

Original Article

## Study Regarding the Occupational Self-Assessment in University Students

Rață Marinela <sup>1\*</sup>  
Antohe Bogdan-Alexandru <sup>2</sup>  
Măță Liliana <sup>3</sup>  
Balint Tatiana <sup>4</sup>  
Dobrescu Tatiana <sup>5†</sup>  
Stoica Cristina-Elena <sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup> „Vasile Alecsandri” University of Bacău, 157, Calea Marasesti, Romania

DOI: 10.29081/gsjesh.2023.24.2.01

**Keywords:** *occupational balance, university students, physical activity, leisure, daily activities*

### Abstract

This study aimed to investigate the perception of occupational balance among university students. The research was conducted using a cross-sectional design, and the Occupational Self-Assessment (OSA) tool was used to evaluate students' perceived level of competence in occupational skills, performance, volition, and habituation, as well as the value placed on each occupation. The study found that university students promote a cult of self-care and are more aware about daily routine, finances, quality of tasks, and social expression. The OSA tool can facilitate student-centred learning by guiding students to identify their strengths and weaknesses and find the best learning strategies for themselves.

### 1. Introduction

Higher education today requires students to learn how to evaluate themselves independently. This can be a challenging task, particularly in the early years of study. The objective of self-evaluation is not only to assess performance but also to enhance the learning process (Jay & Owen, 2016).

The primary objective of university education is to encourage students to critically examine various forms of information related to their chosen fields of

---

\* E-mail: rata.marinela@ub.ro;

† corresponding author

study, as noted by (Karaman, 2021; Sharma et al., 2016). Therefore, self-assessment is regarded as a crucial element of the learning process, as it allows students to reflect on their knowledge, as highlighted by (Romero-Ayuso et al., 2021).

According to research conducted by (Sharma et al., 2016) and (Karaman, 2021), university students are not immune to stressors during their academic journey. The study concluded that students who engaged in self-care practices experienced lower levels of stress and improved physical and psychological well-being. By focusing on improving aspects related to health, responsibility for physical activity, nutrition, and spiritual growth, students were able to mitigate the negative effects of stress and improve their overall quality of life.

According to (Bamonti et al., 2014), it is necessary to promote a culture of self-care among students of clinical psychology programs before they become practitioners. This is because self-care practices can help maintain or decrease the risk of burnout, and developing interpersonal skills is crucial for health students' well-being.

The Occupational Self-Assessment (OSA) tool is used to evaluate and measure outcomes based on the Model of Human Occupation (MOHO), (Kramer, Kielhofner, & Smith., 2010). It assesses an individual's perceived level of competence in occupational skills, performance, volition, and habituation, and the value placed on each occupation. The test is designed to provide insight into an individual's self-perceptions of occupational competence and the importance placed on each occupation. (Asgari & Kramer, 2008; Mendes et al., 2024) have provided valuable insights into this assessment tool.

The Occupational Self-Assessment (OSA) is a valuable tool that helps students form an opinion about their life situation. It also allows them to reflect on and communicate their strengths, needs, and values. By reflecting the uniqueness of each client's values and needs, the OSA can facilitate student-centered teaching. Meaningful learning requires active involvement from the learners or students in whatever is being taught. It is based on a holistic approach to the learners, which calls for their cognitive, emotional, and behavioral attention, as explained by (Kramer et al., 2010).

Students often perform occupational self-assessments to gain a better understanding of themselves and to make informed decisions about their academic and career paths. According to (Kitsantas & Zimmerman, 2007; Salmela-Aro & Nurmi, 2007), self-assessment is a valuable process for students. It not only contributes to their academic and career success but also helps them gain a deeper understanding of themselves and enhances their adaptability in the ever-changing world of work.

## **2. Material and methods**

### *Type of the research*

The present research had a cross-sectional design, meaning that variables of occupational self-assessment were measured only once.

### *The purpose of research*

In this study, we aim to evaluate the importance of occupational skills and daily

---

routine in university students.

