

ВІДГУК

офіційного опонента на дисертаційне дослідження Сороки Олени Михайлівни «Соціально-психологічні основи стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту», подану до захисту на здобуття наукового ступеня доктора психологічних наук (доктора наук) зі спеціальності 19.00.05 – соціальна психологія; психологія соціальної роботи

Дисертація Сороки Олени Михайлівни присвячена надзвичайно актуальній темі, оскільки являє собою продуктивну спробу внести вагомий вклад у вирішення актуальної науково-практичної проблеми розвитку стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту, адже ця професія, згідно з агрегатором вакансій Adzuna, входить у топ 10 найнебезпечніших професій у світі. Характер екстремальності умов професійної діяльності обумовлює необхідність мобілізації усіх наявних ресурсів фахівців морського і внутрішнього водного транспорту. З огляду на це, розвиток стресостійкості цих фахівців розглядається не лише як пошук та актуалізація їх внутрішніх ресурсів, а й як важливий предиктор їх професійного розвитку, що спонукає до розробки і використання відповідних психотехнологій.

Дисертаційне дослідження проведене Сорокою О.М. у межах науково-дослідної роботи, передбаченої планом наукової і науково-технічної діяльності Дунайського інституту Національного університету «Одеська морська академія» і відповідає комплексним науково-дослідним темам кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля «Соціокультурні та психологічні аспекти адаптації особистості в сучасному соціумі», «Соціально-психологічні основи розвитку адаптаційного потенціалу особистості засобами інноваційних психотехнологій в умовах трансформаційних змін сучасного суспільства».

Вагома наукова новизна представленого Сорокою О.М. дослідження полягає у тому, що вперше визначено концептуальні засади дослідження стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту та її

розвитку в умовах професійної діяльності у соціально-психологічній парадигмі наукового знання; виокремлено та систематизовано зовнішні та внутрішні стресогенні чинники у професійній діяльності фахівців морського і внутрішнього водного транспорту; розкрито сутність і соціально-психологічні ресурси стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту, а також індивідуальні стилі їх реагування на стрес-чинники в умовах професійної діяльності; досліджено і диференційовано інтенсивність індивідуального і професійного стресу у фахівців морського і внутрішнього водного транспорту; виявлено соціально-психологічні умови розвитку стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту, в тому числі засобами психофізичної підготовки, та відповідно до соціонічного типу особистості фахівців (стресонестійкі, стресогальмівні, стресостійкі, стресотреновані); розкрито особливості системно-рівневої організації стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту (за індивідуальним, особистісним та суб'єктно-діяльнісним рівнями); розроблено та обґрунтовано структурно-функціональну модель розвитку стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту, що поєднує концептуальний, цільовий (змістовно-технологічний, процесуально-діяльнісний) і результативний блоки; здійснено теоретико-методологічне обґрунтування та визначено змістовно-процесуальні засади побудови і реалізації технології розвитку стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту; апробовано та доведено ефективність комплексної соціально-психологічної програми розвитку стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту.

У першому розділі «Теоретико-методологічні засади дослідження проблеми стресу у професійній діяльності фахівців морського і внутрішнього водного транспорту» дисертанткою проведено теоретико-методологічний аналіз стану дослідженості проблеми стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту в умовах професійної діяльності. Констатовано, що терміном «стрес» науковці об'єднують велике коло питань, пов'язаних із зародженням, проявами і наслідками екстремальних впливів зовнішнього середовища, конфліктами, складною і відповідальною професійною діяльністю, небезпечною ситуацією тощо. Наукові

дослідження, проведені в означеному проблемному ракурсі, обумовлені фундаментальним вивченням різних аспектів стресу – причинності, регуляції, детермінації, проявів, подолання. Узагальнюючи ці положення, авторкою підкреслено, що стресовою може бути визнана лише така реакція суб'єкта, яка сягає порогових значень його фізіологічних і психологічних можливостей. Наголошується, що у науковій літературі пропонується розрізняти такі основні типи стресових оцінок: травмівна втрата (реальна або очікувана), що має особливе особистісне значення; загроза впливу, що вимагає здібностей, які перевищують наявні можливості особистості; складне завдання, проблема, відповідальна і потенційно ризикована ситуація. З огляду на це, професія фахівця морського і внутрішнього водного транспорту є, безперечно, стресогенною, а дослідження тривалого стресу у реальних умовах професійної діяльності цих фахівців свідчать про те, що фізичний і, особливо, психічний рівень їх особистісно-професійної адаптації та стресостійкості є, відповідно, маркерами фізичного і психічного станів.

