

ОТЗЫВ ОФИЦИАЛЬНОГО ОППОНЕНТА

доктора психологических наук, профессора, директора института педагогики и психологии, профессора кафедры педагогики и акмеологии личности Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Костромской государственной университете (КГУ) – Самохваловой Анны Геннадьевны – о диссертации Зинатуллиной Азалии Маратовны на тему «Особенности развития стрессоустойчивости взрослых, совмещающих профессиональную и учебную деятельность», представленной к защите в диссертационном совете 33.2.012.01, созданном на базе ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет», на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 5.3.7 – Возрастная психология (психологические науки)

Целью диссертационного исследования А.М. Зинатуллиной является определение специфики стресс-реагирования и развития стрессоустойчивости взрослых обучающихся, совмещающих профессиональную и учебную деятельность; а также разработка Модели внутренней репрезентации стрессоустойчивости и апробация тренинговой Программы развития стрессоустойчивости у взрослых обучающихся.

Актуальность исследования обусловлена тем, что проблемы непрерывного образования, дающего возможность человеку быть конкурентоспособным и самоэффективным в эпоху социальных вызовов и больших перемен, носят мировой масштаб, что отражено в концепции ЮНЕСКО «Образование через всю жизнь: непрерывное образование в интересах устойчивого развития», которая, в свою очередь, является частью «Целей устойчивого развития-2030 ООН». Появление в современном мире новых уровней образования (бакалавриат, магистратура, дополнительное образование взрослых) и новых форм образования (дистанционное, онлайн-образование, гибридное, проектное обучение) требует особого внимания психологов и специалистов смежных профессий, сопровождающих взрослых людей, совмещающих профессиональную и учебную деятельность, и создающих условия для развития их стрессоустойчивости и формирования конструктивных копинг-стратегий в условиях многозадачности и функциональной перегрузки.

В психологии совладающего поведения достаточно глубоко изучены возрастные и социально-психологические особенности стрессоустойчивости, факторы и динамика стрессоустойчивости, физиологические и психологические компоненты стресс-реагирования, специфика внутренней репрезентации стрессоустойчивости. Однако, в контексте социальной ситуации развития на этапе взрослости, когда ведущими видами деятельности одновременно является и трудовая, и учебная, данная проблематика не исследована. Исходя из этого, научная актуальность диссертации связана с попыткой предложить системное видение

стрессоустойчивости взрослых людей, совмещающих профессиональную и учебную деятельность. Практическая актуальность также бесспорна, поскольку автор предлагает действенную технологию развития стрессоустойчивости у взрослых обучающихся, совмещающих профессиональную и трудовую деятельность. Предложенная программа тренинга позволяет не только совладать со стрессами, но и в целом поддерживать высокий уровень психологического благополучия личности посредством снижения биологического возраста и темпов старения, повышения психоэмоциональной устойчивости и развития «когнитивного фильтра» стресс-реагирования, восприятия стрессовой ситуации как ресурса развития.

Диссертационная работа выполнена на междисциплинарном уровне, позволяющем осуществлять научный поиск, ориентируясь не на отдельные научные области (возрастную психологию, социальную психологию, психофизиологию, психологию труда, когнитивную психологию, психологию личности и т.д.), а на решение актуальной исследовательской проблемы, двигаясь не последовательно в рамках отдельных отраслей психологии, а «сквозь дисциплины», стирая дисциплинарные границы, поскольку используемые методы взаимодополняют, взаимообогащают друг друга, направлены не только на исследование стрессоустойчивости, но и на оценку биологического и психологического возраста, темпа старения, психоэмоциональной устойчивости и работоспособности.

Степень обоснованности научных положений, выводов и рекомендаций, сформулированных в диссертации. Диссертация охватывает основные аспекты поставленной научной проблемы, соответствует критерию внутреннего единства, что подтверждается наличием логически структурированного плана теоретико-эмпирического исследования, устойчивостью методологических взглядов, концептуальностью, взаимосвязанностью и непротиворечивостью выводов. Автору удалось решить все поставленные задачи, достигнуть цели исследования, доказать выдвинутые гипотезы. Все вышесказанное позволяет констатировать высокую степень обоснованности научных положений и выводов и рекомендаций, представленных в тексте диссертации.

Достоверность результатов исследования. Высокий уровень достоверности полученных результатов исследования обеспечивается комплексным анализом проблемы, корректностью постановки задач, адекватностью выбранной стратегии исследования, использованием надежных методических приемов и методик, репрезентативностью выборки, оценкой внутренней согласованности инструментов исследования, корректностью статистического анализа эмпирических данных, обоснованностью сформулированных выводов. Общая выборка составила 536 человек (187 специалистов, занятых только профессиональной деятельностью, и 349 специалистов, совмещающих профессиональную деятельность с обучением в магистратуре).