#### *Hypotheses of the research*

We proposed three hypotheses:

1. Students value aspects related to carrying out daily routines and work.
2. Is there a difference in how male and female students perceive tasks related to daily occupations and routines?
3. Do students' perceptions of carrying out tasks and daily routines differ based on their living environment?

#### *The procedures and methods of research*

##### *Subjects*

146 students (51 boys, 95 girls) from "Vasile Alecsandri" University of Bacău participate in the study. All the participants were adults and signed the written consent form before being included in the research. The study was conducted following the Helsinki Declaration Statement.

##### *Assessment*

The subjects were evaluated using the Occupational Self-Assessment (OSA) questionnaire. The OSA is a self-report survey for clients to assess their occupational performance and participation.

The OSA consists of two-part self-rating forms, based on the Model of Human Occupation (MOHO). Section one includes a series of statements about one's occupational competence. Section two establishes client priorities for therapy which can be translated into therapy goals (Baron, Kielhofner, Iyenger, Goldhammer, & Wolenski, 2006).

The use of the OSA was proven to be a client-directed outcome measure (Kielhofner, Dobria, Forsyth, & Kramer, 2010) with a 90% reliability rate (Kielhofner, Forsyth, Kramer, & Iyenger, 2009)

The survey was transferred to Google Forms to make the data extraction process easier. Before completing the questionnaire, participants were instructed by R.M., an occupational therapist with 15 years of experience in the field, to prevent any potential biases in their answers.

### **3. Results and Discussions**

The data collected from Google Forms was exported to an Excel document and later transferred to IBM SPSS Statistics V. 25 for further analysis. Two statistical tests were used to validate the three hypotheses:

- One Sample T Test - was used to compare the means of the aspects related to the importance given to carrying out daily occupations and routines, in all research subjects.

- Independent-samples T-Test - was used to compare the means of two independent groups (girls and boys; urban and rural environment).

For the first hypothesis, we applied the One Sample T Test to compare the mean ratings on the extent to which occupations and daily routines are important with the value 3 (neutral). According to the results, which are presented in Table 1, we achieved statistical significance in six measured variables from daily routines.

**Table 1. One Sample T Test results**

Variable	N	Mean	Std. Dev.	T	Sig. (2-tailed)	MD
<b>Physically doing what I need to do</b>	146	2,74	,887	-3,545	p < 0,05	0,260
<b>Taking care of myself</b>	146	3,16	,861	2,212	p < 0,05	0,158
<b>Managing my finances</b>	146	2,76	,897	-3,230	p < 0,05	0,240
<b>Expressing myself to others</b>	146	2,85	,866	-2,103	p < 0,05	0,151
<b>Getting done what I need to to</b>	146	2,86	,761	-2,284	p < 0,05	0,144
<b>Having a satisfying routine</b>	146	2,70	,897	-4,058	p < 0,05	0,301

**Legend:** N= number of subjects, Std. Dev. = Standard Deviation, T = T Test value, MD = Mean Difference, , N = number.

According to Table 1, the survey results reveal that students place a high value on aspects associated with performing daily routines and work. The study demonstrates that variables like "Physically doing what I need to do" and "Having a satisfying routine" received the best scores, with a T value of -3.545 and -4.058, while the p-values were less than 0.05.

In contrast to the two variables mentioned above, "Expressing myself to others" (T=2.103, p<0.05) and "Taking care of myself" (T=2.212, p<0.05) have less potential to ensure long-term occupational performance.

For the second hypothesis, to verify the sex variable influence on the results, we applied the Independent-Samples T-Test. The results that we obtained (Table 2) suggest that we have differences between sexes just for the variable "*Effectively using my abilities*" variable [t (144) = - 2,643, p < 0,05].

