и Заховаева П. (Grinienė ir Zachovajevs, 2008) выявивших, что юноши и девушки Литовской академии физической культуры оценивают уровень своего физического здоровья примерно одинаково ($p > 0,05$). Однако, этого мнения придерживаются не все. Исследованиями отдельных авторов установлено, что юноши более склонны к высоким самооценкам здоровья, нежели девушки. По данным Златкувене В. И др. (Zlatkuvienė ir kt. 2007), изучавших психоэмоциональное состояние и здоровье будущих педагогов, очень высоко уровень своего здоровья оценивают больше юношей, чем девушек, а удовлетворительно – наоборот ($p < 0,005$). Результаты

исследований Вашчила В. и др. (Vaščila ir kt., 2008) так же свидетельствуют о том, что юноши Сельскохозяйственного университета Литвы свое здоровье оценивают выше, чем девушки: очень хорошо – 9% и 6% соответственно; хорошо – 54% и 40% соответственно; удовлетворительно – 29% и 36% соответственно, ($p < 0,001$).

Гоштаутас А. и др. (Goštautas ir kt., 2004) установили, что юноши, отличающиеся низким уровнем самооценки, склонны и к худшей оценке своего физического здоровья. В проведенном нами исследовании взаимосвязь показателей самооценки студентов и оценкой ими состояния своего физического здоровья имеет лишь слабую отрицательную корреляционную зависимость ($r = -0,30$). Подобный факт позволяет предположить, что выше себя оценивающие студенты более критично относятся к состоянию своего здоровья.

Выводы *Conclusions*

Студенты первого курса свое физическое здоровье оценивают не на много лучше, чем студентки. Самооценка большей части юношей и девушек среднего уровня, а трети – высоко. Гендерные различия установлены лишь по трем положениям самооценки из десяти ($p < 0,05$).

На наш взгляд в дальнейшем было бы полезно выявить причины, влияющие на происхождение этих различий, исследуя взаимосвязи индивидуальной самооценки и различных факторов существования индивида в макро и микросреде.

Summary

The study authors tried to identify the level of self-esteem first-year students and their assessment of the state of their physical health by gender.

On the basis of the questionnaire Zaborskis A. (1997) developed a questionnaire, which allows students to set the level of assessment of one's physical health. To identify the level of self-esteem of students used the technique of M. Rosenbergo (1965). Anonymous survey, which was attended by 249 high school students in Kaunas (including 120 boys and 129 girls) in the spring of 2010.

The study found that first-year students of Lithuania assess their physical health is not much better than the students girls. Self-esteem most of the young men and young women reach the average level, and the third - high. Gender differences are established only for three terms of ten self-assessment ($p < 0,05$).

