

Степанова Наталья Владимировна,
кандидат психологических наук, доцент кафедры общей психологии
ФГБОУ ВО «Оренбургский государственный медицинский университет»
Минздрава РФ, г. Оренбург
stepanova-nw@yandex.ru



Наквасина Светлана Николаевна,
студентка факультета клинической психологии ФГБОУ ВО «Оренбургский государственный медицинский университет» Минздрава РФ, г. Оренбург
froidkolyanovich@mail.ru

Самоотношение и жизненная удовлетворённость у студентов медицинского вуза

Аннотация. В статье представлен краткий теоретический анализ проблемы самоотношения и удовлетворённости жизнью, а также результаты эмпирического исследования составляющих самоотношения и жизненной удовлетворённости студентов медицинского вуза. Проанализированы различия в компонентах самоотношения и жизненной удовлетворённости у юношей и девушек; установлена взаимосвязь между самоуважением, аутосимпатией, внутренней устойчивостью и жизненной удовлетворённостью в юношеском возрасте.

Ключевые слова: самоотношение, самоуважение, аутосимпатия, внутренняя устойчивость, жизненная удовлетворённость, юношеский возраст.

Раздел: (02) комплексное изучение человека; психология; социальные проблемы медицины и экологии человека.

Первые курсы обучения в вузе приходятся на юношеский возраст – начало взрослой, самостоятельной жизни. Именно в юношеском возрасте происходит качественная перестройка самосознания, когда прежние детские и подростковые представления о себе изменяются и становятся более зрелыми, объективными. Центральным возрастным новообразованием юности является окончательное самоопределение, позволяющее начать утверждать себя в жизни. Специфика данного возраста обусловлена сформированностью Я-концепции, принятием юношами и девушками ответственности за свою жизнь, за перспективы профессионального и личностного роста. Самоотношение и отношение к жизни в целом, являясь компонентами сложной системы личностных отношений, играют важную роль в становлении и успешной самореализации личности.

Изучением самоотношения и особенностей самоотношения в юношеском возрасте занимались Б. Г. Ананьев, Р. Бернс, И. С. Кон, А. В. Орлова, С. Р. Пантिलеев, К. Роджерс, М. А. Рушина, Н. И. Сарджвеладзе, В. В. Столин и др.

Проблема удовлетворённости жизнью на разных уровнях представлена в трудах М. Аргайла, Л. В. Куликова, Н. В. Паниной, М. Селигмана, Т.К. Терра, А. З. Шапиро.

Цель нашего исследования – изучение особенностей самоотношения и жизненной удовлетворённости в юношеском возрасте.

Методы и методики исследования: теоретические методы психологического исследования (анализ, синтез, сравнение, обобщение); метод тестирования («Методика исследования самоотношения» В. В. Столина, С. Р. Пантилеева; тест «Индекс

жизненной удовлетворённости» в адаптации Н. В. Паниной); количественный и качественный анализ обработки данных с использованием методов математической статистики (критерии t-Стьюдента, г-Пирсона).

Эмпирическое исследование особенностей самоотношения и жизненной удовлетворённости в юношеском возрасте проводилось на базе Оренбургского государственного медицинского университета в 2016 г. В исследовании приняли участие 111 студентов I–III курсов в возрасте от 18 до 23 лет, из них 76 девушек, 35 юношей.

Согласно Б. Г. Ананьеву, отношения к себе, являясь наиболее поздним образованием личности, завершают структуру характера, обеспечивают целостность, выполняют функции саморегулирования и контроля развития, способствуют образованию и стабилизации единства личности. С отношением человека к себе связаны цели жизни и деятельности, ценностные ориентации и установки [1].

По определению Н. И. Сарджвеладзе самоотношение личности включено в качестве подструктурной единицы в общую систему отношений человека, а с содержательной и функциональной точек зрения самоотношение теснейшим образом связано с особенностями отношения субъекта к внешнепредметному и социальному миру. «Я» существует постольку, поскольку оно является одновременно и субъектом, и объектом отношения. Согласно концепции Н. И. Сарджвеладзе, самоотношение включает в себя когнитивный, аффективный и конативный компоненты [2].