**Table 2. Independent Samples Test**

Variable	Levene's Test		T-Test			Mean Difference
	F	Sig.	t	df	Sig.	
<b>Effectively using my abilities</b>	4,259	,041	-2,643	144	P < 0,009	-,378
			-2,531	90,623	P < 0,013	-,378

A study conducted in 2015 suggests that age and gender are factors that affect the development of life skills in young people (Haas, Mincemoyer, & Perkins., 2015), and women have higher levels of competence in life skills, than men (Lerner, Lerner, Bowers, & Geldhof, 2015)

We conducted an Independent-Samples T-Test as part of the third hypothesis to determine if the variable of living environment affects the results. Our findings, as presented in Table 3, reveal that there are differences between the living environment variable [t (144) = 1.160, p < 0.05]. This suggests that students from

urban areas place greater importance on physical abilities compared to students from rural areas.

**Table 3. Independent Samples Test**

Variable	Levene's Test		T-Test			
	F	Sig.	t	df	Sig.	Mean Difference
Effectively using my abilities	4,025	,047	1,160	144	,248	,172
			1,130	116,268	,261	,172

The main reasons why students from urban areas tend to place a higher value on physical abilities are: (1) students from urban areas generally have lower levels of physical fitness, (2) students from urban areas have higher rates of overweight, and (3) physical abilities are more highly regarded by society in urban areas (Jiang Huang, X., & Cui, 2023).

#### 4. Conclusions

Based on the study, we can draw the following conclusions:

Students highly value the aspects related to carrying out their daily routine and demonstrate the physical and psycho-emotional skills required to manage it effectively;

Female respondents tend to perceive tasks related to occupations and daily routines more positively than their male counterparts;

The performance of daily tasks and routines varies depending on the environment in which individuals live. This is because these skills are shaped and developed by cultural, socio-economic, physical, and institutional factors.

#### References

1. ASGARI, A., & KRAMER, J. M. (2008). Construct Validity and Factor Structure of the Persian Occupational Self-Assessment (OSA) With Iranian Students. *Occupational Therapy In Health Care*, 22(2–3), 187–200. <https://doi.org/10.1080/07380570801991826>;
2. BARON K., KIELHOFNER G., IYENGER A., GOLDHAMMER V., & WOLENSKI J. (2006). *The Occupational Self Assessment (OSA)* (Version 2.2). Chicago: Model of Human Occupation Clearinghouse, Department of Occupational Therapy, College of Applied Health Sciences, University of Illinois at Chicago;
3. BAMONTI, P. M., KEELAN, C. M., LARSON, N., MENTRIKOSKI, J. M., RANDALL, C. L., SLY, S. K., TRAVERS, R. M., & MCNEIL, D. W. (2014). Promoting ethical behavior by cultivating a culture of self-care during graduate training: A call to action. *Training and Education in Professional Psychology*, 8(4), 253–260. <https://doi.org/10.1037/tep0000056>;

