

*Думчене Аудроне Леоновна*

д-р социол. наук, профессор

*Жаландаускайте Вильма*

бакалавр пед. наук, студентка

Литовский университет спорта

г. Каунас, Литва

## САМООЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СРЕДНЕГО МЕДИЦИНСКОГО ПЕРСОНАЛА

**Аннотация:** в исследовании применен опросник физической самооценки (*The Physical Self-Description Questionnaire – PSDQ-S*). Авторами опрошено 46 работников (28 женщин и 18 мужчин) среднего медицинского персонала. Результаты показали, что у мужчин выше самооценка физического состояния чем у женщин, за исключением внешний вид, тучность и координация. Физически активные лучше оценивают себя, чем не активные, за исключением показателя координации ( $p < 0,05$ ).

**Ключевые слова:** самооценка физического состояния, средний медицинский персонал, физическое состояние, психологическое истощение.

Введение. Средний медицинский персонал, выполняя свои служебные обязанности, испытывают большие психологические и физические нагрузки, а нередко и психологическое давление как со стороны пациентов, так и сослуживцев. Среди них замечается и психологическое истощение. По результатам исследования, более чем у 24% медработников установлено психологическое истощение [2]. Но специальная психологическая подготовка, даже кратковременная, улучшает самооценку благосостояния на работе [1]. Медсестры испытывает симптомы легкой тревожности, что требует обучения медсестер для управления симптомами, чтобы избежать увеличения их интенсивности [3]. Поэтому для медработников среднего звена важна физическое и психологическое состояние. Исследователями установлено, что физическая самооценка лучше коррелирует с

субъективными параметрами, такими как воспринимаемый образ тела, чем с объективными и относительно стабильными измерениями такими как индекс массы тела [5].

Методы и организация исследования. Для выявления особенностей физического состояния был проведен опрос 46 представителей среднего медицинского персонала, среди них 28 женщин и 18 мужчин. При опросе применялся опросник физической самооценки (*The Physical Self-Description Questionnaire – PSDQ-S*) [5]. Каждое из 47 утверждений респондент должен оценить в пятибалльной шкале Ликерта (от полностью не согласен до полностью согласен).

Таблица 1

*Данные по суб-шкалам физической самооценки медработников*

Показатели	Женщины (N = 28)		Мужчины (N = 18)		<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
Активность	3,02	0,64	3,55	0,53	4,64	<0,01
Внешний вид	3,54	0,78	3,61	0,69	0,88	>0,05
Тучность	2,46	0,58	2,27	0,81	–0,89	>0,05
Координация	3,97	0,33	4,13	0,48	0,389	>0,05
Выносливость	3,24	0,66	3,98	0,68	3,27	<0,01
Гибкость	3,76	0,61	3,28	0,42	–2,422	<0,05
Здоровье	4,19	0,63	4,26	0,55	0,288	>0,05
Спорт	3,28	0,67	3,97	0,76	4,68	<0,01
Сила	3,44	0,59	3,97	0,48	3,74	<0,05
Общая оценка физического состояния	3,88	0,58	4,32	0,79	4,39	<0,01
Общая оценка	3,37	0,39	4,12	0,49	5,64	<0,05

Примечание: *M* – средние; *SD* – стандартные отклонения; *p* – уровень статистической значимости; *t* – критерий Стьюдента.

Результаты. Применение *t*-критерия Стьюдента позволило выявить ряд статистически значимых различий в показателях физической самооценки исследуемых медработников, результаты которых представлены в табл. 1 и 2.

Таблица 2

*Данные физической самооценки физически активных  
и не активных медработников*

Показатели	Физически не активные (N = 26)		Физически активные (N = 20)		<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
Активность	3,31	0,59	3,98	0,92	5,54	<0,01
Внешний вид	3,24	0,68	3,88	0,89	3,68	<0,05
Тучность	3,36	0,69	2,67	0,78	-6,86	<0,05
Координация	3,96	0,38	4,11	0,68	0,389	>0,05
Выносливость	3,12	0,47	3,97	0,69	4,63	<0,01
Гибкость	3,56	0,51	3,98	0,72	1,82	<0,05
Здоровье	3,19	0,68	4,26	0,59	6,88	<0,05
Спорт	3,31	0,61	3,89	0,68	3,58	<0,01
Сила	3,44	0,69	3,98	0,65	1,87	<0,05
Общая оценка физического состояния	3,86	0,57	4,42	0,7	2,97	<0,01
Общая оценка	3,59	0,76	4,15	0,81	5,76	<0,05

Примечание: *M* – средние; *SD* – стандартные отклонения; *p* – уровень статистической значимости; *t* – критерий Стьюдента.

Мужчины себя лучше оценивают по таким показателям, как активность, выносливость, гибкость, спорт, общая оценка физического состояния и общая оценка ( $p < 0,05$ ). Физически активные медработники более высоко себя оценили почти по всем показателям, за исключением координации.

Закключение. У мужчин выше самооценка физического состояния чем у женщин. Физически активные лучше оценивают себя, чем не активные.

### *Список литературы*

1. Barody, G. Can coaching paramedics help them reflect on their wellbeing and confidence and be empowered within their profession? // International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring. 2016. Special Issue No. 10. – P. 147–157.
2. da Silva, A. T. C., Menezes, P. R. Burnout syndrome and common mental disorders among community-based health agents //Rev Saúde Pública. 2008. Vol 42. No 5. – P. 1–8.

3. Maniou, M., Zyga, S., Vliamos, S., Prezerakos, P., Flora, K. et al. (2018) Work-place Violence, Anxiety and Self-Esteem in Nursing Staff of Primary, Emergency and Intensive Care Units on the Island of Crete // J Nurs Care. 2018. Vol 7. – P. 464–472.

4. Marsh, H. W., Martin, A. J., & Jackson, S. (2010). Introducing a short version of the physical self-description questionnaire: new strategies, short-form evaluative criteria, and applications of factor analyses // Journal of Sport & Exercise Psychology. 2010. Vol 32. No 4. – P. 438- 453.

5. Peart, N. D., Marsh, H. W., Richards, G. E. The Physical Self-Description Questionnaire: furthering research linking physical self-concept, physical activity and physical education // Parramatta: Annual Conference of the Australian Association for Research in Education. 2005.

6. Pop, C. (2016). Self-Esteem and body image perception in a sample of university students // Eurasian Journal of Educational Research. 2016. Vol 64. – P. 31–44.