С. Р. Пантилеев на основе эмоциональной и оценочной подсистем самоотношения как интегральной характеристики личности выделяет в нем три компонента: самоуважение (позитивное оценочное самоотношение), аутосимпатию (позитивное эмоциональное самоотношение) и самоуничижение (негативное самоотношение) [3].

В. В. Столин, в свою очередь, определяет самоотношение как специфическую активность субъекта в адрес своего «Я», состоящую в определенных внутренних действиях, характеризующихся эмоциональной спецификой и предметным содержанием самого действия. Самоотношение любого человека можно описать с помощью трех модальностей: симпатия/антипатия, уважение/неуважение и близость/отдаленность [4].

Самоотношение как выражение отношения человека к самому себе выполняет ряд функций: функцию «зеркала», функцию самовыражения и самореализации, функцию сохранения внутренней стабильности и континуальности «Я», функцию саморегуляции и самоконтроля, функцию психологической защиты, функцию интракоммуникации [5].

М. А. Рушина, А. В. Орлова, изучая полоролевые особенности самоотношения в юношеском возрасте, пришли к следующим выводам: юноши более уверены в себе, чаще опираются на собственное мнение при принятии решений, уверены в своей способности производить на окружающих благоприятное впечатление, больше уважают себя; девушки чаще обвиняют себя, обнаруживают внутренние противоречия и склонны к внутриличностным конфликтам [6].

Изучение самоотношения с помощью методики В. В. Столина и С. Р. Пантилеева позволило выявить уровень сформированности компонентов самоотношения в юношеском возрасте.

Так, 75% всех испытуемых (83 человека) имеют средний уровень самоуважения, 25% (28 человек) – высокий уровень самоуважения. В компонент «самоуважение» входят значения шкал: открытость (внутренняя честность), самоуверенность, саморуководство, зеркальное Я (отражение самоотношения). Данный компонент выражает оценку собственного «Я» испытуемого по отношению к социально-нормативным критериям: моральности, успешности, воле, целеустремленности, социальному одобрению.

Результаты по компоненту «аутосимпатия» свидетельствуют о том, что низкий уровень аутосимпатии имеют 11% (12 человек), средний уровень аутосимпатии – 67%

(75 человек), высокий уровень аутосимпатии – 22% (24 человека). В данный компонент самоотношения входят такие шкалы, как самооценność, самопринятие, самопривязанность. Эти шкалы в наиболее чистом виде отражают эмоциональное отношение испытуемого к своему «Я».

По третьему компоненту самоотношения «внутренняя неустойчивость» низкий уровень имеют 14% (15 человек), средний уровень – 69% (77 человек), высокий уровень – 17% (19 человек). Данный компонент содержит шкалы: внутренняя конфликтность и самообвинение. Этот фактор связан с негативным самоотношением, не зависящим от аутосимпатии и самоуважения.

Средние значения выраженности компонентов самоотношения у испытуемых представлены в табл. 1.

Таблица 1

Средние значения компонентов самоотношения в юношеском возрасте

<i>Компоненты самоотношения</i> <i>Испытуемые</i>	<i>Самоуважение</i> <i>(максимальное значение – 40)</i>	<i>Аутосимпатия</i> <i>(максимальное значение – 30)</i>	<i>Внутренняя неустойчивость</i> <i>(максимальное значение – 20)</i>
Выборка в целом	23,34	17,41	10,27
Юноши	23,82	17,61	9,50
Девушки	23,04	17,29	10,66

Характеризуя особенности самоотношения в юношеском возрасте, следует отметить, что большинство испытуемых имеют средний уровень самоуважения, аутосимпатии и внутренней устойчивости. Это утверждение касается как выборки в целом, так и юношей и девушек по отдельности. Полученные данные свидетельствуют о стабильности и зрелости самоотношения в юношеском возрасте.