Заслуговує на увагу виокремлення і систематизація дисертанткою зовнішніх та внутрішніх стресогенних чинників у професійній діяльності фахівців морського і внутрішнього водного транспорту. Авторкою підкреслено, що професійно-обумовлені екстремальні впливи на фахівців зазначеного профілю виначаються як природними (шторми, зміни клімату, екстремальні умови виживання на воді тощо) і виробничими умовами (шуми та вібрація судна, технічні забруднення, постійна готовність до екстремальних професійних навантажень у критичних аварійних ситуаціях та ін.), так і соціально-психологічними чинниками, обумовленими типом судна та складом екіпажу (постійна готовність до виконання професійних обов'язків члена екіпажу, групова ізоляція і депривація, самотність, наявність в екіпажі людей інших культур, ризик піратського нападу на судно, терористичного акту тощо). Крім того, особливість психологічного стресу цих фахівців, що характеризується включенням складної ієрархії психічних процесів, полягає у його розвитку, який відбувається під впливом не лише реальних, а й імовірнісних подій, викликаючи тривогу і страх. Відтак, серед внутрішніх (особистісних) чинників, найважливішими визначено: емоційну стабільність; локус контролю; досвід подолання подібних стресових ситуацій

у минулому; особливості мислення, що впливають на сприйняття стресової ситуації; готовність звернутися за соціальною, емоційною, інструментальною підтримкою тощо.

У *другому розділі* «Стресостійкість у професійній діяльності фахівців морського і внутрішнього водного транспорту: соціально-психологічний дискурс» для з'ясування особливостей реагування на стресову ситуацію у залежності від особливостей ставлення до неї, а також від здатності зрозуміти цю стресову ситуацію у межах поведінкового підходу, авторкою було виокремлено відповідні стилі реагування фахівців морського і внутрішнього водного транспорту, розподілені на конструктивні – активність, яку демонструє особистість для вирішення проблеми, і захисні, коли особистість реагує, застосовуючі ті чи інші форми психічного захисту. Як зазначає дослідниця, при детальному аналізі ресурсів долаючої поведінки вагому роль у подоланні стресів відіграють сфокусовані на конкретній проблемі зусилля, спрямовані на позитивну переоцінку стресової ситуації, на зміну самої ситуації, на пошук ефективної емоційної та інформаційної підтримки, на регулювання власних почуттів і дій, на визнання власної ролі у цій проблемі, на прийняття на себе відповідальності за її конструктивне вирішення. При цьому дослідниця виокремлює три типи копінг-стратегій при різних поєднаннях нейродинамічних якостей особистості і реагування на стрес-чинники. Наведені дані дозволили авторці прийняти суб'єктний та особистісно-ситуаційний підходи як методологічну основу аналізу копінг-стратегій у системі психологічних ресурсів стійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту до стресу. У зв'язку з цим, вивчення стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту в екстремальних умовах праці здійснюється крізь призму мобілізації усіх ресурсів організму для підтримки оптимального функціонування (особистісний ресурс).

У *третьому розділі* «Інструментально-методичне забезпечення та організація емпіричного дослідження інтенсивності індивідуального і професійного стресу у фахівців морського і внутрішнього водного транспорту» дисертанткою за підсумками констатувального етапу емпіричного дослідження стресостійкості респондентів різних вікових

категорій з'ясовано, що переважна частина фахівців, потрапляючи у ситуації стресогенного характеру, пов'язані з їх професійною діяльністю, демонструють здатність достатньо ефективно регулювати власну емоційну і поведінкову сфери, що дозволяє їм на рівні висунутих вимог виконувати професійні обов'язки, підтримуючи, таким чином, оптимальний рівень працездатності. При цьому приблизно у половини фахівців третьої вікової групи діагностовано розвинений рівень стресостійкості, для якої характерними є емоційна врівноваженість, швидкий темп відновлення особистісних ресурсів, стабільна адаптивність до різного роду стресових впливів під час виконання професійної діяльності, що дозволяє їм у кінцевому рахунку підтримувати високу працездатність.