Научная новизна исследования заключается в том, что

– разработаны концептуальные основания для понимания стресс-реагирования и стрессоустойчивости взрослых обучающихся, выявлена половая и возрастная специфика этих процессов, а также зоны риска и группы риска снижения стрессоустойчивости в период совмещения профессиональной и учебной деятельности;

– проведен глубокий структурный анализ внутренней и внешней репрезентации стрессоустойчивости;

– показаны возрастные парадоксы оценки мужчинами и женщинами, совмещающими профессиональную и учебную деятельность, своего физиологического и психологического возраста; выявлены признаки системного стресс-реагирования (ускорение относительных темпов биологического и психологического старения).

Теоретическая значимость исследования состоит прежде всего в дальнейшей разработке понятия стрессоустойчивость в контексте ситуации повышенной стрессовой нагрузки. Получены новые данные о психологических и физиологических механизмах стресс-реагирования мужчин и женщин в периоды ранней и средней зрелости. Сочетание субъектного и ресурсного подходов позволили автору рассмотреть стресс не только в деструктивном ключе, но и определить возможности пост-стрессового развития личности. Разработанная Модель внутренней репрезентации стрессоустойчивости может служить методологической основой системной оценки ее параметров на разных этапах онтогенеза.

Результаты исследования имеют выраженную **практическую значимость**, поскольку полученные автором новые знания о возрастной специфике и динамике стрессоустойчивости мужчин и женщин, совмещающих профессиональную и учебную деятельность, предлагают психологам-практикам инструмент для диагностики стрессоустойчивости и организации психологического сопровождения обучающихся взрослых в образовательной среде вуза; служат основанием для конструирования индивидуальных траекторий профессионального и личностного развития в период ранней и средней зрелости. Полученные результаты и разработанная программа тренинга могут быть использованы также в работе по профилактике стресса и профессионального выгорания, по развитию конструктивных копинг-стратегий и жизнестойкости. Полученные научные данные могут быть использованы в психологическом консультировании, в чтении курсов по возрастной психологии, психологии личности и психологии труда, а также при организации курсов повышения квалификации психологов, медицинских работников, педагогов, специалистов по социальной работе.

Структура диссертации. Название работы «Особенности развития стрессоустойчивости взрослых, совмещающих профессиональную и учебную деятельность» полностью соответствует содержанию диссертационного исследования. Диссертационная работа изложена на 200 страницах (основной

объем включает введение, три главы, заключение, список литературы (205 наименований, из них 27 на иностранных языках) и 6 приложений. Текст адекватно иллюстрирован 30 таблицами и 8 рисунками.

Во **введении** А.М. Зинатуллина четко описывает проблемную область, методологические основы и актуальность исследования, корректно формулирует цель и задачи, объект и предмет исследования. Автором выдвигаются гипотезы исследования, обосновывается научная новизна, теоретическая и практическая значимость работы, приводятся положения, выносимые на защиту.

В **первой главе «Общая характеристика взрослости и психологические проблемы взрослых обучающихся»** автор приводит результаты анализа трудов отечественных и зарубежных авторов по проблеме исследования, рассматривает биологические и социальные факторы развития в период взрослости; дает характеристику и критерии зрелой личности (ответственность, готовность заботиться об окружающих, стремление к самореализации, способность к выстраиванию коммуникаций и небезразличное отношение к обществу). На основании анализа отечественных исследований по вопросу совмещения обучающимися профессиональной деятельности с учебной выделены актуальные проблемы взрослых, в числе которых как объективные трудности (финансовые сложности, разновозрастной состав обучающихся, временные сложности прохождения практики в профильных учреждениях и организациях, большой объем самостоятельной работы, отсутствие междисциплинарного подхода к образовательному процессу), так и субъективные (трудности осуществления качественной исследовательской научной деятельности, снижение мотивации во время обучения, необходимость адаптационных процессов обучающихся, информационная перегруженность).

Вторая глава «Теоретико-методологические основы исследования развития стрессоустойчивости взрослых, совмещающих профессиональную и учебную деятельность» посвящена концептуальному анализу стресса, стрессоустойчивости, проанализированы современные исследования развития стрессоустойчивости у взрослых обучающихся, совмещающих профессиональную деятельность с учебной. Автор дифференцирует понятие «стрессоустойчивость» из системы родственных теоретических конструктов – нервно-психической, эмоциональной и эмоционально-волевой устойчивости, жизнестойкости, копинг-стратегии, стресс-реакции. Современные теории и концепции стресса объединяются автором в три группы: стресс-граница (подразумевается необходимость в состоянии неопределенности совершать определенный выбор, проводить оценку последствий в период кризиса), стресс-деструкция (противоречие между адаптационными возможностями человека и социокультурной дестабилизирующей ситуацией) и стресс-ресурс (ресурсное состояние, когда мобилизуются максимально все имеющиеся у человека качества и свойства).