4. HAAS, B., MINCEMOYER, C., & PERKINS, D. (2015). The Effects of Age, Gender, and 4-H Involvement on Life Skill Development. *Journal of Extension*, 53(3). <https://doi.org/10.34068/joe.53.03.28>;
5. JAY, J., & OWEN, A. (2016). Providing opportunities for student self-assessment: the impact on the acquisition of psychomotor skills in occupational therapy students. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 41(8), 1176–1192. <https://doi.org/10.1080/02602938.2015.1071317>;
6. JIANG, Q., HUANG, X., & CUI, D. (2023). Rural–Urban Differences in Physical Fitness and Overweight Prevalence of Children and Adolescents from Central South China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2390. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032390>;
7. KARAMAN, P. (2021). The Impact of Self-assessment on Academic Performance: A Meta-analysis Study. *International Journal of Research in Education and Science*, 7(4), 1151–1166. <https://doi.org/10.46328/ijres.2344>;
8. KIELHOFNER, G., DOBRIA, L., FORSYTH, K., & KRAMER, J. (2010). The Occupational Self Assessment: Stability and the Ability to Detect Change over Time. *OTJR: Occupation, Participation, Health*, 30(1), 11–19. <https://doi.org/10.3928/15394492-20091214-03>;
9. KIELHOFNER, G., FORSYTH, K., KRAMER, J., & IYENGER, A. (2009). Developing the Occupational Self Assessment: The Use of Rasch Analysis to Assure Internal Validity, Sensitivity and Reliability. *British Journal of Occupational Therapy*, 72(3), 94–104. <https://doi.org/10.1177/030802260907200302>;
10. KITSANTAS, A., & ZIMMERMAN, B. J. (2007). Enhancing self-regulation of practice: the influence of graphing and self-evaluative standards. *Metacognition and Learning*, 1(3), 201–212. <https://doi.org/10.1007/s11409-006-9000-7>;
11. KRAMER, J. M., KIELHOFNER, G., & SMITH, E. V. (2010). Validity Evidence for the Child Occupational Self Assessment. *The American Journal of Occupational Therapy*, 64(4), 621–632. <https://doi.org/10.5014/ajot.2010.08142>;
12. LERNER, R. M., LERNER, J. V., P. BOWERS, E., & JOHN GELDHOF, G. (2015). Positive Youth Development and Relational-Developmental-Systems. In *Handbook of Child Psychology and Developmental Science* (pp. 1–45). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781118963418.childpsy116>;
13. MENDES, P. V. B., CARRIJO, D. C. M., COSTA, J. D., POPOVA, E. S., BARON, K. B., & CRUZ, D. M. C. (2024). Cross-Cultural Adaptation, Reliability, and Convergent Validity of Occupational Self-Assessment for Brazilian Portuguese. *OTJR: Occupational Therapy Journal of Research*, 44(1), 148–156. <https://doi.org/10.1177/15394492231188614>;
14. ROMERO-AYUSO, D., ORTIZ-RUBIO, A., MORENO-RAMÍREZ, P., MARTÍN-MARTÍN, L., TRIVIÑO-JUÁREZ, J. M., SERRANO-GUZMÁN, M., CANO-DETELL, E., NOVOA-CASASOLA, E., GEA, M., & ARIZA-VEGA, P. (2021). A New Tool for Assessment of Professional Skills of

- Occupational Therapy Students. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 9(10). <https://doi.org/10.3390/healthcare9101243>;
15. SALMELA-ARO, K., & NURMI, J.-E. (2007). Self-esteem during university studies predicts career characteristics 10 years later. *Journal of Vocational Behavior*, 70(3), 463–477. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2007.01.006>;
16. SHARMA, R., JAIN, A., GUPTA, N., GARG, S., BATTA, M., & DHIR, S. (2016). Impact of self-assessment by students on their learning. *International Journal of Applied and Basic Medical Research*, 6(3), 226. <https://doi.org/10.4103/2229-516X.186961>.

## Studiu Privind Autoevaluarea Ocupațională La Studenți

Rață Marinela <sup>1</sup>  
Antohe Bogdan-Alexandru <sup>2</sup>  
Măță Liliana <sup>3</sup>  
Balint Tatiana <sup>4</sup>  
Dobrescu Tatiana <sup>5</sup>  
Stoica Cristina-Elena <sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Universitatea „Vasile Alecsandri” Bacau, 157, Calea Marasesti, Romania

**Cuvinte cheie:** echilibru ocupațional, studenți, activitate fizică, timp liber, activități din viața cotidiană

### Abstract

Scopul acestui studiu a fost investigarea percepției asupra echilibrului ocupațional în rândul studenților. Cercetarea s-a desfășurat folosind un studiu transversal, iar instrumentul Autoevaluarea Ocupațională (OSA) a fost utilizat pentru a evalua nivelul perceput al competențelor studenților în abilitățile ocupaționale, execuție, voință și acomodare, precum și valoarea acordată fiecărei ocupații. Studiul a constatat că studenții promovează un cult al îngrijirii de sine și sunt mai conștienți cu privire la rutina zilnică, finanțe, calitatea sarcinilor și exprimarea socială. Instrumentul OSA poate facilita învățarea centrată pe student, ghidând studenții să-și identifice punctele forte și slăbiciunile și să găsească cele mai bune strategii de învățare pentru ei înșiși.

