



УДК 159.9.07:378.661-057.875

САМООЦЕНКА СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ КАК КРИТЕРИЙ УСПЕШНОСТИ В ПРОФЕССИИ ВРАЧА

С.Р. Кравчук, Ю.И. Абляев

***Аннотация.** Проведено сравнение самооценки отечественных и иностранных студентов. Согласно полученным данным, у студентов из Индии выявлен достаточно низкий уровень самооценки. Так, примерно 25% студентов оказались в группе с самооценкой «ниже среднего» и 65,4% в группе «значительно ниже среднего». Это может быть связано с культурными особенностями и ценностями, принятыми в индийском обществе, а также с высоким уровнем конкуренции и давления, которое испытывают студенты в процессе получения образования. Низкая самооценка может негативно сказываться на академической успеваемости и психологическом благополучии студентов. В отличие от индийских студентов, уровень самооценки отечественных студентов показал выраженную зависимость от пола респондентов. Юноши в большинстве случаев демонстрировали средние показатели самооценки (33,3%), в то время как девушки чаще имели крайние значения: либо «значительно ниже среднего» (29,4%), либо «значительно выше среднего» (20,7%). Такие различия могут объясняться социальными ролями и ожиданиями, существующими в обществе, влиянием гендерных стереотипов, а также личностными особенностями и восприятием собственной привлекательности. Чрезмерно высокая или низкая самооценка может иметь негативные последствия для межличностных отношений и успехов в учебе. Для решения проблемы низкой самооценки можно порекомендовать обращение за помощью к психологу, развитие навыков позитивного мышления, повышение социальной активности и достаточный отдых. Кроме того, важно создавать благоприятную среду, свободную от дискриминации и унижения личности, чтобы студенты чувствовали себя уверенно и комфортно. Работа над повышением самооценки должна вестись на индивидуальном уровне, но также необходимы системные меры по созданию инклюзивной и поддерживающей атмосферы в учебных заведениях. Эти меры могут помочь студентам повысить уверенность в себе, научиться принимать себя и свои недостатки, а также улучшить общее эмоциональное состояние и качество жизни.*

***Ключевые слова:** самооценка, студенты медицинского ВУЗа*

SELF-ASSESSMENT OF MEDICAL STUDENTS AS A CRITERION OF SUCCESS IN THE MEDICAL PROFESSION

S. Kravchuk, Yu. Ablyayev

Abstract. *The self-assessment of domestic and foreign students was compared. According to the data obtained, students from India have a fairly low level of self-esteem. Thus, approximately 25% of students were in the group with a self-esteem "below average" and 65.4% in the group "significantly below average". This may be related to cultural characteristics and values prevalent in Indian society, as well as the high level of competition and pressure that students experience during their education. Low self-esteem can negatively impact academic performance and psychological well-being of students. In contrast to Indian students, the level of self-esteem among domestic students showed a pronounced dependence on the gender of the respondents. Male students predominantly demonstrated average levels of self-esteem (33.3%), while females more often exhibited extreme values: either "significantly below average" (29.4%) or "significantly above average" (20.7%). Such differences may be explained by social roles and expectations in society, the influence of gender stereotypes, as well as personal characteristics and perceptions of one's own attractiveness. Excessively high or low self-esteem can have negative consequences for interpersonal relationships and academic success. To address the problem of low self-esteem, it is recommended to seek help from a psychologist, develop positive thinking skills, increase social activity, and ensure adequate rest. Additionally, it is crucial to create a favorable environment free from discrimination and personal humiliation, so that students feel confident and comfortable. Efforts to improve self-esteem should be undertaken at an individual level, but systemic measures are also necessary to create an inclusive and supportive atmosphere in educational institutions. These measures can help students increase their self-confidence, learn to accept themselves and their flaws, and improve their overall emotional state and quality of life.*

Keywords: *self-assessment, medical university students*

Самооценка - субъективное мнение человека о себе, о собственной ценности, о своих возможностях. Это то, как мы себя видим. Она влияет на эмоциональное состояние, мотивацию, самоопределение и способность к достижению целей. Любой индивидуум, приобретая навыки общения с детского возраста, в дальнейшей жизни их развивает в различных интерпретациях, в зависимости от социальной среды, в которой он находится, формируя коммуникативные способности [2].