Охарактеризованы стресс-факторы обучающихся взрослых – академические, финансовые, социальные, семейные.

В рамках системно-регулятивного подхода делается вывод о том, что выявление стрессового воздействия необходимо оценивать не только на основании психологических тестирований, но и на основании физиологических показателей, которые могут указывать на нарушения функциональности гомеостаза. Предлагается авторская Модель внутренней репрезентации стрессоустойчивости, которая, на мой взгляд, шире своего названия, поскольку включает не только элементы внутренней репрезентации (когнитивную оценку и стресс-реакции), но и внешней репрезентации (работоспособность, результаты деятельности и поведенческие копинг-стратегии).

В третьей главе «Эмпирическое исследование особенностей стрессоустойчивости взрослых, совмещающих профессиональную и учебную деятельность» подробно описана организация и этапы проведения эмпирического исследования, направленного на определение специфики стресс-реагирования и развития стрессоустойчивости взрослых обучающихся, совмещающих профессиональную и учебную деятельность; разработку и апробацию тренинговой Программы развития стрессоустойчивости у взрослых обучающихся, доказательства ее эффективности. Автором приведена операционализация теоретических конструкторов стрессоустойчивости, на основании чего подобраны валидные и надежные методики, адекватные цели и задачам исследовательской работы. Статистический анализ полученных эмпирических данных проводился с использованием современных математических методов при помощи программы SPSS Statistics. С целью обеспечения достоверности полученных результатов были применены: t-критерий Стьюдента, U-критерий Манна-Уитни, непараметрический критерий знаков – G-критерий; ранговый корреляционный анализ Спирмена; однофакторный и двухфакторный дисперсионный анализ Anova (для сравнения групп использовался критерий Фишера – Fisher LSD).

В эмпирической части проведено сравнение показателей календарного, психологического, биологического и должного биологического возраста, индексов индивидуального биологического и психологического старения, стрессоустойчивости обучающихся и не обучающихся респондентов. Полученный результат далеко не оптимистичен, поскольку выявлено, что темпы относительного биологического и психологического старения в группах обучающихся мужчин и женщин 20-40 лет и 41-60 лет значительно превышают аналогичные показатели в группах не обучающихся взрослых. Следовательно, совмещение профессиональной и учебной деятельности накладывает двойную стрессовую нагрузку, а у женщин – тройную (добавляется исполнение семейных и материнских функций). Это является серьезным фактором риска, снижающим жизнеспособность, ресурсность и

уровень психологического благополучия личности; требует адресной психологической помощи взрослым обучающимся.

Интересен результат, показывающий, что блокада «когнитивного фильтра», связанная с неадекватно высокой когнитивной оценкой уровня индивидуального стресса и общим снижением нервно-психической и психоэмоциональной устойчивости до уровня, требующего постоянного волевого самоконтроля, существенно снижает стрессоустойчивость как у мужчин, так и у женщин, представляет потенциальный риск срыва нервно-психической регуляции в экстремальных ситуациях. В данной ситуации особую значимость приобретает разработанная автором тренинговая программа развития стрессоустойчивости у взрослых, совмещающих профессиональную и учебную деятельность, в которой используются субъектно-ориентированные, коммуникационные, рефлексивные технологии, оказывающие действенное влияние на когнитивную сферу личности, формирующие представления о стрессовой ситуации как о факторе развития.

В Заключении соискатель подводит итоги и описывает перспективы дальнейших исследований; делает вывод, что вне зависимости от возраста стрессоустойчивость можно развивать. Выводы адекватны предмету, цели и гипотезам исследования, а также соответствуют поставленным задачам.

Таким образом, можно констатировать актуальность проблематики, новизну полученных результатов, теоретическую и практическую значимость работы; получены интересные результаты, которые соотносятся с имеющимися в литературе, а также совершенно новые, как для отечественной, так и для зарубежной психологии. К достоинствам работы можно отнести рассмотрение проблемы через взаимосвязь, взаимозависимость физиологических и психологических показателей и последствий стресса.

Текст диссертации отражает логику исследования и его основные результаты. В соответствии с принятой исследователем методологической позицией, концептуальными теоретическими положениями, диссертация содержит серию эмпирических исследований, последовательно раскрывающих специфику стрессоустойчивости взрослых, совмещающих трудовую и учебную деятельность, а также механизмы ее развития. Работа написана четким логичным языком, все описания последовательны и структурированы, данные представлены в таблицах и прокомментированы в тексте.

