

«УТВЕРЖДАЮ»

Ректор ФГБОУ ВО «Кубанский
государственный университет
физической культуры, спорта и
туризма»



д.п.н. профессор С.М.Ахметов

«12» ма 2020 г.

ОТЗЫВ ВЕДУЩЕЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», г. Краснодар на диссертацию КОСТОВА ФЕДОРА ФЕДОРОВИЧА «Психоэмоциональная устойчивость как фактор профилактики развития реактивной астении у спортсменов», представленную на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры в диссертационный совет Д 311.010.01 по защите кандидатских и докторских диссертаций при ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта»

Актуальность темы выполненного исследования и её связь с соответствующей отраслью науки и практики

Актуальность исследования определяется несколькими моментами. Во-первых, уже не одно десятилетие обсуждается вопрос о том, что возрастание уровня физических и психических нагрузок в современном спорте, в том числе и детском, и юношеском повышает риск перетренированности и психологического выгорания. Это приводит к преждевременному уходу из спорта талантливых юных спортсменов, к появлению дисгармоний их личностного развития (Н.У. Хайрутдинова, 1991; В.А.Багина, 1995; В.Лях ,1998; В.Н.Платонов, 2015; Б.П.Яковлев, 2017; З.А.Сагова. Д.А.Донцов, 2018; В.А.Толочек , 2018; D.Gould, M.A.Whitey, 2009; R.M.Malina, 2009; C.C.Pope, D.Penney, K.Foster at al., 2012; K.Logan, 2016; C.Garrett, 2019). При значительном внимании исследователей и практиков к данной проблеме она далеко не является решенной. В системе

подготовки как юных, так и взрослых спортсменов отсутствует система профилактики неблагоприятных последствий переносимых спортсменами физических и психических нагрузок. Во многом сохраняется реактивный подход к решению проблемы перетренированности и психологического выгорания, ориентация на преодоление последствий неблагоприятных функциональных и эмоциональных состояний спортсменов, а не на их профилактику. Поэтому проблема разработки средств профилактики физических и психологических перегрузок спортсменов за счет повышения их психоэмоциональной устойчивости, особенно, спортсменов – подростков, может быть отнесена к актуальным и значимым проблемам наук о спорте.

Во-вторых, в современных условиях спортивная деятельность является не только сферой развития двигательных способностей и их проявления в условиях соревнований, но и средой социализации спортсменов. В силу привлекательности и положительной мотивации занятий она является благоприятной для развития у спортсменов жизненно важных умений, в том числе умения справляться со стрессами, значительными физическими и психологическими нагрузками (Е.А. Пархоменко, 2002; С.А. Ольшанская, 2004; З.К. Чермит, 2005; С.А. Печерский 2010; В.А. Масленникова 2011, Л.И.Лубышева, 2017; P.WyllemaH, 2004). Развитие в рамках занятий спортом жизненно важных умений и личностных свойств, повышающих психоэмоциональную устойчивость, является средством раскрытия социализирующего потенциала спортивной деятельности, что в современных условиях, которые характеризуются дефицитом социализирующих влияний на подрастающее поколение, представляется важным. Приобретение жизненно важных умений, к которым относятся умения преодоления сложных ситуаций различного происхождения, является ресурсом конструктивного включения молодого поколения в социум и благополучия жизненного пути.

В-третьих, работа по повышению психологической компетентности спортсменов за счет приобретения ими жизненно и профессионально важных умений, развития личностных свойств, повышающих устойчивость к неблагоприятным факторам, затрудняется недостаточной разработанностью необходимых для решения этой задачи методов. Рост влияния психологических факторов на достижения спортсменов делает разработку таких методов принципиально важным направлением научной работы в области профилактики неблагоприятных последствий включения подростков в занятия спортом и раскрытия ресурсов их самореализации в этой сфере.

Таким образом, все это свидетельствует о весьма высокой актуальности представленной диссертации как с теоретической, так и с практической

точки зрения, о её связи с предметными областями научной специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Научная новизна полученных в исследовании результатов, сформулированных выводов

Научная новизна данного исследования заключается в том, что:

- во-первых, установлены психологические переменные, повышающие либо снижающие вероятность развития реактивной астении у спортсменов подросткового возраста;
- во-вторых, разработана методика повышения психоэмоциональной устойчивости, снижающая риск развития реактивной астении у спортсменов подросткового возраста, эффективность которой подтверждена результатами формирующего эксперимента.