Завдяки кореляційному аналізу авторкою виявлено рейтинг та міцність взаємозв'язків між структурними компонентами стресостійкості, а також соціально-психологічними умовами її розвитку у фахівців морського і внутрішнього водного транспорту.

У *четвертому розділі* «Соціально-психологічні умови розвитку стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту» представлені Сорокою О.М. результати експериментального дослідження підтвердили позиції вихідної гіпотези - розвиток стресостійкості обстежуваних буде ефективним, якщо дотримуватись таких умов: розподіл на підгрупи здійснюватиметься на основі виявленого соціонічного типу особистості обстежуваних (стресонестійкі, стресогальмівні, стресостійкі, стресотреновані); визначення рівня стійкості до стресів буде здійснюватися інтегрально, з використанням чотирьох показників: фізіологічного, психомоторного (сила нервової системи), соціонічного тип особистості, стану здоров'я; у змісті навчальних занять із фізичної підготовки для кожної з груп із несприятливим соціонічним типом особистості буде визначено індивідуальні маршрутні завдання; у кожному розділі фізичної підготовки буде виокремлено вправи за стресстворювальною ознакою; для груп із низьким та середнім показниками рівня стресостійкості будуть проводитись спеціальні тренінги та аутотренінг; моделювання стресових службових ситуацій здійснюватиметься на етапі вдосконалення стресостійкості. Реалізація цих умов у повному обсязі має підвищити рівень стресостійкості

до виконання складних вправ програми навчання.

У п'ятому розділі «Системно-рівнева організація стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту та структурно-функціональна модель її розвитку», як зазначає дисертантка, дослідження теоретико-прикладних аспектів розвитку професійної стресостійкості, аналіз соціальних, інституційних, професійно-діяльнісних та особистісних чинників, що впливають на виникнення професійних стресів, зумовили необхідність розробки структурно-функціональної моделі, спрямованої на розвиток стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту. У зв'язку з цим організаційну структуру цієї моделі склали такі блоки: концептуальний, цільовий, змістовно-технологічний, процесуально-діяльнісний та результативний. Структурні блоки моделі є системно детермінованими, що забезпечує її організаційно-концептуальну цілісність і є важливою умовою впровадження цієї моделі у практику. Така модель дозволяє уточнити шляхи та способи розвитку професійної стресостійкості фахівця морського транспорту.

У шостому розділі «Соціально-психологічні засади розвитку стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту» авторка наголошує, що стресостійкість являє собою таку динамічну характеристику особистості, яка під впливом певних умов і обставин може або знижуватися, або піддаватися корекції. За відсутності у фахівців морського і внутрішнього водного транспорту достатніх ресурсів стресостійкості спостерігається розвиток негативних наслідків професійного стресу у формі професійної деформації, емоційного вигорання тощо. Тому їх стресостійкість до негативних впливів професійного стресу підлягає корекційному розвитку. У зв'язку з цим дослідницею розроблено та реалізовано комплексну соціально-психологічну програму розвитку стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту, яка складалася з тренажерної підготовки і фізичної підготовки під час навчання у закладі вищої освіти, а також тренінгової програми саморегуляції, що застосовувалася вже після їхнього допуску до виконання службових обов'язків на судні.

При цьому Сорока О.М. виходить з того, що технологія розвитку

стресостійкості може містити два блоки – корекційний і розвивальний. Цільова тренінгова програма спрямована на удосконалення навичок зняття нервової напруги у стресових станах. Програма тренінгу містить комплекс узгоджених за логікою розвитку стресостійкості занять, як у вигляді аутотренінгу, так групового тренінгу. Подібний симбіоз двох видів тренінгу представляється найбільш ефективним, оскільки дозволяє поєднувати як індивідуальний підхід, так і задіювати механізми групової динаміки.