При общей, безусловно, положительной оценке работы, хотелось бы задать автору несколько **дискуссионных вопросов** и обратить внимание на моменты, которые требуют дальнейшего осмысления:

1. В параграфе 1.2 «Проблемы совмещения профессиональной и учебной деятельности в период взрослости» представлены типичные трудности, возникающие при совмещении профессиональной и учебной деятельности у взрослых людей. Подтверждены ли были в эмпирическом исследовании эти теоретические данные? Являются ли указанные трудности

стресс-факторами для респондентов, принявших участие в исследовании? Существует ли возрастная и половая специфика этих проблем?

2. Насколько в выборку исследования целесообразно было включать респондентов в возрасте 20-25 лет, ведь чаще всего данная возрастная группа обучается на уровне бакалавриата и не осуществляет профессиональной деятельности?

3. Исследование выполнено в русле номотетического подхода, где преимущественно используются количественные методы сбора данных (самоотчеты и самооценки респондентов, тесты, анализ объективных физиологических показателей). Однако наблюдение и качественные методы исследования (интервью, кейс-стади, нарративы) позволили бы более рельефно представить и глубже интерпретировать выявленные тенденции (тем более, что у автора в процессе проведения тренинга была такая возможность). Кроме того, на мой взгляд, не достаточно полно исследована внешняя репрезентация стрессоустойчивости. В авторской Модели (с. 91 диссертации) указано, что внешней репрезентацией стрессоустойчивости являются работоспособность, результаты деятельности и поведенческие копинг-стратегии. Однако в диссертации используется лишь одна методика на оценку умственной работоспособности по Э. Крепелину; при этом физическая работоспособность, результативность деятельности и реализуемые копинг-стратегии личности не являются предметом изучения.

4. Разработанная автором тренинговая Программа развития стрессоустойчивости у взрослых, совмещающих профессиональную и учебную деятельность, была апробирована только на женской выборке (n=30) без разделения на этапы ранней и средней взрослости; диагностические срезы проводились перед началом тренинга и сразу по его завершению без учета отсроченного эффекта. Насколько полученные результаты можно распространить на совокупную выборку взрослых обучающихся?

Сделанные замечания и обозначенные дискуссионные вопросы не снижают научную ценность выполненного А.М. Зинатуллиной диссертационного исследования, не влияют на его положительную оценку. Характеризуя работу в целом, нельзя не отметить широты научного кругозора диссертанта, оригинальности идей, креативности в организации эксперимента. Проблематика стрессоустойчивости взрослых в ситуации многозадачности и совмещения различных видов деятельности исключительно сложна, и стоит приветствовать работы такого типа, важные как для возрастной психологии, так и для психологии труда, педагогической психологии.

Содержание автореферата полностью соответствует содержанию диссертации. Материалы исследования представлены в опубликованных автором работах в полном объеме. По теме диссертации опубликовано 18 работ, в том числе 6 статей – в журналах, включенных в перечень изданий ВАК по специальности 5.3.7 Возрастная психология; 2 – в журналах,

включенных в перечень изданий ВАК и 10 – в журналах и материалах конференций.

Диссертация Зинатуллиной Азалии Маратовны на тему «Особенности развития стрессоустойчивости взрослых, совмещающих профессиональную и учебную деятельность» является завершенной научно-квалификационной работой, выполненной на высоком теоретическом, методологическом и эмпирическом уровнях. Содержание диссертации соответствует паспорту специальности 5.3.7 – Возрастная психология, а также требованиям «Положения о порядке присуждения ученых степеней», утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации № 842 от 24.09.2013 г., предъявляемым к диссертациям на соискание ученой степени кандидата наук; а ее автор, Зинатуллина Азалия Маратовна, заслуживает присуждения искомой ученой степени кандидата психологических наук по специальности 5.3.7 – Возрастная психология (психологические науки).

Официальный оппонент:

доктор психологических наук (19.00.13 - «Психология развития, акмеология»), профессор, директор Института педагогики и психологии, профессор кафедры педагогики и акмеологии личности ФГБОУ ВО «Костромской государственный университет» (КГУ)

Самохвалова Анна Геннадьевна

07.11.2024 г.

Контактные данные:

Тел.: +7 (4942) 63-49-00 (доб. 8500)

e-mail: a_samohvalova@ksu.edu.ru

Адрес места работы:

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Костромской государственный университет (КГУ)

Почтовый адрес: 156005, ЦФО, Костромская область, г. Кострома, ул. Дзержинского, д. 17/11.

Тел: +7 (4942) 49-80-00

Электронная почта: info@ksu.edu.ru

Официальный сайт: <https://ksu.edu.ru>

Подпись руки _____
заверяю
Начальник канцелярии
Н.В. Кузнецова _____

Самохвалова А.Г.



Председателю диссертационного совета 33.2.012.01, созданного на базе ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет» доктору психологических наук, профессору

В.В. Рубцову

Уважаемый Виталий Владимирович!