### 1. Introducere

Învățământul superior de astăzi cere studenților să învețe să se evalueze independent. Acesta poate fi o sarcină dificilă, în special în primii ani de studiu. Obiectivul autoevaluării nu este doar să evalueze performanța, ci și să îmbunătățească procesul de învățare (Jay & Owen, 2016).

Scopul principal al educației universitare este să încurajeze studenții să examineze critic diverse forme de informații legate de domeniile lor de studiu alese, așa cum au notat Karaman (2021) și Sharma et al. (2016a). Prin urmare,

autoevaluarea este considerată un element crucial al procesului de învățare, deoarece le permite studenților să reflecte asupra cunoștințelor lor, așa cum subliniază Romero-Ayuso et al. (2021).

Conform cercetărilor efectuate de Sharma et al. (2016) și Karaman (2021), studenții nu sunt imuni la stres în timpul călătoriei lor universitare. Studiul a concluzionat că studenții care se implică în practici de îngrijire de sine au experimentat nivele mai scăzute de stres și o îmbunătățire a stării lor de bine fizică și psihologică. Concentrându-se pe îmbunătățirea aspectelor legate de sănătate, responsabilitate pentru activitatea fizică, nutriție și creștere spirituală, studenții au reușit să atenueze efectele negative ale stresului și să-și îmbunătățească calitatea vieții în ansamblu.

Conform lui Bamonti et al. (2014), este necesar să se promoveze o cultură a îngrijirii de sine printre studenții programelor de psihologie clinică înainte de a deveni practicanți. Aceasta se datorează faptului că practicile de îngrijire de sine pot ajuta la menținerea sau reducerea riscului de burnout, iar dezvoltarea abilităților interpersonale este crucială pentru bunăstarea studenților în domeniul sănătății.

Instrumentul Autoevaluarea Ocupațională (OSA) este utilizat pentru a evalua și măsura rezultatele pe baza Modelului Ocupațional Uman (MOHO), așa cum au prezentat Kramer, Kielhofner, and Smith. (2010). Evaluează nivelul perceput al competențelor individuale în abilitățile ocupaționale, execuția, voința și acomodarea, precum și valoarea acordată fiecărei ocupații. Testul este conceput pentru a oferi o perspectivă asupra auto-percepțiilor individuale privind competența ocupațională și importanța acordată fiecărei ocupații. Asgari & Kramer (2008) și Mendes et al. (2024) au furnizat observații valoroase despre acest instrument de evaluare.

Autoevaluarea Ocupațională (OSA) este un instrument valoros care ajută studenții să-și formeze o opinie despre situația lor de viață. De asemenea, le permite să reflecte și să comunice asupra punctelor lor forte, nevoilor și valorilor. Prin reflectarea unicității valorilor și nevoilor fiecărui client, OSA poate facilita învățarea centrată pe student. Învățarea semnificativă necesită implicarea activă a elevilor sau studenților în ceea ce li se predă. Se bazează pe o abordare holistică față de elevi, care solicită atenția lor cognitivă, emoțională și comportamentală, așa cum este explicat de Kramer și colab. (2010).

Studenții desfășoară adesea autoevaluări ocupaționale pentru a obține o înțelegere mai bună despre ei înșiși și pentru a lua decizii informate cu privire la traseele lor academice și de carieră. Conform Kitsantas & Zimmerman (2007) și Salmela-Aro & Nurmi (2007), autoevaluarea este un proces valoros pentru studenți. Nu contribuie doar la succesul lor universitar și profesional, ci îi ajută și să obțină o înțelegere mai profundă despre ei înșiși și să-și îmbunătățească adaptabilitatea la piața muncii care e în continuă schimbare.

## **2. Material și metode**

### *Tipul cercetării*

Această cercetare a conținut un studiu transversal, ceea ce înseamnă că variabilele autoevaluării ocupaționale au fost măsurate o singură dată.

---



### *Scopul cercetării*

Acest studiu își propune să evalueze importanța abilităților ocupaționale și a rutinei zilnice la studenți.