Сравнение компонентов самоотношения у юношей и девушек с помощью критерия t-Стьюдента позволило выявить значимое различие по уровню выраженности внутренней неустойчивости ($p \leq 0,05$), девушки показали большую внутреннюю неустойчивость по сравнению с юношами. Следовательно, юноши внутренне более устойчивы, непротиворечивы, обладают более позитивным самоотношением. По компонентам «самоуважение» и «аутосимпатия» статистически достоверных различий между юношами и девушками не выявлено.

Понятие «удовлетворённость жизнью» трактуется в отечественной науке как психологическое благополучие, степень психологического комфорта, социально-психологическая адаптированность (Е. В. Антонова, Л. В. Куликов, Н. В. Панина, А. З. Шапиро).

Зарубежные авторы (М. Аргайл, М. Селигман) удовлетворённость жизнью связывают с понятием счастья. Согласно М. Аргайлу, удовлетворённость – одна из составляющих счастья, рефлексивная оценка прошлого и настоящего положения дел [7].

И. А. Джидарьян в своей работе «Психология счастья и оптимизма» подчёркивает, что главной характеристикой счастливого человека, в отличие от несчастливой, является прежде всего его оптимизм, вера в лучшее будущее [8].

С целью изучения жизненной удовлетворённости в юношеском возрасте использовалась методика «Индекс жизненной удовлетворённости» в адаптации Н. В. Паниной.

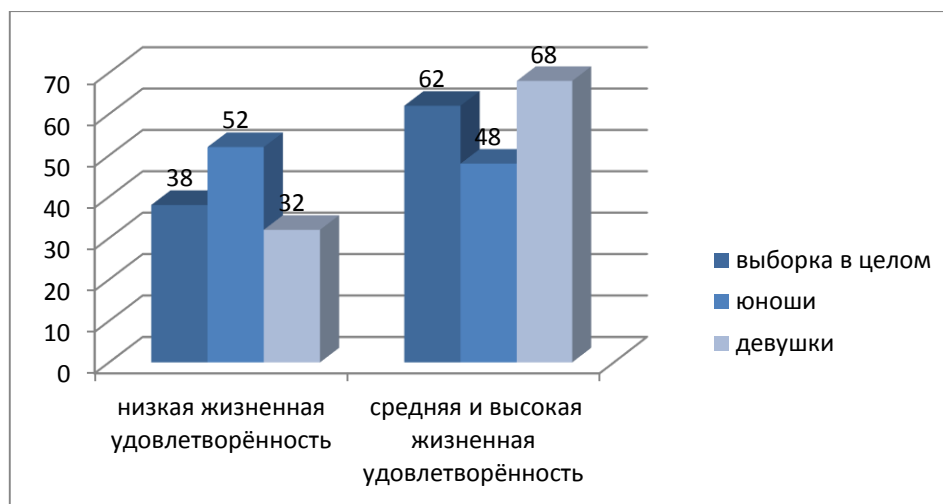
Индекс жизненной удовлетворённости – интегративный показатель, включающий в качестве основного носителя эмоциональную составляющую. Жизненная удовлетворённость подразумевает следующие составляющие: интерес к жизни; целеустремлённость, последовательность в достижении жизненных целей; согласованность между поставленными и реально достигнутыми целями; положительную оценку собственных качеств и поступков; общий фон настроения [9].

Результаты исследования показали, что 38% испытуемых (42 человека) имеют низкую жизненную удовлетворённость, что характеризует их как эмоционально неустойчивых, тревожных, неудовлетворённых настоящим положением дел и собой. В эту группу попали 52% юношей (18 человек) и 38% девушек (42 человека).

Среднюю жизненную удовлетворённость имеют 28% испытуемых (31 человек), из них 17% юношей (6 человек) и 33% девушек (25 человек). Испытуемые данной группы эмоционально стабильны, социально адаптированы, удовлетворены ситуацией и собой.

Высокую жизненную удовлетворённость показали 34% испытуемых (38 человек), из них 31% юношей (11 человек) и 35% девушек (27 человек). Лица с высокой удовлетворённостью жизнью чувствуют себя психологически комфортно, имеют общий позитивный фон настроения, эмоционально устойчивы, положительно оценивают свои качества и поступки, уверены в себе, решительны.