Я, Самохвалова Анна Геннадьевна, доктор психологических наук, директор Института педагогики и психологии, профессор кафедры педагогики и акмеологии личности ФГБОУ ВО «Костромской государственный университет», даю согласие выступить официальным оппонентом по диссертации Зинатуллиной Азалии Маратовны на тему «Особенности развития стрессоустойчивости взрослых, совмещающих профессиональную и учебную деятельность», представленной на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 5.3.7. – Возрастная психология.

1. Подтверждаю:
 - не являюсь членом экспертного совета ВАК; членом диссертационного совета 33.2.012.01;
 - не являюсь соавтором соискателя Зинатуллиной А.М. по опубликованным работам по теме диссертации;
 - не работаю в ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет»;
 - не работаю в одной организации с соискателем;
 - не работаю в одной организации с научным руководителем соискателя ученой степени;
 - не работаю в одной организации с другими оппонентами и в ведущей организации;
 - не принимаю участия совместно с соискателем Зинатуллиной А.М. в проведении научно-исследовательских работ организации-заказчика.

2. Подтверждаю, что не присутствовала на обсуждении указанной диссертации на кафедре «Возрастная психология имени профессора Л.Ф. Обуховой» ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет».

3. Даю согласие на размещение на официальном сайте ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет» заверенного отзыва на данную диссертацию и сведений об оппоненте.

Самохвалова Анна Геннадьевна

Доктор психологических наук по специальности 19.00.13 – Психология развития, акмеология». Номер диплома доктора психологических наук: серия ДНД № 001361 от 09 июля 2015 года (приказ № 743/нк-11).

Доцент.

Директор Института педагогики и психологии, профессор кафедры педагогики и акмеологии личности ФГБОУ ВО «Костромской государственный университет».

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Костромской государственный университет».

Адрес места работы: 156005, Костромская область, городской округ город Кострома, город Кострома, улица Дзержинского, дом 17/11.

Телефон служебный: +7 (4942) 63-49-00 (доб. 8500)

E-mail места работы: a_samohvalova@ksu.edu.ru; kaf_po@ksu.edu.ru

Имею публикации по профилю защищаемой диссертации соискателя

№	Название работы	Выходные данные
1	Субъектность и авторство жизни у женщин среднего возраста: испытание сепарацией	Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2020. – Т. 26. – № 4. – С. 41-45.
2	Субъективное благополучие студентов, поступивших в вуз на разные направления подготовки	Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2021. – Т. 27. – № 2. – С. 32-38.
3	Структурно-функциональная модель психологического благополучия современных студентов	Российский психологический журнал. – 2021. – Т. 18. – № 4. – С. 47-63.
4	Психологическое благополучие студентов в условиях высокой неопределенности будущего	Ярославский педагогический вестник. – 2021. – № 4 (121). – С. 88-96.
5	Психологическое благополучие современных студентов: типология и мишени психологической	Консультативная психология и психотерапия. – 2022. – Т. 30. – № 1 (115). – С. 29-48.

	помощи	
6	Специфика представлений о близости и близких отношениях у мужчин и женщин	Ярославский педагогический вестник. – 2022. – № 4 (127). – С. 130-137.
7	Особенности психологического благополучия русских и армянских студентов	Социальная психология и общество. – 2022. – Т. 13. – № 2. – С. 123-143.
8	Специфика близких отношений на разных этапах взрослости в современном мире	Российский психологический журнал. – 2023. – Т. 20. – № 2. – С. 185-210.

С работами можно ознакомиться в сети Интернет по адресу:
https://elibrary.ru/author_items.asp?authorid=428989

Самохвалова А.Г.



 Подпись рукописи А.Г. Самохваловой
 заверяю 01.10.2023
 Начальник канцелярии
 /Н.В. Кузнецова [подпись]

ОТЗЫВ
ОФИЦИАЛЬНОГО ОППОНЕНТА
о диссертации Зинатуллиной Азалии Маратовны
«Особенности развития стрессоустойчивости взрослых, совмещающих
профессиональную и учебную деятельность»,
представленную на соискание ученой степени кандидата
психологических наук по специальности 5.3.7. – Возрастная психология
(психологические науки)

Диссертация Зинатуллиной А.М. является законченным исследованием, актуальность которого имеет высокую значимость. Современный человек сталкивается со значительным числом стрессовых факторов. Их количество возрастает, когда требуется повышать свою компетентность за счет получения дополнительного высшего образования, совмещая учебный процесс с полноценной профессиональной деятельностью. Освоение большого количества новой информации, отсутствие времени для отдыха, постоянные умственные нагрузки, выполнение других социальных обязательств однозначно могут сказываться на здоровье современной личности, как на физиологическом, так и на психологическом уровнях. Это приводит к эмоциональному напряжению, повышающему риск возникновения патологических реакций, ухудшения показателей здоровья и снижения стрессоустойчивости со всеми вытекающими последствиями. Таким образом, проблему преодоления трудных жизненных обстоятельств и развития стрессоустойчивости в период ранней и средней взрослости, особенно для лиц, совмещающих профессиональную и учебную деятельность, следует считать ключевой как для самой личности, так и для формирования качественного кадрового потенциала страны в целом.