Самооценка является важным компонентом индивидуальной психологии, определяя мотивацию и поведение человека [1]. В знаменитой «пирамиде» Маслоу самооценка играет ключевую роль, находясь на высшем уровне иерархии потребностей - потребности в самоактуализации [7]. Отмечается высокая значимость положительной самооценки в процессе самопознания и личностного роста, её помощь в здоровом развитии личности [4].

Считается, что самооценка начинает складываться в семилетнем возрасте, как устойчивое и дифференцированное отношение ребенка к себе [5]. Из этого следует, что самооценка является важнейшей личностной характеристикой, контролирующей

деятельность человека, позволяющей выстраивать свое поведение в соответствии с социальными нормами [8].

А.Н. Леонтьев выделяет когнитивный (знания человека о себе) и эмоциональный компонент самооценки (отношение к себе, как мера удовлетворенности собой) и рассматривает самооценку как устойчивое эмоциональное отношение, которое «является результатом специфического обобщения эмоций» [6].

Самооценку обычно делят на здоровую (положительную) и отрицательную (низкую). Люди с положительной самооценкой более уверены в себе, воспринимают себя позитивно, более активны. Люди с низкой самооценкой часто недовольны собой, чувство неуверенности и страх неудачи сопровождают их жизнь. Негативные эмоции делают индивида уязвимым к психоэмоциональным стрессам, затрудняют психологическую и биологическую защиту, облегчают возникновение и утяжеляют течение соматических нарушений [7]. Низкая самооценка имеет также социальные последствия - из-за неуверенности в себе людям сложно отстаивать собственные интересы, заводить новые знакомства.

Кроме того, люди с низкой самооценкой часто не верят в собственные силы, в способность изменить жизнь, из-за чего возникает чувство выученной беспомощности. Человек становится пассивным, отказывается от поддержания здорового образа жизни. Может злоупотреблять алкоголем или сигаретами, что, в свою очередь, тоже приводит к ряду заболеваний.

Студенты, у которых нет уверенности в своих способностях и ощущения поддержки со стороны окружающих, могут испытывать стресс и тревогу, что приводит к нарушению пищевого поведения: ограничение приема пищи или отказ от нее, принудительное переедание, вызывание рвоты или использование слабительных, чрезмерные физические упражнения [3]. У студента может быть депрессия: постоянное чувство грусти, пустоты или безнадежности, потеря интереса к деятельности, которая раньше приносила удовольствие, изменения аппетита и веса, проблемы со сном, усталость или отсутствие энергии, раздражительность или гнев, чувства вины или беспомощности, затруднения с концентрацией или принятием решений, мысли о смерти или самоубийстве, тревожные расстройства. В тяжелых случаях это может привести к чрезмерному употреблению алкоголя или наркотиков.

На самооценку могут быть завязаны другие проблемы с психическим здоровьем: проблемы отношений, трудности на работе или в школе, социальная изоляция, низкая продуктивность, трудности с установлением и поддержанием здоровых границ, физические проблемы.

В современном обществе люди в высокой степени зависят от мнения окружающих, а самооценка влияет на развитие личности и, в конечном счете, на эффективность деятельности. Учитывая, что врачебный вид деятельности сложно переоценить, это актуализировало тему данного исследования.

Целью нашей работы было исследование самооценки студентов из разных стран.