Степень обоснованности и достоверности полученных данных и выводов

Обоснованность и достоверность полученных данных и выводов обусловлена следующим.

- Построение исследования теоретически обосновано, опирается на современные научные представления о стрессе и средствах его преодоления (В.А. Бодров; Н.Е. Водопьянова; Б.А. Вяткин; О.В.Л. Марищук; А.Б. Леонова; Ю.В. Щербатых; Г. Селье и др.), о принципах психологического сопровождения спортивной деятельности (Е.П. Ильин; А.М. Ахатов; А.В. Алексеев; А.И. Шамардин; A.LeUnes и др.), о феномене реактивной астении, психологических факторах риска ее развития (А.М. Прихожан; Е.В. Барсукова; В.А. Гуров; С.Л. Соловьева; Е.Е. Ромицьина; M.J.Zvolensky и др.) и роли психической устойчивости в его преодолении и профилактике (А.С. Солодков; В.Н. Платонов; В.Н. Ильин; Н.Ф. Гордон; В.Д. Моногаров; В.В. Корнякова; M.S.Jaffee и др.).

- Программа исследования отличается научной корректностью, задачи исследования логически взаимосвязаны и последовательно реализованы. Примененные при обработке результатов методы математической статистики адекватны задачам исследования.

- Выводы сделаны на основе значительного по объему эмпирического материала. 67 участников исследования обследованы по 28 точно подобранным параметрам, что позволило получить достаточно убедительные ответы на поставленные в исследовании вопросы.

Таким образом, исследование не только четко спланировано, но и

осуществлено, что достаточно полно и корректно отражено в тексте диссертации.

Значимость полученных результатов для науки и практики

Теоретическая значимость работы состоит в уточнении научных представлений о факторах риска развития у спортсменов подросткового возраста реактивной астении и роли психоэмоциональной устойчивости как ресурса снижения вероятности возникновения этого явления. Тем самым, диссертационная работа вносит вклад в теоретическое обоснование системы психологического сопровождения подготовки спортсменов подросткового возраста, значимость которой до последнего времени необоснованно недооценивалась.

Практическая значимость исследования подтверждена тремя актами внедрения результатов исследования в практику подготовки юных спортсменов. Она заключается в том, что примененная в исследовании программа диагностики психологических предпосылок психической устойчивости как ресурса профилактики реактивной астении может быть использована в практике психологического сопровождения подготовки спортсменов, как и разработанная автором диссертации и проверенная на эффективность в формирующем эксперименте методика повышения психической устойчивости. Целесообразно включить материалы диссертационного исследования в практику переподготовки и повышения квалификации специалистов, ведущих подготовку спортсменов, с целью повышения их компетентности в области профилактики реактивной астении и ухода из спорта одаренных юных спортсменов из-за последствий физического и психического перенапряжения. Не менее оправданным было бы включение материалов диссертационного исследования Ф.Ф.Костова в учебные курсы для обучающихся по программам бакалавриата и магистратуры по направлениям и профилям подготовки кадров для сферы физической культуры и спорта.

Возможности практического применения результатов исследования Ф.Ф. Костова могут быть увеличены путем подготовки автором методического пособия по применению авторской методики повышения психоэмоциональной устойчивости спортсменов подросткового возраста.

Структура и содержание работы

Диссертационная работа Ф.Ф. Костова имеет традиционную для таких работ структуру. Она состоит из введения, четырех глав, заключения,

практических рекомендаций, списка сокращений и условных обозначений, списка литературы и трех приложений. Текст диссертации изложен на 155 страницах, иллюстрирован тридцатью четырьмя таблицами и тринадцатью рисунками. Список литературы включает 200 источников, в том числе 34 источника на иностранных языках.