Стоит отметить, что Зинатуллина А.М. в своей работе за основу берет определение стрессоустойчивости в рамках системно-регулятивного

подхода, рассматривая ее как «индивидуальная психологическая характеристика, обеспечивающая гомеостаз различных систем человека (биологической, физиологической и психологической), и благодаря которой происходит его активное взаимодействие с внешними условиями и окружающей средой». Это отражает комплексный подход к исследованию рассматриваемого вопроса.

Степень обоснованности научных положений и выводов, сформулированных в диссертации, обеспечивается объемным проведенным теоретическим анализом не только стрессоустойчивости, но и вопросов, касающихся периодизации взрослого периода, часто встречающихся проблем сочетания обучения и профессиональной деятельности, стресса. Представленные и проанализированные научные работы отечественных и зарубежных авторов не вызывают сомнений. Отмечается логическая целостность работы и используется значительный объем эмпирического материала.

Достоверность выводов обуславливается тем, что в работе Зинатуллина А.М. использует надежные психодиагностические методики и методы математической статистики: t-критерий непараметрический Стьюдента, критерий знаков U-критерий – Манна-Уитни, G-критерий; ранговый корреляционный анализ Спирмена; однофакторный и двухфакторный дисперсионный анализ Anova (для сравнения групп использовался критерий Фишера – Fisher LSD). Хотелось обратить внимание, что основное содержание работы отражено в 8 статьях в журналах, включенных в перечень изданий ВАК, и 10 научных статей в материалах конференций и монографий, что указывает на углубленное изучение темы диссертации. В работе демонстрируется навык качественного анализа теоретической и практической литературы, грамотного изложения научных мнений, идей и взглядов, причем и сами результаты эмпирической части исследования оформлены надлежащим и наглядным образом.

Научная новизна диссертационной работы Зинатуллиной А.М. заключается в выявлении у взрослых обучающихся специфики реагирования на стрессовые факторы и стрессоустойчивости, признаков системного стресс-реагирования с учетом половых различий через обнаружение ускорения относительных темпов биологического и психологического старения; групп риска и зоны риска снижения стрессоустойчивости у взрослых обучающихся. Также была разработана Модель внутренней репрезентации стрессоустойчивости, что позволяет утверждать о высокой **теоретической значимости** исследования.

Что касается **практической значимости**, то следует отметить следующее:

- разработанная диссертантом Модель внутренней репрезентации стрессоустойчивости отображает комплексный подход к ее изучению, что может быть заложено в основу любой полноценной психологической диагностики переживания уровня стресса, степени сформированности стрессоустойчивости и показателей биологического и психологического возраста;

- результаты эмпирического исследования, особенно в отношении мужчин и женщин, помогают наиболее корректно: простроить психологическим службам высшей школы пути психологического сопровождения взрослых обучающихся; определить цели их профилактической работы в контексте снижения психоэмоционального напряжения во избежание негативных последствий на здоровье во взрослом возрасте;

- имеющиеся материалы, а также разработанная тренинговая Программа развития стрессоустойчивости у взрослых обучающихся, могут использоваться при составлении учебных планов, разработке курсов, включающих вопросы профилактики стресса и развития стрессоустойчивости.

Диссертация Зинатуллиной А.М. состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы из 205 источников и 6 приложений. Текст изложен на 155 страницах, проиллюстрирован 30 таблицами и 8 рисунками.

В первой главе «Общая характеристика взрослости и психологические проблемы взрослых обучающихся» автором приведены существующие классификации периода взрослости, рассмотрены биологические, психологические, социальные факторы развития взрослого человека и характеристики зрелой личности. На основании анализа современных исследований выделены наиболее частые проблемы совмещения профессиональной и учебной деятельности, с которыми сталкиваются взрослые обучающиеся и которые в дальнейшем становятся факторами развития стресса.

Вторая глава «Теоретико-методологические основы исследования развития стрессоустойчивости взрослых, совмещающих профессиональную и учебную деятельность» содержит теоретический анализ теорий стресса и подходов к его пониманию, сопровождаемый иллюстративными материалами. Автором раскрывается взаимосвязь психологических и физиологических проявлений стресса. Также во второй главе автор анализирует такой феномен, как «hardiness» (жизнестойкость), раскрывающийся через активизацию внутренних личностных ресурсов и позволяющий сознательно регулировать процесс восприятия стрессового события. По мнению Азалии Маратовны, именно в рамках стрессоустойчивости мы говорим о нервно-психической регуляции когнитивного и эмоционального состояния при стрессе, что и является необходимым для рассматриваемой темы. Значимость представляет и обзор современных отечественных и зарубежных исследований стрессоустойчивости среди обучающихся. Представленные материалы показывают, что Зинатуллина А.М. имеет хороший уровень владения навыком всестороннего теоретического осмысления существующих подходов по исследуемой проблематике исследования.