В работе использована методика определения самооценки Coopersmith Self Esteem Inventory (CSEI). Согласно данной методике был проведен анонимный опрос, в котором приняли участие 168 студентов в возрасте $20 \pm 1,9$ лет. Из них - 107 студентов из Индии и 61 российский студент. Статистический анализ полученных результатов проводился в два этапа, ввиду того, что каждая анкета содержала пул вопросов,

положительный ответ на которые свидетельствовал о недобросовестном заполнении (невнимательное заполнение, преднамеренное заполнение случайными данными, обман с целью выглядеть лучше в своих глазах или глазах проверяющего). По методике CSEI анкета с тремя и более положительными ответами на вышеупомянутые вопросы считается недостоверной и подобные анкеты исключались из дальнейшей статистической обработки. Статистический анализ проводился при помощи лицензионного прикладного пакета MedStat с проверкой вариационных рядов на нормальное распределение и применением параметрических и непараметрических методов.

Первые результаты, которые были получены ещё на этапе отбора анкет, представляют интерес: к исследованию небыли допущены 70 анкет, что составило 41,7% всего собранного материала. При этом среди студентов из России таких анкет было 15 (24,6%), а среди индийских студентов - 55 (51,4%).

Значительное количество (больше половины) недостоверных анкет у иностранных студентов может быть объяснено рядом причин:

- культурные различия: культурные нормы и ценности могут влиять на то, как люди воспринимают и сообщают о своей самооценке. В некоторых культурах может считаться социально желательным представлять себя в позитивном свете, что может привести к более высоким оценкам самооценки;

- языковой барьер: иностранные студенты обучаются на английском языке. Так как для индусов он не родной, они могли испытывать трудности с пониманием или выражением своих мыслей и чувств на английском. Это могло привести к недопониманию или неточности в их ответах на вопросы об их самооценке;

- социальная желательность: возможно, иностранные студенты были более склонны давать ответы, которые, по их мнению, ожидаются или желательны в данной ситуации (преувеличение самооценки в стремлении произвести хорошее впечатление);

- негативный опыт: не смотря на то, что руководство и сотрудники университета стараются создать для иностранных студентов максимально комфортные для проживания и учебы условия, не исключен вариант, что они могли сталкиваться с дискриминацией, изоляцией или другими негативными переживаниями, которые способны повлиять на их самооценку. Чтобы справиться с этими переживаниями, они могли преувеличивать свою самооценку в опросах (как способ защитить свое хрупкое чувство собственного достоинства).

Таким образом, в дальнейшую работу было взято 98 анкет (52 анкеты иностранных и 46 – отечественных студентов). Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1 - Результаты тестирования по методике CSEI

	число	%	число	%	число	%
Зарубежные студенты						
	всего 52 чел.		юноши, 24 чел.		девушки, 28 чел.	
Значительно ниже среднего	34	65,4	16	66,7	18	64,3
Ниже среднего	13	25	6	25	7	25
Среднее значение	4	7,7	2	8,3	2	7,1
Выше среднего	1	1,9	0	0	1	3,6
Значительно выше	0	0	0	0	0	0

среднего						
Отечественные студенты						
	всего 46 чел.		юноши, 12 чел.		девушки, 34 чел.	
Значительно ниже среднего	12	26,1	2	16,7	10	29,4
Ниже среднего	8	17,4	3	25	5	14,7
Среднее значение	10	21,7	4	33,3	6	17,6
Выше среднего	8	17,4	2	16,7	6	17,6
Значительно выше среднего	8	17,4	1	8,3	7	20,7

Данные, полученные в результате обработки анкет, показывают низкую самооценку среди студентов из Индии. Только у одной студентки (1,9 % от общего количества респондентов) уровень самооценки был определен, как «выше среднего». Также незначительное количество учащихся показало результаты, соответствующие «среднему уровню самооценки» (4 человека или 7,7%). Основная же часть студентов оказалась в группах «ниже среднего» (13 человек или 25%) и «значительно ниже среднего» (34 человека или 65,4%).

После обработки результатов отечественных студентов получены следующие результаты. Парни имеют в большинстве случаев средние показатели самооценки (33,3%). Некоторое количество респондентов показало результаты «ниже среднего» (25%) и «выше среднего» (16,7%). Еще реже показатели соответствовали значениям «значительно ниже среднего» (16,7%) и «значительно выше среднего» (8,3%).