Во введении Ф.Ф. Костов приводит убедительные аргументы в пользу актуальности проблемы выполненного исследования. Он связывает необходимость повышения психоэмоциональной устойчивости спортсменов подросткового возраста с решением задачи профилактики развития у них реактивной астении и возможных негативных последствий психологических и физических перегрузок для здоровья юных атлетов и благополучия их жизненного пути. Авторское понимание сути исследуемой проблемы стало основой для определения цели и задач исследования, позволяющих получить фактические подтверждения выдвинутой гипотезы о возможности профилактики реактивной астении за счет повышения психоэмоциональной устойчивости спортсменов подросткового возраста. Введение содержит авторскую характеристику научной новизны, теоретической и практической значимости проведенного исследования, положения, выносимые на защиту и другие обязательные сведения о диссертационном исследовании.

Первая глава «Психологические аспекты развития и профилактики реактивной астении у спортсменов», содержащая аналитический обзор по проблеме исследования состоит из шести подразделов. Автор уделяет в ней внимание понятийному аппарату исследования, проводит разграничение понятия «реактивная астения», и близких понятий таких, как «утомление», «переутомление», «перенапряжение». Под реактивной астенией он понимает реактивное, временно преходящее функциональное состояние психоэмоционального расстройства, выражющееся в снижении активности, непреходящей усталости и возникающее у исходно здоровых лиц в результате воздействия дезадаптационных факторов (с.15-16), Отдельные подразделы первой главы диссертации посвящены проблемам стресса и психоэмоциональной устойчивости, тревожности, саморегуляции эмоциональной сферы спортсменов. Особое внимание уделено факторам риска развития реактивной астении у спортсменов подросткового возраста, которые предопределяют направления работы по ее профилактике. Заслуживает позитивной оценки концентрация исследования на проблематике неблагоприятных последствий физических и психических перегрузок у спортсменов подросткового возраста, значимость которой не всегда признается в полной мере, что приводит к потере талантливых юных

спортсменов, преждевременно прекращающих занятия спортом. Хотелось бы, правда, выразить сожаление по поводу того, что в разделе, посвященном факторам риска развития реактивной астении у подростков, обойдены вниманием такие факторы, как самоотношение и мотивация, значимость которых подтверждается многими исследованиями. Итогом теоретического анализа стало формулирование диссидентом представлений о развитии реактивной астении у спортсменов, которое положено в основу эмпирического исследования.

Вторая глава диссертации содержит достаточно подробное описание методики и организации исследования. Оно дает ясное представление обо всех этапах исследования, о примененных автором методах исследования, об исследованной выборке, что соответствует требованиям научной корректности презентации этапов эмпирического исследования и их содержания.

Результаты констатирующего формирующего этапов исследования и их обсуждение изложены в третьей главе диссертации. Они представлены детально и четко, везде подтверждены статистическими оценками достоверности различий исследуемых показателей, корреляций между ними, обобщены в кратком резюме. Представленные в третьей главе данные эмпирического исследования дают полное представление о его основных результатах и позволяют сформулировать обоснованное мнение о достоверности фактического материала, о последовательности в реализации поставленных в исследовании задач.

Четвертая глава диссертации «Обсуждение результатов апробации методики профилактики реактивной астении у спортсменов» содержит подробную информацию о результатах формирующего этапа диссертационного исследования, основанные на эмпирических данных суждения автора о механизмах позитивного влияния разработанной методики на повышение психоэмоциональной устойчивости спортсменов.

Автор обсуждает полученные данные достаточно корректно. Выводы соответствуют полученным результатам, их обоснованность не вызывает сомнения.

В заключении Ф.Ф. Костов подводит итоги проведенного исследования, указывает причины позитивного эффекта разработанной методики повышения психоэмоциональной устойчивости спортсменов подросткового возраста.

В разделе «Практические рекомендации» автор формулирует свое мнение о возможностях применения разработанной им методики профилактик реактивной астении у спортсменов и условия ее корректного применения.

Приложения удачно дополняют основной текст диссертации. Они содержат описание использованных психодиагностических методик, авторской методики профилактики реактивной астении у спортсменов, а также акты внедрения результатов исследования в практику подготовки спортсменов.

Текст написан ясным научным языком. Четкость, последовательность, полнота изложения результатов исследования позволяет характеризовать Ф.Ф. Костова как квалифицированного исследователя. Результаты исследования представлены в 10 публикациях, из них 5 – в журналах, входящих в перечень рецензируемых научных изданий ВАК, а также доложены на международном конгрессе и на четырех российских научно-практических конференциях.

