РАЗДЕЛ II. ПСИХОЛОГИЯ

Адамский Н.А., Лёшин О.Г.

Исследование влияния роста-весового показателя молодых людей 18-20 лет на их уровень самооценки

Филиал ФГБОУ ВО «НИУ «МЭИ» в г. Смоленск
(Россия, Смоленск)

doi 10.18411/sciencepublic-04-07-2019-06

idsp sciencepublic-04-07-2019-06

Что входит в понятие конституции человеческого организма? В обиходе под этим часто понимают телосложение, особенности которого легко определить визуально. Будучи одной из сторон конституции, оно служит ее внешним и самым заметным проявлением.

Конституция определяет сходство и различие людей между собой, и разные ее стороны сочетаются вовсе не случайно. Так, расовые и этнические особенности сильно связаны со средой обитания и способом жизни народностей, многие поколения которых на протяжении сотен тысяч лет жили изолированно в одной и той же местности, причем генетические связи, то есть браки между отдельными, даже соседними этническими группами, были практически исключены. В современном мире перемешивание наций и рас происходит все нарастающими темпами. Возможно, через несколько столетий эти различия будут стерты. Но сегодня достаточно легко по внешнему виду определить принадлежность человека к той или иной этнической группе. Так, представители монголоидной расы обычно невысокого роста имеют плотное телосложение; среди европеоидов чаще встречаются высокие и более стройные, а вот среди африканцев, несмотря на сходный темный цвет кожи и густые курчавые волосы, есть народы с совершенно разным телосложением.

В раннем возрасте, как и в старости, определить конституцию труднее: она либо еще не проявилась со всей отчетливостью, либо уже искажена действием накопившихся болезней и привычного образа жизни. Согласно данным посемейных исследований, рост человека и некоторые продольные размеры тела (например, длина конечностей, бедра или предплечья) находятся под более выраженным генетическим контролем по сравнению с поперечными и охватными размерами, а также жировой тканью. Показано, что количество жировых клеток в организме человека предопределено генетически и неизменно от рождения до старости, а избыточное или недостаточное ожирение определяется не увеличением или уменьшением числа этих клеток, а степенью их наполнения жиром.

Главным образом наследственность определяет и количество в организме костной и мышечной ткани. Тем не менее, люди с одинаковыми наследственными (генетическими) задатками могут обладать различными свойствами в зависимости от образа их жизни. Специальные упражнения и правильно организованное питание способны помочь человеку даже вырасти, то есть удлинить свои кости, иногда – вопреки наследственным задаткам.

Цель исследования – выявить влияние роста-весового показателя студентов ФГБОУ ВО «НИУ «МЭИ» в г. Смоленске (далее – СФ МЭИ).

Объект исследования – студенты 2015, 2016 годов поступления.

Предмет исследования – самооценка.

В исследовании принимали участие студенты 2015, 2016 годов поступления (20 человек). В работе рассмотрены результаты исследования влияния роста-весового показателя студентов на их самооценку. В ходе исследования студенты разделились на шесть групп:

1. Студенты у которых «Нормальная масса тела»;
2. Студенты у которых «Нехватка массы тела»;
3. Студенты у которых «Ожирение I степени»;
4. Студенты у которых «Ожирение II степени»;
5. Студенты у которых «Ожирение III степени»;
6. Студенты у которых «Патологическое ожирение»;

В ходе дальнейшего проведения исследования студенты разделились еще на три группы:

1. Студенты у которых «Низкий уровень самооценки»;
2. Студенты у которых «Средний уровень самооценки»;
3. Студенты у которых «Высокий уровень самооценки»;

Исследования влияния роста-весового показателя на уровень самооценки 2017/18 учебного года. Было проведено 2 осмотра: 1-й В осеннем семестре 2017/18 учебного года; 2-й В весеннем семестре 2018/19 учебного года. Со студентами было проведено тестирование и измерены их анатомические и физические показатели. Наблюдения за влиянием роста-весового показателя проводились в каждом из 2 семестров.

Были собраны, обработаны и проанализированы данные 20 человек. Был рассчитан индекс массы тела для каждого исследуемого студента, для того чтобы определить есть ли проблемы с массой тела у того или иного студента. Исследование показало что: у 15.9% нехватка массы тела, 29.5% нормальная масса тела, 22.7% ожирение I степени, 18,1% ожирение II степени, 11,6% ожирение III степени, 2,2% патологическое ожирение. Преобладают люди с нормальной массы тела, однако, студентов с I степенью ожирения тоже большое количество. Для наглядности полученных статистических данных была составлена диаграмма, представленная на рисунке 1. Выделим 3 рабочие группы: группа с нехваткой массы тела, группа с нормальной массой тела, группа с ожирением.

Рисунок 1 – Результат анализа собранных данных анализа роста-весового показателя

Следующим шагом в исследовании было определение уровня самооценки по методике С.В.Ковалева. В данной методике представлено 34 вопроса, ответом на каждый являются баллы от 0 до 4, исходя из полученных данных происходит сравнение с результатами в таблице, тем самым определяется уровень самооценки студента. Был рассчитан уровень самооценки среди исследуемых студентов. Большинство студентов имеет средний уровень самооценки. Исследование показало, что 20% исследуемых имеют низкий уровень самооценки, также 20% имеют высокий уровень самооценки и 60% имеют средний уровень самооценки. Исходя из роста-весовых показателей студентов, можно сделать вывод что избыточная масса тела негативно влияет на уровень самооценки, т.к у 4 из 5 студентов с низким уровнем самооценки избыточная масса тела. Обратная же ситуация со студентами у которых уровень самооценки высокий, их ИМТ находится в норме. Предметно ориентированная диаграмма психологического исследования среди студентов представлена на рисунке 2.

Рисунок 2 – Результат анализа собранных данных анализа уровня самооценки студентов

Для получения наиболее наглядных результатов составим дополнительно 3 графика. Рассмотрим уровень самооценки отдельно в каждой из категорий индекса массы тела, таких как: нехватка массы тела, нормальная масса тела, ожирение.

Рисунок 3 – Результат анализа собранных данных анализа уровня самооценки студентов для категории: нехватка массы тела

Рисунок 4 – Результат анализа собранных данных анализа уровня самооценки студентов для категории: нормальная масса тела

Рисунок 5 – Результат анализа собранных данных анализа уровня самооценки студентов для категории: ожирение

Проведя анализ собранных данных и полученных из них диаграмм можно сделать вывод, что влияние избыточной массы тела на самооценку студентов ощутимо. Так в группе ожирение преобладающий процент студентов с низкой самооценкой, в отличие от группы с нормальной массой тела, там преобладает высокий уровень самооценки. Людям с избытком веса гораздо сложнее адаптироваться в коллективе у них огромное количество комплексов и страхов касательно своей внешности, как следствие стресс и более плохое усвоение учебного материала. В опрошенных группах студенты с избыточной массой тела и с ее нехваткой менее комфортно чувствуют себя в коллективе.