Девушки имеют в большинстве случаев уровень самооценки «значительно ниже среднего» (29,4%) или «значительно выше среднего» (20,7%). Значения «среднее» и «выше среднего» показало одно и то же число студенток (по 17,6%). Остальная часть опрашиваемых имела результат «ниже среднего» (14,7%).

На рисунке 1 представлено сравнение между отечественными студентами и иностранными.

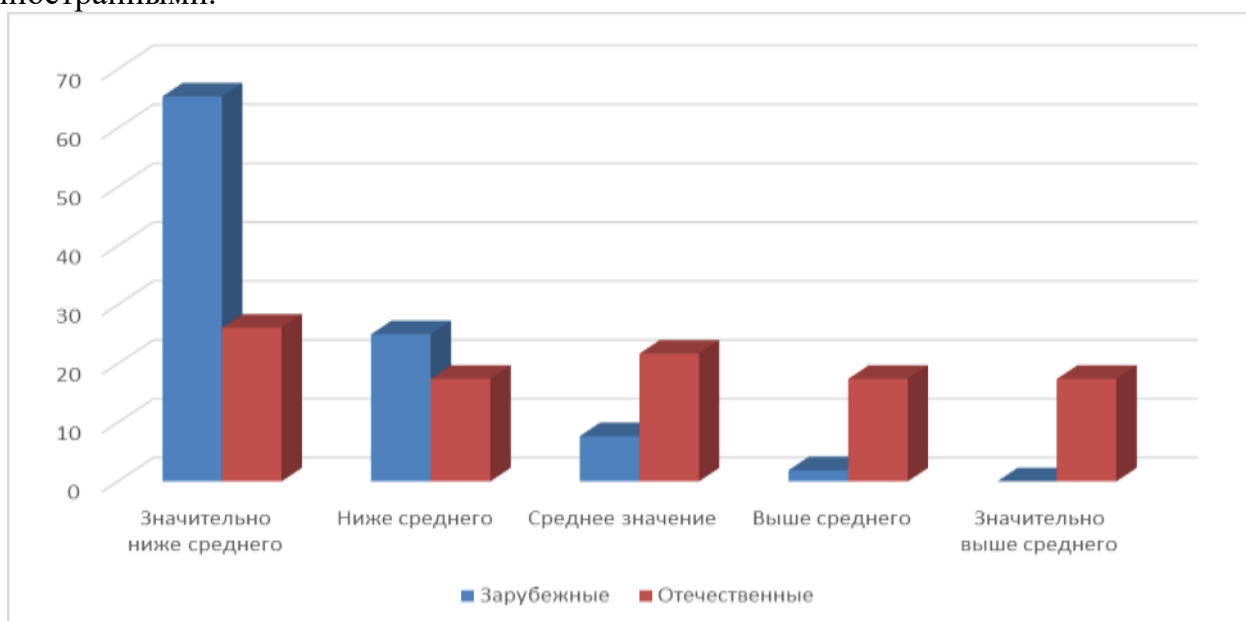


Рис. 1. Сравнение самооценки отечественных и иностранных студентов

Самооценка может влиять на результаты учебы несколькими способами:

- мотивация: ученикам с высокой самооценкой, вероятно, помогает наличие внутренней положительной мотивации на достижение успеха;
- вера в себя: ученики с высокой самооценкой уверены в своих способностях, что позволяет им справляться со сложными задачами и преодолевать неудачи;
- упорство: ученики с высокой самооценкой более настойчивы и готовы прилагать усилия для достижения своих целей, даже если они сталкиваются с трудностями;
- принятие рисков: ученики с высокой самооценкой более склонны принимать риски. Это, в свою очередь, позволяет ставить перед собой более сложные задачи и пробовать нестандартные решения, приводя к новым возможностям и опыту;
- управление стрессом: ученики с высокой самооценкой лучше справляются со стрессом и тревожностью, которые могут мешать учебе.