### *Ipotezele cercetării*

Trei ipoteze au fost propuse:

1. Studenții apreciază aspecte legate de desfășurarea rutinelor zilnice și a muncii.
2. Există o diferență în modul în care studenții de sex masculin și feminin percep sarcinile legate de ocupațiile și rutinele zilnice?
3. Percepțiile studenților cu privire la îndeplinirea sarcinilor și a rutinelor zilnice diferă în funcție de mediul lor de trai?

### *Desfășurarea cercetării*

#### *Subiecții cercetării*

Au participat la studiu 146 de studenți (51 băieți, 95 fete) de la Universitatea „Vasile Alecsandri” din Bacău. Toți participanții erau adulți și au semnat formularul de consimțământ înainte de a fi incluși în cercetare. Studiul s-a desfășurat în conformitate cu Declarația de la Helsinki.

#### *Evaluare*

Subiecții au fost evaluați folosind chestionarul Autoevaluarea Ocupațională (OSA). OSA este un chestionar de autoevaluare pentru clienți, utilizat pentru a evalua performanța și participarea lor ocupațională. OSA constă în două părți cu autoevaluare, bazate pe Modelul Ocupațional Uman (MOHO). Prima secțiune include o serie de afirmații despre competența ocupațională a individului. Secțiunea a doua stabilește prioritățile clientului pentru terapie, care pot fi traduse în obiective terapeutice (Baron, Kielhofner, Iyenger, Goldhammer, & Wolenski, 2006).

Utilizarea OSA a fost dovedită a fi o măsură a rezultatelor direcționate de client (Kielhofner, Dobria, Forsyth, & Kramer, 2010) cu o rată de fiabilitate de 90% (Kielhofner, Forsyth, Kramer, & Iyenger, 2009).

Studiul a fost transferat în Google Forms pentru a ușura procesul de extragere a datelor. Înainte de a completa chestionarul, participanților li s-a dat instrucțiuni de către R.M., un terapeut ocupațional cu 15 ani de experiență în domeniu, pentru a preveni orice posibilă parțialitate în răspunsurile lor.

### **3. Rezultate și discuții**

Datele colectate din Google Forms au fost exportate într-un document Excel și ulterior transferate în IBM SPSS Statistics V. 25 pentru analize suplimentare. Două teste statistice au fost folosite pentru a valida cele trei ipoteze:

- Testul T pentru un eșantion – a fost utilizat pentru a compara media aspectelor legate de importanța acordată desfășurării activităților din viața cotidiană, la toți subiecții cercetării.
- Testul T pentru eșantioane independente – a fost folosit pentru a compara media a două grupuri independente (fete și băieți; mediu urban și rural).

Pentru prima ipoteză, am aplicat Testul T pentru un eșantion pentru a compara media evaluărilor privind cât de importante sunt ocupațiile și activitățile din viața

---

cotidiană, cu valoarea 3 (neutru). Conform rezultatelor, prezentate în Tabelul 1, am obținut semnificație statistică în șase variabile măsurate din activitățile din viața cotidiană.

**Tabel 1.** Testul T pentru un eșantion

Variabila	N	Media	Dev. Std.	T	Sig. (2-tailed)	DM
A face fizic ceea ce trebuie să fac	146	2,74	,887	-3,545	p < 0,05	0,260
A avea grijă de mine însumi	146	3,16	,861	2,212	p < 0,05	0,158
Gestionarea finanțelor mele	146	2,76	,897	-3,230	p < 0,05	0,240
A mă exprima față de alții	146	2,85	,866	-2,103	p < 0,05	0,151
Realizarea a ceea ce trebuie să fac	146	2,86	,761	-2,284	p < 0,05	0,144
A avea o rutină satisfăcătoare	146	2,70	,897	-4,058	p < 0,05	0,301

**Legendă:** N= numărul de subiecți, Dev. Std. = deviația standard, T = valoarea testului T, DM = Diferența medie, N = număr.

