

ВЛИЯНИЕ САМООЦЕНКИ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ БЕЛОРУССКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

Романенко О.В., Улосевич Д.С., Дорош Е.А., Мещанская В.В.
*УО «Белорусский государственный медицинский университет»
г. Минск, Республика Беларусь*

Актуальность. Самооценка служит основой психологического благополучия, влияя на уверенность и удовлетворённость жизнью. Студенты-медики в условиях академического, финансового и социального стресса особенно уязвимы к её снижению. Поэтому регулярное укрепление самооценки можно рассматривать как своего рода психические профилактические осмотры, необходимые для сохранения эмоционального здоровья будущих врачей. Такая практика способствует формированию устойчивых, активных и профессионально компетентных специалистов, что в итоге составляет основу здорового общества [1, 2].

Здоровое психическое состояние и адекватная самооценка – обязательные условия для эффективной работы врача и обучения студента-медика. Данная тема давно изучается, но с 2020 года интерес к ней возрос. Современные исследования, такие как работы Бакирова А.Б., Назаровой Л.Ш., Худякова А.В. и других, фокусируются на факторах, влияющих на профессиональную самооценку врачей, а также её связи с эмоциональным выгоранием [3, 4].

Цель исследования. Изучить представления студентов-медиков Белорусского государственного медицинского университета (БГМУ) о роли уверенности и здоровой самооценки в их профессиональном становлении, а также их отношение к мерам по профилактике эмоционального выгорания и стресса через развитие психологической устойчивости.

Материалы и методы. На базе БГМУ было проведено социологическое анонимное анкетирование «Влияние самооценки», состоящее из 33 вопросов. Возраст респондентов исследования: 17-18 лет – 51,5%, 19-21 год – 42,2% и 22-30 лет – 8,5%, среди респондентов мужской пол 74,4% и женский 25,6%. 25,2% респондентов обучаются на стоматологическом факультете, 45,8% на лечебном и 26,9% на медико-профилактическом, из которых замужем/женаты – 1,7%, и незамужем/неженаты – 98,3%. Статистический сбор данных и их анализ произведён с использованием онлайн-платформы «Google Forms»

Результаты исследования. Работают в системе здравоохранения – 11,3% респондентов, не работают – 88,7% из которых оценили свою общую самооценку от 1 до 10 баллов по шкале (где 1 – очень низкая, 10 – высокая) 14,3% – 9 и 10 баллов, 61,5% – 7 и 8 баллов, 21,3% – 5 и 6 баллов, 2,9% студентов оценили свою самооценку в 1-4 балла. Результаты свидетельствуют о том, что у большинства студентов-медиков самооценка находится в диапазоне умеренно позитивной, что указывает на отсутствие серьезных проблем, а также на отсутствие выраженной уверенности в себе.

По мнению 12,6% респондентов их самооценка сильно отличается от самооценки других студентов в своём окружении, почти не отличается по мнению 53,8% и затруднены с ответом 33,6% студентов. Респонденты склонны воспринимать свое состояние как типичное для своего окружения. Высокий процент тех, кто испытывает трудности, может свидетельствовать об отсутствии саморефлексии или о том, что тема самооценки не является предметом открытого обсуждения среди студентов.

С момента поступления в университет самооценка изменилась в сторону повышения у 43,5% респондентов, понизилась у 11,6% и не изменилась у 44,9%

респондентов. Университетская среда оказывает влияние на самооценку, и для студентов такая среда стала пространством для роста уверенности в себе.

Большинство студентов (69,8%) считают, что их самооценка положительно повлияет на карьеру после окончания университета, а 8,6% студентов убеждены в обратном и указывают на отрицательное влияние самооценки на профессиональный путь, по мнению 21,6% студентов самооценка никак не повлияет на будущую карьеру после окончания университета. Респонденты верят в положительное влияние повышения самооценки на их карьеру, что означает что студенты рассматривают самооценку как профессиональный актив, «капитал» для будущей профессии. Однако есть группа студентов, которая либо не видит этой связи, либо уже ощущает свою самооценку как препятствие в будущем.

76,1% респондентов считают, что преподаватели оказывают влияние на самооценку студентов, отрицают данное влияние 9% респондентов и затруднены с выбором ответа 15% респондентов. Студенты воспринимают преподавателей не только как источник знаний, но и как важных арбитров, чьи слова и действия непосредственно влияют на их самовосприятие.

По мнению 20,6% респондентов самооценка всегда влияет на готовность задавать вопросы преподавателям во время лекций/семинаров. Скорее влияет, чем не влияет по мнению 48,5% респондентов, иногда влияет самооценка на готовность задавать вопросы преподавателям по мнению 16,9% и скорее влияет, чем не влияет по мнению 9% респондентов. 5% студентов убеждены что самооценка никогда не влияет на готовность задавать вопросы преподавателям во время лекций/семинаров. 72,1% студентов считают, что, однокурсники воспринимают их как уверенных в себе людей.

Положительно влияет самооценка на способность концентрироваться на учебе по мнению 39,5% респондентов, не влияет по мнению 51,5% и отрицательно влияет по мнению 9% студентов.

Существует несоответствие между внутренним восприятием и внешней проекцией, студенты стараются выглядеть более уверенными в себе, чем они есть на самом деле, они чувствуют, что отношение к ним меняется и для многих студентов оценки превращаются в разменную монету, определяющую их социальное положение в учебной среде, что создает дополнительную напряженность, когда ценность личности может быть сведена к ее академическим результатам.