Таким образом, заниженная самооценка может вызвать следующие проблемы:

- избегание неудач: студенты с низкой самооценкой могут избегать сложных задач из страха неудачи, что может негативно повлиять на их академический прогресс;
- саботаж: студенты с низкой самооценкой могут неосознанно саботировать свои собственные усилия, испытывая негативные мысли или сомнения в своих способностях;
- отсутствие устойчивости: студенты с низкой самооценкой более уязвимы для стресса и могут легко сдаться при столкновении с трудностями.
- ухудшение психического здоровья: низкая самооценка может привести к таким проблемам с психическим здоровьем, как тревога, депрессия и низкое чувство собственного достоинства, что негативно сказывается на общем благополучии студента и его способности к обучению;
- повышенный риск выгорания: студенты-медики с низкой самооценкой имеют более высокий риск выгорания из-за пониженной устойчивости к давлению обстоятельств.

Возможно, более низкая самооценка среди иностранных студентов связана с теми трудностями, которые они испытывают, сталкиваясь с адаптацией к новой среде проживания, языковым барьером и различиями в культуре. Эти внешние факторы также усугубляются самим фактом учебы на медицинском факультете, который характеризуется высокими стандартами, требованиями и ответственностью. Таким образом, на самооценку студентов могут влиять успехи или неудачи, стрессы, связанные с учебным процессом.

Для преодоления этой проблемы мы можем порекомендовать обращение за помощью к психологу, работающему в учебном заведении. Психолог окажет помощь в поиске причин низкой самооценки и восстановлении ее. Поднятию самооценки также способствуют социальная интеграция и регулярные занятия спортом.

Для решения выявленной проблемы низкой самооценки дополнительно можно порекомендовать развитие навыков позитивного мышления, повышение социальной активности (посещение кружков, участие в общественных мероприятиях), достаточный отдых, нормализацию ночного сна, проведение свободного времени с близкими людьми (родители, друзья, супруги), постановку достижимых целей (установка реалистичных и достижимых целей может повысить уверенность в себе и чувство ком-

петентности), саморефлексию (регулярное размышление о своих сильных и слабых сторонах может помочь повысить самосознание и выявить области для улучшения).

Также не забывайте оказывать посильную помощь окружающим: получение поддержки от учителей, родителей и сверстников также помогает укрепить самооценку.

Выводы:

1. Более четверти студентов, принимавших участие в исследовании, имеют очень низкую самооценку. При этом результаты значительно ниже среднего показали почти 30% девушек. У юношей таких результатов почти в два раза меньше.

2. Среднее значение самооценки показали более 30% юношей, одновременно этот результат показало почти в два раза меньше девушек.

3. Наряду с этим, результаты значительно выше среднего продемонстрировали 20,7% девушек, тогда как среди юношей этот показатель наблюдался в 2,5 раза реже. Такие разнонаправленные результаты, полученные у девушек, могут свидетельствовать об их эмоциональной лабильности, что далеко не всегда является положительным качеством будущего врача.

4. Самооценка студентов медицинского института показала достаточно низкий уровень. К этому могли привести ряд важных причин как физиологического, так и психологического характера: сложность учебного процесса, недостаток личного времени, постоянная конкуренция за своё будущее в профессии, возможные семейные проблемы, недостаточный сон, низкая двигательная активность и т.д.

Исследования следует продолжить, и следующим этапом станет изучение объективных причин, вызывающих снижение самооценки студентов с проведением корреляционного анализа для построения шкалы зависимости.

Список литературы:

1. Адлер. А. Индивидуальная психология. Санкт-Петербург: Питер, 2022. 256 с.

2. Алиева З. М., Гимадиева А. Р., Шебалова Е. М. Влияние самооценки студента-медика на нарушение пищевого поведения // Week of Russian science : сборник материалов XII Всероссийской недели науки с международным участием, посвященной Году педагога и наставника (Саратов, 2023). – Саратовский государственный медицинский университет имени В.И. Разумовского (Саратов), 2023. – С. 329.