В третьей главе «Эмпирическое исследование особенностей стрессоустойчивости взрослых, совмещающих профессиональную и учебную деятельность» представлено эмпирическое исследование, в котором участвовали 536 человек. По составу это специалисты, имеющие высшее образование и осуществляющие профессиональную деятельность интеллектуального типа в учреждениях и организациях города Москвы (187 специалистов, занятых только профессиональной деятельностью, и 349 специалистов, совмещающих профессиональную деятельность с обучением в магистратуре). В данной главе указаны цели, гипотезы, этапы эмпирического исследования, характеристика выборки, даны описания методик, предназначенных для оценки когнитивной, физиологической и психологической стресс-реакции и работоспособности (см. таблицу «Операционализация параметров исследования стрессоустойчивости»). Проведенная комплексная диагностика стрессоустойчивости позволила автору получить значимые и достаточно интересные результаты. Некоторые из них следует выделить:

1) В условиях повышенного стресса при сочетании профессиональной и учебной деятельности в период ранней взрослости у обучающихся обнаруживаются явные признаки ускоренного темпа относительного биологического и психологического старения, а в период средней взрослости такое совмещение не является фактором ухудшения физиологических показателей;

2) В процессе сочетания двух видов деятельности в период ранней взрослости мужчины адаптируются к различным стрессовым воздействиям за счет психологических факторов, а женщины – за счет физиологических ресурсов организма;

3) Выявленная неадекватно высокая когнитивная оценка уровня индивидуального стресса у мужчин и женщин двух возрастных периодов взрослости является зоной риска снижения стрессоустойчивости.

В целом диссертация Зинатуллиной А.М. является законченным исследованием, полученные результаты свидетельствуют об их высокой значимости для раскрытия темы развития стрессоустойчивости взрослых обучающихся.

Замечания по работе. К содержанию эмпирической части работы могут быть сделаны следующие замечания, носящие характер потенциального усовершенствования научной работы:

1. По мнению рецензента, в тексте диссертации недостаточно информации о социо-демографических особенностях испытуемых. Это не позволяет вполне принять выводы автора о принадлежности к тому или иному полу как причине различий по ряду показателей, в том числе в рамках объяснения различий у женщин по причине «семейных обязательств». Уделив больше внимания материальному положению испытуемых и их предыдущему образованию, можно было бы лучше высветить место соответствующих стрессоров и способов приспособления к ним.

2. Ряд вопросов вызывает тренинговая Программа развития стрессоустойчивости у взрослых, совмещающая профессиональную и учебную деятельность, заявленная автором. Не хватает критериев включения, обоснований поло-возрастного состава участников, их взаимодействия до начала непосредственной работы. Эти факторы могли повлиять на эффективность программы. Соответственно, обобщать полученные в ходе реализации тренинга на другие группы представляется затруднительным.

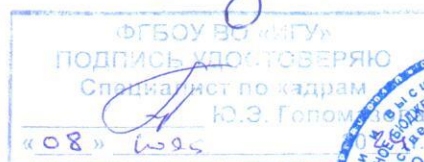
Вместе с тем указанные замечания не снижают значимости полученных результатов и не влияют на общую положительную оценку диссертационного исследования Зинатуллиной А.М.

Результаты данной работы прошли апробацию на большом количестве конференций и научных семинаров международного и всероссийского уровня. Автореферат и опубликованные работы в полном объеме отражают основное содержание диссертации, характеризуют результаты проведенных исследований.

Диссертация Зинатуллиной Азалии Маратовны «Особенности развития стрессоустойчивости взрослых, совмещающих профессиональную и учебную деятельность» является целостным теоретико-эмпирическим исследованием, вносящим большой вклад в раскрытие темы развития стрессоустойчивости обучающихся в период взрослости и наличия связей между ее показателями с показателями биологического, психологического возраста и работоспособности, которые должны учитываться в процессе обучения в высшей школе. Более того сочетание учебной и профессиональной деятельности для мужчин и женщин имеет различные друг от друга особенности, которые также необходимо учитывать. Данная диссертационная работа соответствует всем необходимым требованиям, а именно пп. 9-11, 13, 14 «Положения о порядке присуждении ученых степеней», утвержденного Постановлением Правительства Российской Федерации от 24 сентября 2013 года № 842 (в действующей редакции), и соискатель Зинатуллина Азалия Маратовна заслуживает присуждения ей ученой степени кандидата психологических наук по специальности 5.3.7. – Возрастная психология (психологические науки).