Автореферат автора в полной мере отражает основное содержание диссертации.

Вместе с положительной оценкой данной работы следует отметить некоторые **вопросы и замечания**:

1. Нуждается в уточнении понимание автором диссертации феномена психоэмоциональной устойчивости. На странице 27 диссертации она характеризуется как свойство, а на странице 65 как состояние.
2. Автор диссертации подробно характеризует специфику источников развития реактивной астении у спортсменов подросткового возраста, особо выделяя своеобразие возрасту повышение тревожности. В то же время вне рассмотрения остается то, что в подростковом возрасте тревожность чаще всего связана с самооценкой, с ситуациями демонстрации окружающим своих возможностей и ожидаемыми внешними оценками. Для спортсменов-подростков внешние оценки и их соотношение с самооценкой является существенным стрессором, которому следовало бы уделить внимание как при анализе факторов риска реактивной астении у спортсменов подросткового возраста, так и при планировании исследования. В связи с этим вызывает сожаление, что оказалась обойденной вниманием автора методика диагностики оценочной тревожности Спилбергера.
3. При описании изменений исследуемых показателей от начала к концу формирующего эксперимента автор диссертации приводит данные об ухудшении большинства показателей исследуемых психологических переменных в контрольных группах, но не дает объяснения причин этого ухудшения. Этот факт нуждается в комментариях, если принять во внимание, что результаты бега на 60 и 1000 метров в контрольных группах либо улучшились, либо остались без изменения.

4. При описании программы повышения психоэмоциональной устойчивости спортсменов-подростков автор диссертации подчеркивает, что при ее разработке исходил из того, чтобы приобретенные спортсменами умения они могли применять самостоятельно. В связи с этим возникает два вопроса. Во-первых, исследовалась ли устойчивость эффекта формирующего эксперимента? Во-вторых, возникла у участников формирующего эксперимента мотивация самостоятельного применения полученных навыков, прослеживалось ли то, применяют ли спортсмены-подростки полученные умения в процессе подготовки?

Высказанные замечания не снижают общей положительной оценки работы и ее ценности для науки и практики. Диссертация Ф.Ф. Костова является корректно выполненным исследованием, содержащим в себе научные результаты, значимые как в теоретическом, так и в прикладном плане.

Тема и содержание диссертации соответствует паспорту специальности 13.00.04. Автореферат отражает основное содержание диссертации, его оформление соответствует требованиям ВАК РФ.

Заключение: Диссертация КОСТОВА ФЕДОРА ФЕДОРОВИЧА «Психоэмоциональная устойчивость как фактор профилактики развития реактивной астении у спортсменов», представленная в виде рукописи, является завершенным, самостоятельным научным исследованием, обладает научной новизной, теоретической и практической значимостью. Она имеет существенное значение для решения важной социальной задачи создания условий, способствующих полноценной самореализации личности в спорте. Диссертация на достаточно высоком уровне решает поставленные в ней задачи. Выводы и практические рекомендации экспериментально обоснованы. Основные материалы диссертационного исследования в полной мере представлены в десяти публикациях автора, из которых пять – в журналах по Перечню ВАК РФ. Автореферат соответствует содержанию диссертации. Диссертация Ф.Ф. Костова соответствует требованиям п.п. 9, 10, 11, 13, 14 «Положения о присуждении ученых степеней», утвержденного постановлением Правительства РФ от 24 сентября 2013 г. № 842, предъявляемым к кандидатским диссертациям, а ее автор – Костов Федор Федорович заслуживает присуждения ему ученой степени кандидата психологических наук по специальности 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Отзыв на диссертацию и автореферат, подготовленный доктором психологических наук, профессором, профессором кафедры психологии Горской Галиной Борисовной, обсужден и одобрен на заседании кафедры психологии 12 мая 2020 г., протокол №10.

Ведущая организация: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», г. Краснодар (КГУФКСТ, г. Краснодар) (Россия, 350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161; телефон/факс (861) 255-35-17; электронная почта: doc@kgufkst.ru

Заведующая кафедрой психологии
КГУФКСТ, г. Краснодар
к.п.н., доцент

Hap

Пархоменко Е.А.