Conform Tabelului 1, rezultatele sondajului arată că studenții acordă o valoare înaltă aspectelor asociate desfășurării rutinelor zilnice și muncii. Studiul demonstrează că variabilele precum „A face fizic ceea ce trebuie să fac” și „A avea o rutină satisfăcătoare” au primit cele mai bune scoruri, cu o valoare T de -3,545 și -4,058, în timp ce valorile p au fost mai mici de 0,05.

În contrast cu cele două variabile menționate anterior, „A mă exprima față de alții” (T=2,103, p<0,05) și „A avea grijă de mine însumi” (T=2,212, p<0,05) au mai puțin potențial pentru a asigura performanța ocupațională pe termen lung.

Pentru a doua ipoteză, pentru a verifica influența variabilei de gen asupra rezultatelor, am aplicat Testul T pentru eșantioane independente. Rezultatele obținute (Tabelul 2) sugerează că există diferențe între sexe doar pentru variabila „Utilizarea eficientă a abilităților mele” [t (144) = - 2,643, p < 0,05].

**Tabel 2.** Testul T pentru eșantioane independente

Variabila	Test Levene		T-Test			
	F	Sig.	t	df	Sig.	Diferența medie
Utilizarea eficientă a abilităților mele	4,259	,041	-2,643	144	P < 0,009	-,378
			-2,531	90,623	P < 0,013	-,378

Un studiu realizat în 2015 sugerează că vârsta și sexul sunt factori care afectează dezvoltarea abilităților de viață la tineri (Haas, Mincemoyer, & Perkins, 2015), iar femeile au niveluri mai ridicate de competență în abilitățile de viață decât bărbații (Lerner, Lerner, Bowers, & Geldhof, 2015).

Am efectuat un Test T pentru eșantioane independente ca parte a celei de-a

treia ipoteze pentru a determina dacă variabila de mediu de trai afectează rezultatele. Conform descoperirilor noastre, așa cum sunt prezentate în Tabelul 3, există diferențe între variabila de mediu de trai [ $t(144) = 1,160$ ,  $p < 0,05$ ]. Acest lucru sugerează că studenții din zonele urbane acordă o importanță mai mare abilităților fizice în comparație cu studenții din zonele rurale.

**Tabel 3.** Testul *T* pentru eșantioane independente

Variabila	Test Levene		T-Test			
	F	Sig.	t	df	Sig.	Diferența medie
Utilizarea eficientă a abilităților mele	4,025	,047	1,160	144	,248	,172
			1,130	116,268	,261	,172

Principalele motive pentru care studenții din zonele urbane tind să acorde o valoare mai mare abilităților fizice sunt: (1) studenții din zonele urbane au în general niveluri mai scăzute de condiție fizică, (2) studenții din zonele urbane au rate mai ridicate de supraponderabilitate și (3) abilitățile fizice sunt mai apreciate de către societate în zonele urbane (Jiang, Huang, & Cui, 2023).

#### 4. Concluzii

Cercetarea a dus la următoarele concluzii:

Studenții apreciază mult aspectele legate de desfășurarea activităților din viața cotidiană și demonstrează abilitățile fizice și psihologice necesare pentru a o gestiona eficient;

Subiecții de sex feminin tind să perceapă sarcinile legate de ocupații și rutine zilnice mai pozitiv decât colegii lor de sex masculin;

Îndeplinirea activităților din viața cotidiană variază în funcție de mediul în care indivizii trăiesc. Acest lucru se întâmplă deoarece aceste abilități sunt modelate și dezvoltate de factori culturali, socio-economici, fizici și instituționali.

#### Acknowledgement/Funding

The research performed by the authors was funded by the Ministry of Education, through the National Council for the Financing of Higher Education, Romania, grant number CNFIS-FDI-2023-F-0138.



©2017 by the authors. Licensee „GYMNASIUM” - Scientific Journal of Education, Sports, and Health, „Vasile Alecsandri” University of Bacău, Romania. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution ShareAlike 4.0 International (CC BY SA) license (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).