Отримані дисертанткою за результатами верифікації соціально-психологічної програми дані продемонстрували значущі кореляційні зв'язки між показниками стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту, їх когнітивно-інтелектуальних та емоційно-особистісних якостей. Отже, можемо констатувати, що система вправ і занять, які містяться у запропонованій програмі розвитку стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту є релевантною поставленим завданням, а набуті завдяки участі у ній знання і навички можна використовувати для зняття нервової напруги у стресових станах, моделювання стресостабільного стану під час виконання професійних обов'язків під час морських рейсів. Статистична перевірка тотожних показників в експериментальній групі за шкалами застосованих методик продемонструвала достовірність відмінностей до і після участі у програмі, що доводить її ефективність і можливість практичного використання.

У цілому зазначимо, що дисертанткою на вагомому теоретичному та емпіричному матеріалі, неухильно дотримуючись визначених у теоретичній частині методологічних засад, розкриваються та обґрунтовуються її основні положення. При цьому, доведення їх здійснюється авторкою з належною доказовістю і послідовністю.

У дисертаційному дослідженні не виявлено академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації.

Можна зробити загальний висновок, що отримані у дисертації результати характеризуються безсумнівною науковою новизною й мають конкретну теоретичну і практичну цінність, можуть бути використані у процесі подальшої розробки цієї проблематики.

Разом із тим при загальному позитивному враженні від опанованої

роботи вважаємо за необхідне висловити деякі зауваження, побажання та рекомендації.

1. У контексті контент-аналізу наукових джерел з проблеми стресу, який сучасні дослідники поділяють на інформаційний, емоційний та організаційний, дисертантці бажано б було надати більш розгорнуту характеристику саме інформаційному стресу, з огляду на специфіку професійної діяльності фахівців морського та внутрішнього водного транспорту.

2. Результати емпіричного дослідження могли б бути ще більш змістовними, якби авторка сформувала вибірку таким чином, щоб вона дозволила виявити диференційно-психологічні особливості стресостійкості фахівців морського та внутрішнього водного транспорту не лише за віковою, а й за гендерною ознакою.

3. Дисертанткою, поряд із загальновідомими методиками дослідженнями, використувується інноваційний психодіагностичний інструментарій, зокрема, програмно-технічний комплекс (ПТК) «Психо-тест-ПГС», що дозволяє з високою ймовірністю оцінювати психологічний стан обстежуваного та виявляти наявні психологічні відхилення. З огляду на його очевидну ексклюзивність, на превеликий жаль, у дисертації не наведено докладного опису його технічних можливостей і методики використання, що бажано б було викласти для широкого наукового загалу, зокрема у додатках до дисертації.

4. Робота не позбавлена певних орфографічних, синтаксичних та морфологічних помилок.

Проте, наведені зауваження, побажання та рекомендації суттєво не впливають на цілком позитивну оцінку самої роботи та тому не знижують наукову і практичну цінність дисертаційного дослідження, яке за своїм змістом відповідає паспорту наукової спеціальності 19.00.05 – соціальна психологія; психологія соціальної роботи.

Результати дослідження пройшли доволі широку апробацію шляхом їхнього обговорення на науково-практичних конференціях різного рівня. Авторка має велику кількість публікацій у фахових виданнях, зокрема наукометричних та зарубіжних періодичних виданнях. Усі основні наукові

результати повною мірою відображено у її публікаціях, зарахованих за темою докторської дисертації.

Реферат за своїм змістом повністю відбиває основні положення, програму дослідження та висновки дисертації. Загальне оформлення дисертації та реферату відповідає державним вимогам до оформлення докторських дисертацій.

В цілому, дисертаційна робота Сороки О.М. «Соціально-психологічні основи стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту» є завершеною науковою працею, виконаною на високому теоретичному та емпіричному рівні, що має вагоме практичне значення.

Дисертація відповідає вимогам пп. 7, 8, 9 «Порядку присудження та позбавлення наукового ступеня доктора наук», затвердженого постановою Кабінету Міністрів України № 1197 від 17.11.2021 р., а Сорока Олена Михайлівна заслуговує на присудження наукового ступеня доктора психологічних наук (доктора наук) зі спеціальності 19.00.05 – соціальна психологія; психологія соціальної роботи.

Офіційний опонент:

доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри практичної психології
Одеського національного
морського університету



Росіна ШЕВЧЕНКО

Підписи заступника
в. скаржаря
В.О. Жоробів