На рисунке представлено процентное соотношение девушек и юношей с низкой, а также средней и высокой жизненной удовлетворённостью.



Показатели жизненной удовлетворённости в юношеском возрасте (%)

Испытуемых со средней и высокой жизненной удовлетворённостью мы объединили в одну группу, так как степень их психологического комфорта достаточно высока, они являются психологически благополучными и социально адаптированными. Испытуемые с низкой жизненной удовлетворённостью характеризуются общим сниженным эмоциональным состоянием, имеют «проблемные» сферы жизни и нуждаются в коррекционной работе с ними.

Сравнение показателей жизненной удовлетворённости у юношей и девушек с помощью критерия t-Стьюдента показало отсутствие статистически достоверных различий в данной характеристике ($t_{эмп} = 1,2$; $p > 0,1$).

В табл. 2 представлены средние значения по шкалам методики «Индекс жизненной удовлетворённости». Шкала 1 – интерес к жизни; шкала 2 – последовательность в достижении целей; шкала 3 – согласованность между поставленными и достигнутыми целями; шкала 4 – положительная оценка себя и собственных поступков; шкала 5 – общий фон настроения.

Статистическая обработка полученных результатов с помощью критерия t-Стьюдента позволила выявить различия в составляющих жизненной удовлетворённости у юношей и девушек. Обнаружены значимые различия по шкале 2 ($t_{эмп} = 2,0$; $p \leq 0,01$) и шкале 4 ($t_{эмп} = 1,7$; $p \leq 0,05$), на основании чего можно сделать вывод, что девушки по

сравнению с юношами более последовательны в достижении целей и чаще положительно оценивают себя и свои поступки. По шкалам «интерес к жизни», «согласованность между поставленными и достигнутыми целями» и «общий фон настроения» статистически достоверных различий не обнаружено.

Таблица 2

Средние значения составляющих жизненной удовлетворённости в юношеском возрасте

Составляющие ИЖУ	Шкала 1	Шкала 2	Шкала 3	Шкала 4	Шкала 5
Испытуемые	Максимальное значение – 8 баллов				
Выборка в целом	5,2	5,9	5,0	5,0	5,5
Юноши	5,1	5,6	4,9	4,7	5,5
Девушки	5,3	6,3	5,1	5,3	5,4

Корреляционный анализ результатов изучения самоотношения и жизненной удовлетворённости в юношеском возрасте позволил выявить положительные корреляционные связи на высоком уровне значимости: 1) между жизненной удовлетворённостью и самоуважением ($p \leq 0,001$); 2) жизненной удовлетворённостью и аутосимпатией ($p \leq 0,001$) – и отрицательную корреляционную связь между жизненной удовлетворённостью и внутренней неустойчивостью ($p \leq 0,001$). Полученные результаты подтверждают мысль о том, что отношение к себе и отношение к жизни в целом являются компонентами сложной системы отношений, характеризующей личность.

Проведённое исследование позволяет сделать следующие выводы:

1) для юношеского возраста характерным является средний уровень сформированности всех компонентов самоотношения (самоуважения, аутосимпатии, внутренней устойчивости), что свидетельствует о стабильности и зрелости самоотношения в этом возрасте; юноши внутренне более устойчивы, непротиворечивы, чем девушки;

2) достаточно высоким является процент юношей и девушек (52% и 32% соответственно) с низкой жизненной удовлетворённостью, свидетельствующей о сниженном общем эмоциональном состоянии и «проблемных» сферах жизни, что можно объяснить высокой степенью сложности, неопределённостью юношеского возраста; сравнительный анализ результатов по шкалам методики «Индекс жизненной удовлетворённости» показал, что девушки по сравнению с юношами более последовательны в достижении целей и чаще положительно оценивают себя и свои поступки;

3) существует взаимосвязь между жизненной удовлетворённостью и компонентами самоотношения (самоуважением, аутосимпатией и внутренней устойчивостью) в юношеском возрасте, что подтверждает понимание самоотношения и жизненной удовлетворённости как сложной системы отношений, характеризующей личность.