3. Бусыгина И.А. Влияние самооценки на коммуникативную способность студентов. Армавирский государственный педагогический университет, 2023. – С. 189-193.

4. Выготский Л.С. Собрание сочинений в 6 т.: Т. 2. Проблемы общей психологии. М.: Педагогика, 1982. 504 с.

5. Грехов Р.А., Сулейманова Г.П., Адамович Е.И. Роль тревоги в психофизиологии стресса // Природные системы и ресурсы. – 2017. – Т. 7. – №. 1. – С. 57-66.

6. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М., 1975. 389 с.

7. Маслоу А. Г. Мотивация и личность. Санкт-Петербург: Питер, 2009. 600 с.

8. Роджерс К. Клиент-центрированная психотерапия: Теория, современная практика и применение. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2007. 560 с.

References:

1. Adler. A. Individual psychology. St. Petersburg: "Piter", 2022. [*Individual'nyya psikhologiya*] 256 p.
2. Alieva Z. M., Gimadieva A. R., Shebalova E. M. The influence of a medical student's self-esteem on eating disorders // Week of Russian science : A collection of materials of the XII All-Russian Science Week with international participation dedicated to the Year of the teacher and mentor (Saratov, 2023). - Saratov State Medical University named after V.I. Razumovsky (Saratov), 2023. [*Vliyanye samoocenki studenta-medica na naruscheniye pisch'evogo povedeniya*]- P. 329.
3. Busygina I. A. The influence of self-esteem on the communicative ability of students. Armavir State Pedagogical University, 2023. [*Vliyaniye samoocenki na kommunikativnyuyu sposobnost' studentov*]- P. 189-193.
4. Vygotsky L.S. Collected works in 6 volumes: Vol. 2. Problems of general psychology. M.: Pedagogy, 1982. [*Problemy obsch'ey psikhologii*] 504 p.
5. Grekhov R. A., Suleymanova G. P., Adamovich E. I. The role of anxiety in the psychophysiology of stress // Natural systems and resources. - 2017. – vol. 7. – No. 1. [*Rol' trevogi v psihofiziologii stressa//Prirodniye sistemy i resursy*]- P. 57-66.
6. Leontiev A.N. Activity. Conscience. Personality. M., 1975. [*Deyatel'nost'. Soznaniye. Lichnost'*] 389 p.
7. Maslow A. G. Motivation and personality. St. Petersburg : "Piter", 2009. [*Motivatsiya i lichnost'*] 600 p.
8. Rogers K. Client-centered psychotherapy: Theory, modern practice and application. M.: Publishing House of the Institute of Psychotherapy, 2007. [*Kliyent-centrirovannaya psihoterapiya: Teoriya, sovremennaya praktika i primeneniye*] 560 p.

УДК 316.6

ЦЕННОСТНЫЕ МАЯКИ В КУЛЬТУРЕ СТУДЕНТОВ: ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ

И.М. Ушков, М.В. Кузьмина, И.Т. Русских, О.Н. Малахова

Аннотация. В статье поднимается тема особенностей психологии общения, формирования мировоззрения, коммуникативной культуры и системы ценностей студентов как их составляющих. Она рассматривается в философско-антропологическом, культурологическом и психологическом ключах, как культура мира переживаний, формирование которой осуществляется в межличностном взаимодействии. Отмечается, что в рамках междисциплинарного подхода тема представлена недостаточно. Полагается, что такой подход является оптимальным. Для решения исследовательских задач используется комплекс общенаучных методов. Констатируется одна из особенностей психологии молодых людей – неспособность конструктивно ориентироваться в цифровой культуре; причина видится в мировоззренческом и психо-эмоциональном разладе, в том числе в понимании приоритетов ценностей. Утверждается, что упорядочивание внутреннего мира и, как результат, успешная адаптация в цифровом мире и его структурах возможны при условии раз-