Официальный оппонент:
кандидат психологических наук
(19.00.01 – «Общая психология,
психология личности, история
психологии»), доцент, доцент
кафедры общей психологии
факультета психологии ФГБОУ ВО
«Иркутский государственный
университет»

 Кузьмин Михаил Юрьевич



08 ноября 2024 г.

Контактные данные:
Тел.: +7 (3952) 24-02-61
e-mail: mirroy@mail.ru

Адрес места работы:

664003, Сибирский федеральный округ, Иркутская область, г. Иркутск, ул.
Карла Маркса, д. 1

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Иркутский государственный университет»

Тел.: +7 (3952) 24-02-61

e-mail: obshayapsyh@mail.ru

Председателю диссертационного совета
33.2.012.01, созданного на базе ФГБОУ
ВО «Московский государственный
психолого-педагогический университет»
доктору психологических наук,
профессору

В.В. Рубцову

Уважаемый Виталий Владимирович!

Я, Кузьмин Михаил Юрьевич, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры общей психологии факультета психологии ФГБОУ ВО «Иркутский государственный университет» даю согласие выступить официальным оппонентом по диссертации Зинатуллиной Азалии Маратовны на тему «Особенности развития стрессоустойчивости взрослых, совмещающих профессиональную и учебную деятельность», представленной на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 5.3.7. – Возрастная психология.

1. Подтверждаю:
 - не являюсь членом экспертного совета ВАК; членом диссертационного совета 33.2.012.01;
 - не являюсь соавтором соискателя Зинатуллиной А.М. по опубликованным работам по теме диссертации;
 - не работаю в ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет»;
 - не работаю в одной организации с соискателем;
 - не работаю в одной организации с научным руководителем соискателя ученой степени;
 - не работаю в одной организации с другими оппонентами и в ведущей организации;
 - не принимаю участия совместно с соискателем Зинатуллиной А.М. в проведении научно-исследовательских работ организации-заказчика.

2. Подтверждаю, что не присутствовал на обсуждении указанной диссертации в ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет».

3. Даю согласие на размещение на официальном сайте ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет» заверенного отзыва на данную диссертацию и сведений об оппоненте.

Кузьмин Михаил Юрьевич

Кандидат психологических наук по специальности 19.00.01 - «Общая психология, психология личности, история психологии». Номер диплома кандидата психологических наук серия ДКН № 186068 от 10 июня 2013 года.

Доцент. Номер аттестата доцента ДЦ №011228 от 06 февраля 2018 года.

Доцент кафедры общей психологии факультета психологии ФГБОУ ВО «Иркутский государственный университет».

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Иркутский государственный университет».

Адрес места работы: 664003, Сибирский федеральный округ, Иркутская область, г. Иркутск, ул. Карла Маркса, д. 1.

Телефон служебный: +7 (3952) 24-02-61

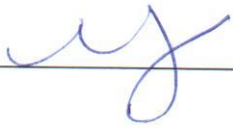
E-mail места работы: pk-psy@yandex.ru

Имею публикации по профилю защищаемой диссертации соискателя

№	Название работы	Выходные данные
1	Развитие стратегий совладающего поведения: основные подходы	Acta Biomedica Scientifica. – 2020. – Т. 5. – № 6. – С. 188-193.
2	Особенности взаимосвязи копинг-стратегий и психологических защит педагогов	Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Познание. – 2020. – № 2. – С. 50-54.
3	Особенности совладающего поведения	Интеграция образования. – 2020. – Т. 24, № 4 (101). – С. 641-655.
4	Особенности профессиональной идентичности студентов-первокурсников гуманитарных направлений	Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. – 2020. – Т. 31. – С. 56-65.
5	Кризис идентичности и ее связь с толерантностью к неопределенности	Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Познание. – 2021. – № 6. – С. 70-75.
6	Особенности идентичности женщин в кризисные и межкризисные возрастные периоды	Российский психологический журнал. – 2021. – Т. 16. – № 3. – С. 72-86.
7	Смысложизненные ориентации педагогических работников как возможный ресурс адаптивной образовательной среды	Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Познание. – 2022. – № 1. – С. 22-28.
8	Особенности	Педагогический ИМИДЖ. – 2023. – Т.

	профессионального выгорания педагогических работников и роль осознанности в его профилактике	17. – № 2(59). – С. 238-260.
9	Стратегии совладающего поведения и качество жизни женщин с различными соматическими расстройствами	Доктор.Ру. – 2023. – Т. 22. – № 1. – С. 76-85.

С работами можно ознакомиться в сети Интернет по адресу:
https://elibrary.ru/author_items.asp?authorid=689427



ФГБОУ ВО «ИГУ»
 ПОДПИСЬ УДОСТОВЕРЯЮ
 Специалист по кадрам
 Ю.Э. Голом
 «07» окт

Кузьмин М.Ю.