Ссылки на источники

1. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания. – М.: Наука, 1977. – 381 с.
2. Сарджвеладзе Н. И. Личность и её взаимодействие с социальной средой. – Тбилиси: Мецниереба, 1989. – 187 с.
3. Пантеев С. Р. Самоотношение // Психология самосознания: хрестоматия. – Самара: БАХРАХ-М, 2003. – С. 208–242.
4. Хватова М. В. Самоотношение в структуре психологически здоровой личности // Психолого-педагогический журнал Гаудеамус. – 2015. – № 1. – С. 9–17.
5. Сарджвеладзе Н. И. Указ. соч.

6. Рушина М. А., Орлова А. В. Особенности самооценки и самоотношения в юношеском возрасте // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2015. – № 4. – С. 35–40.
7. Аргайл М. Психология счастья. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2003. – 271 с.
8. Джидарьян И. А. Психология счастья и оптимизма. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. – 268 с.
9. URL: <http://psychok.net/testy/506-test-indeks-zhiznennoj-udovletvorennosti-izhu-adaptatsiya-n-v-paninoj-oprosnik-obshchego-psikhologicheskogo-sostoyaniya-cheloveka>.

Natalya Stepanova,

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor at the chair of General Psychology, Orenburg State Medical University, Orenburg

stepanova-nw@yandex.ru

Svetlana Nakvasina,

Student of the Clinical Psychology faculty, Orenburg State Medical University, Orenburg

froidkolyanovich@mail.ru

Self-attitude and life satisfaction of medical students

Abstract. The article presents brief theoretical analysis of the self-attitude and life satisfaction problem, as well as the results of empirical research of the self-attitude and life satisfaction components among medical students. It analyses differences in components of self-attitude and life satisfaction among boys and girls; it states the relationship between self-respect, sympathy for yourself, internal instability and life satisfaction in adolescence.

Key words: self-attitude, self-respect, sympathy for yourself, internal stability, life satisfaction, adolescence.

References

1. Anan'ev, B. G. (1977). *O problemah sovremennogo chelovekoznanija*, Nauka, Moscow, 381 p. (in Russian).
2. Sardzhveladze, N. I. (1989). *Lichnost' i ego vzaimodejstvie s social'noj sredoj*, Mecniereba, Tbilisi, 187 p. (in Russian).
3. Pantileev, S. R. (2003). "Samootnoshenie", *Psihologija samosoznanija: hrestomatija*, BAHRAH-M, Samara, pp. 208–242 (in Russian).
4. Hvatova, M. V. (2015). "Samootnoshenie v strukture psihologicheski zdorovoj lichnosti", *Psihologo-pedagogicheskij zhurnal Gaudeamus*, № 1, pp. 9–17 (in Russian).
5. Sardzhveladze, N. I. (1989). Op. cit.
6. Rushina, M. A. & Orlova, A. V. (2015). "Osobennosti samoocenki i samootnosheniya v junosheskom vozraste", *Vestnik Rossijskogo universiteta družby narodov. Serija: Psihologija i pedagogika*, № 4, pp. 35–40 (in Russian).
7. Argajl, M. (2003). *Psihologija schast'ja*, 2-e izd., Piter, St. Petersburg, 271 p. (in Russian).
8. Dzhidar'jan, I. A. (2013). *Psihologija schast'ja i optimizma*, Izd-vo "Institut psihologii RAN", Moscow, 268 p. (in Russian).
9. Available at: <http://psychok.net/testy/506-test-indeks-zhiznennoj-udovletvorennosti-izhu-adaptatsiya-n-v-paninoj-oprosnik-obshchego-psikhologicheskogo-sostoyaniya-cheloveka> (in Russian).

Рекомендовано к публикации:

Горевым П. М., кандидатом педагогических наук,
главным редактором журнала «Концепт»



www.e-koncept.ru

Поступила в редакцию <i>Received</i>	15.03.17	Получена положительная рецензия <i>Received a positive review</i>	07.03.17
Принята к публикации <i>Accepted for publication</i>	07.03.17	Опубликована <i>Published</i>	30.05.17

© Концепт, научно-методический электронный журнал, 2017

© Степанова Н. В., Наквасина С. Н., 2017