Литература References

1. Aadahl, M., Kjer, M., Jurgensen, T. (2007). Perceived exertion of physical activity: Negative association with self-rated fitness. *Scandinavian Journal of Public Health*, 35 (4), 403–409.
2. Baumeister, R. F., Jennifer, D. Campbell, Joachim I. Krueger and Kathleen, D. (2003). Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles? *Vohs in Psychological Science in the Public Interest*, Vol. 4, No. 1, 1-44.
3. Grininė, E. (2006). Studentų savos sveikatos vertinimas ir požiūris į sveiką gyvenimą. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 1 (60), 2006. - 10–17.
4. Grininė, E., Zachovajevs, P. (2008). Lietuvos kūno kultūros akademijos studentų socialinės integracijos, požiūrio į sveikatą ir sveiką gyvenimą kaita. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 2 (69), 40–46.
5. Goštautas, A., Grigaitė, B., Klasavičienė, R. (2004). Kolegijos studentų savęs vertinimo ypatumai. *Pedagogika. Mokslo darbai*, 74, 33–37.
6. Goštautas, A. (1999). *Interrelationship between Psychological Behaviour and Somatic Ischemic Heart Disease Risk Factors in Kaunas MONICA. Psychological Study*. World Health Organization Report ICPCVD 118. Lugano. 5–27.
7. Josephs, R. A., Markus, H.R., Tafarodi, R. W. (1992). Gender and Self-Esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 63, 3, 391-402.
8. Kramer, A., Pruffer-Kramer, L., Stock, C., Tshiananga, J. T. (2004). Differences in health determinants between international and domestic students at a German university. *Journal of American College Health*, 53 (3), 127–132.
9. Niemz, K., Griffiths, M., Banyard, P. (2005). Prevalence of Pathological Internet Use among University Students and Correlations with Self-esteem, the General Health Questionnaire (GHQ), and Disinhibition. *CyberPsychology & Behavior*, 8 (6). 562-570.
10. Oksuz, E., Malhan, S. (2005). *Socioeconomic factors and health risk behaviours among university students in Turkey: Questionnaire study*. Croatian Medical Journal, 46 (1). 66–73.
11. Paliukaitė, N. (2007). *Būsimųjų mokytojų mokymosi motyvų, savivertės bei savijautos mokantis sąsajos*. Pedagogika, 85, 53–60.
12. Proškuvienė, R., Zlatkuvienė, V., Černiauskiene, M. (2006). *Studentų – būsimųjų pedagogų gyvenimą ir požiūrį į sveikatą*. Visuomenės sveikata, 2 (33), 73–78.
13. Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton, New Jersey: Princeton University Press.
14. Rowley, J., Sellers, R.M., Chavous, T.M., Smith, M.A. (1998). The Relationship Between Racial Identity and Self-Esteem in African American College and High School Students. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 74, 3, 715-724.
15. Stock, C., Wille, I., Kramer, A. (2001). The health of students during their education. *Gesundheitswesen*, 63 (1), 556–559.
16. Twenge, J.M., Campbell, W.K. (2001). Age and Birth Cohort Differences in Self-Esteem: A Cross –Temporal Meta-Analysis. *Pers Soc Psychol Rev* November 1, 5: 2001. - 321-344.
17. Vaščila, V., Liaudanskas, S., Siaurodinis, A., Vyskupaitis, E., Raupelis, A. (2008). Lietuvos Žemės ūkio universiteto pirmo kurso studentų sveikatos savivertė ir priklausomybę sukeliančių medžiagų vartojimas. *Kūno kultūra ir sportas universitete – 2008: Tarptautinės konferencijos pranešimų medžiaga*, 217.

18. Vaščila, V., Siaurodin, A., Vyskupaitis, E., Raupelis, A. (2007). Jaunimo sveikatos savianalizė ir sveika elgsena. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, 2, 250–254.
19. Von Ah, D., Eberts, S., Ngamvitroj, A., et al. (2005). Predictors of health behaviours in college students. *Journal of Advanced Nursing*, 50 (1), 111–112.
20. Zaborskis, A. (1997). *Lietuvos moksleivių sveikatos būklė ir jos stiprinimas: habilitacinis darbas*. Kaunas: Kauno medicinos universitetas.
21. Zimbardo, P. G. (2005). Optimizing the power and magic of teaching. *Journal of Clinical and Social Psychology*, 1 (24), 11–21.
22. Zlatkuvienė, V., Proškuvienė, R., Černiauskienė, M., Žilinskienė, E. (2007). Būsimųjų pedagogų psichoemocinės ir fizinės sveikatos savivertė. *Visuomenės sveikata*, 3 (38), 39 – 43.
23. Ананьев, В.А. (2006). Основы психологии здоровья: концептуальные основы психологии здоровья/ Ананьев, В.В. – СПб: Речь.
24. Кон, И. С. (1990). *Открытие „Я“*. Москва: Политиздат.

Вида Ивашкене	Литовский университет спорта, Литва E-mail: ida.ivaskiene
Валентина Скирене	Литовский университет спорта, Университет им. Миколаса Ромериса, Литва E-mail: valentina.skyriene@lsu.lt
Юргита Чепелёнене	Литовский университет спорта, Университет им. Миколаса Ромериса, Литва E-mail: j.cepelionene@mruni.eu
Эвальдас Скирюс	Университет им. Миколаса Ромериса, Литва skyrius.evaldas@gmail.com