Студенты-медики признают самооценку главным внутренним резервом, который напрямую влияет на формирование их медицинских навыков. Студенты отмечают четкую взаимосвязь между верой в себя и такими необходимыми для врача качествами, как умение адекватно воспринимать комментарии, находить решения сложных вопросов и выступать перед аудиторией. В то же время способности к самоорганизации оцениваются менее однозначно.

У 85,7% респондентов бывают моменты, когда они сомневаются в своих способностях, несмотря на предыдущие успехи и не бывает таких моментов у 14,3% студентов. У студентов бывают моменты неуверенности в себе, несмотря на прошлые достижения.

Текущая самооценка повлияет на уверенность в принятии самостоятельных клинических решений в будущем по мнению 59,5% студентов. Респонденты считают, что их текущая самооценка повлияет на их уверенность в будущих клинических решениях и это говорит о том, что они осознают прямую связь между их нынешним самоощущением и будущей профессиональной ответственностью, рассматривая самооценку как основу для принятия решения в клинической практике.

76,1% студентов полагают что их самооценка повлияет на способность

отстаивать свою профессиональную точку зрения в дискуссиях с коллегами или руководством, и не повлияет по мнению 23,9% студентов, она рассматривается как ключевой фактор профессионального общения и лидерства, необходимый для конструктивного диалога в медицинской среде.

41,9% респондентов считают необходимым внедрить в учебный процесс тренинги, кружки для помощи формирования у студентов адекватной самооценки и крайне необходимым считают 18,9%. Студенты- медики видят необходимость во введении специальных тренингов для формирования адекватной самооценки, так как существует явная потребность в психолого-педагогической поддержке в этом аспекте. Мнения о том, уделяется ли формированию самооценки в образовании достаточное внимание, разделились практически поровну и это говорит о том, что опыт студентов в этом плане неоднозначен.

Есть прямая связь между самооценкой и склонностью к проявлениям тревожности или депрессии в период обучения по мнению 30,2% студентов. Скорее есть, чем её нет считает 31,9% или не замечали у себя такой связи 15,6% студентов, 8% респондентов затрудняются с ответом. Многие студенты видят связь между повышением самооценки и склонностью к тревожности или депрессии во время учебы, признают, что самооценка является важным средством защиты от психических трудностей, связанных с интенсивной учебной нагрузкой.

Самооценка влияет на устойчивость к эмоциональному выгоранию, которое является серьезной проблемой в медицине по мнению 20,6% опрошенных и чем выше самооценка, тем выше устойчивость. Да, есть заметное влияние по мнению 27,2% и скорее да, чем нет по мнению 20,6% респондентов. Не влияет самооценка на устойчивость к эмоциональному выгоранию по мнению 20,3% и затруднены были выбором ответа 13,6% студентов. Респонденты считают, что самооценка влияет на устойчивость к эмоциональному истощению, ведь будущие врачи рассматривают здоровую самооценку как ключевой внутренний ресурс для предотвращения профессионального переутомления, что свидетельствует об их осведомленности о этой серьезной проблеме.

37,9% студентов считают, что высокая самооценка может выступать защитным фактором от стресса и негативных переживаний в условиях интенсивной учебы и будущей профессии. Скорее да, чем нет по мнению 38,9% респондентов. Нет по мнению 13,3% студентов и 10% студентов затрудняются с ответом. Так как студенты рассматривают высокую самооценку как барьер от стресса и негативных эмоций, связанных с учебой и будущей карьерой это говорит о том, что будущие врачи интуитивно воспринимают самооценку в качестве психологической защиты и воспринимают её как признак индивидуальности.

Выводы. Исследование показало, что здоровая самооценка и внутренняя уверенность — ключевой ресурс для студентов-медиков. Они помогают в учёбе, преодолении трудностей, соблюдении этики и являются основной профилактикой профессионального выгорания, тревоги и стресса.

При этом самоощущение студентов часто не совпадает с внешней оценкой, а успеваемость становится показателем социального статуса. Участники подчеркивают необходимость включить в программу регулярные тренинги по формированию самооценки — подобные профилактическим осмотрам для психического здоровья. Это поможет будущим врачам адаптироваться к нагрузкам, сохранить устойчивость и обеспечить основу для профессионального роста и принятия решений.

Список литературы

1. Кравчук, С. Р. Самооценка студентов-медиков как критерий успешности в профессии врача / С. Р. Кравчук, Ю. И. Абляев // Молодежная наука: тенденции

развития. – 2024. – № 2. – С. 6-13.

2. Копылов, Е. Д. Самооценка практикующими врачами навыков коммуникации с пациентами / Е. Д. Копылов, З. В. Лопатин, О. Г. Богданова // Виртуальные технологии в медицине. – 2020. – № 1(23). – С. 45.
3. Шолохова, А. Б. Самооценка личности врача и её связь с эмоциональной направленностью / А. Б. Шолохова // Мир студенческой науки: сборник статей II Международного научно-исследовательского конкурса, Пенза, 10 февраля 2024 года. – Пенза: Наука и Просвещение (ИП Гуляев Г.Ю.), 2024. – С. 81-85.
4. Никулина, Т. И. Взаимосвязь эмоциональной направленности и самооценки личности врача / Т. И. Никулина // Социально-гуманитарные технологии. – 2024. – № 2(30). – С. 81-88.



Федеральное государственное бюджетное учреждение
«Государственный научный центр Российской
Федерации – Федеральный медицинский
биофизический центр имени А.И. Бурназяна»
Федерального медико-биологического агентства

**Сборник статей
VIII Научно-практической конференции
«Научный авангард»**

22 апреля 2026 года

Москва 2026