

ВІДГУК

*офіційного опонента на дисертацію Сороки Олени Михайлівни
«Психологія 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*

Актуальність дисертаційного дослідження О.М. Сороки є безперечною і зумовлена як завданнями наукового пошуку, так і соціальною значущістю розглядуваної проблеми. В сучасних умовах, коли інтенсивність стресового навантаження зростає, завдання формування та підтримання високого рівня індивідуальної стійкості до стресу населення в цілому і фахівців ризиконебезпечних професій зокрема набуває особливого значення. Складність професійної діяльності фахівців морського транспорту зумовлюється комплексним впливом різноманітних стрес-чинників підвищеної інтенсивності, які створюють екстремальні ситуації (надзвичайно динамічні природно-кліматичні умови морів та океанів, висока технологічність та стан техніки в галузі мореплавства, тривалість плавання, особливості прояву людського фактора в умовах високого рівня фізичних і психічних навантажень, ізоляваність моряка в обмеженому просторі судна протягом плавання тощо). Постійна наявність цих екстремальних чинників у професійній діяльності моряків і визначає необхідність розвитку в них високої психологічної готовності до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях з метою забезпечення необхідної психофізичної професійної надійності та стресостійкості. Ми поділяємо думку авторки в тому, що від успішного вирішення питань розвитку стресостійкості залежить ефективність професійної діяльності моряків, здатних підтримувати високу опірність негативним діям, доцільність поведінки, зберігаючи психофізичне благополуччя, здійснюючи пошук шляхів забезпечення успішного функціонування та підвищення безпеки власної професійної діяльності.

Актуальність окресленої проблеми підтверджує цінність дисертаційного дослідження О.М. Сороки, спрямованого саме на вивчення психології стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту.

Наукова новизна і теоретична значущість дисертаційної роботи полягають у тому, що вперше: емпірично досліджено інтенсивність індивідуального та професійного стресу у членів плавскладу; визначено психологічні умови розвитку стресостійкості корабельних фахівців засобами психофізичної підготовки; розроблено та обґрунтовано структурно-функціональну модель розвитку стресостійкості членів плавскладу; здійснено теоретико-методологічне обґрунтування та розробку авторської технології розвитку професійної стресостійкості членів плавскладу, алгоритму її застосування та верифікацію під час експериментального дослідження. Удосконалено інструментально-методичне забезпечення емпіричного дослідження інтенсивності індивідуального та професійного стресу у членів плавскладу. Подальшого розвитку дістали наукові уявлення про вплив внутрішніх і зовнішніх стрес-чинників професійної діяльності на психічну сферу фахівця морського транспорту; про сутність стресостійкості та її психологічні ресурси у фахівців морського транспорту, а також про індивідуальні стилі їх реагування на стрес-чинники професійної діяльності.

Наукова новизна дослідження не викликає сумніву, оскільки на сьогодні не достатньо ґрунтовних наукових розробок з проблеми вивчення психологічних чинників професійного стресу та стресостійкості саме фахівців морського і внутрішнього водного транспорту.

Практичне значення роботи полягає в тому, що основні положення та одержані висновки дослідження можуть бути використані для побудови професіограм фахівців морського транспорту, при розробці програм їх підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації, а також ефективного психологічного супроводу їх професійної діяльності. Виявлені показники стресостійкості можуть бути використані для оцінки ефективності психологічної адаптації, своєчасної оцінки адаптаційних порушень, для прогнозування професійної успішності фахівців морського транспорту, а також з метою виявлення груп ризику серед них. На основі отриманих результатів можуть бути розроблені практичні рекомендації, що сприяють цілеспрямованій підготовці фахівців морського транспорту до екстремальних умов професійної діяльності.

Положення та висновки дисертаційного дослідження можуть використовуватися в роботі фахівців психологічної служби морського транспорту, у профільних закладах вищої освіти при викладанні професійно орієнтованих навчальних дисциплін психологічного циклу.

Зазначимо, що дисертаційне дослідження О.М. Сороки являє собою глибоку і завершену роботу. Структура дисертації традиційна: вона складається зі вступу, шести розділів, висновків, списку використаної літератури та додатків. Кожен із розділів є завершеним відповідно до поставленої мети і завдань; висновки до розділів і загальні висновки відповідають змісту розділів і дослідження в цілому. Дисертація написана літературною науковою мовою. Матеріал викладено логічно і послідовно. План роботи сприяє розкриттю теми і досягненню мети дослідження, яка полягає в теоретико-емпіричному визначенні соціально-психологічних основ стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту; розкритті концептуальних і змістовно-процесуальних засад побудови та реалізації комплексної соціально-психологічної програми розвитку стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у даній роботі, досить високий. Він відповідає тому рівню, який задається в сучасних українських докторських дисертаціях.

О.М. Сорока проявила належну наукову культуру, чітко сформулювавши у вступі дисертації об'єкт, предмет, мету і завдання дослідження. У роботі проаналізовано достатню кількість класичних і сучасних першоджерел з проблеми. Використані авторкою методи і методики дослідження повністю відповідають його предмету, меті та завданням. Дослідницька вибірка є репрезентативною. Математико-статистична обробка результатів цілком коректна і відповідає природі отриманих даних.

Зміст першого розділу дисертації «Теоретико-методологічні засади дослідження проблеми стресу у професійній діяльності» заслуговує на позитивну оцінку, оскільки містить ґрунтовний аналіз стану дослідженості феномену стресу у психології. Авторкою здійснено інтерпретацію стресу – від

адаптаційного синдрому Н. Selye до сучасних підходів стосовно його розуміння. Як справедливо зазначає здобувачка, дефініція «стрес» протягом свого існування зазнала суттєвих змін, які, головним чином, детерміновані ґрунтовним дослідженням різних аспектів цієї багатогранної проблеми, починаючи з казуальності, зумовленості перебігу, профілактики стресу, корекції його негативних проявів та психотерапії наслідків. За позицією дослідниці, стрес як психологічна категорія містить складну ієрархію психічних процесів, які за певним сценарієм опосередковують вплив стрес-чинника або створеної ним ситуації стресогенного характеру на організм конкретного індивіда. Ми поділяємо висновок авторки стосовно того, що в реальних умовах не стільки фізичний, скільки психічний рівень адаптації є маркером фізичного і психічного стану людини.

Цінним для подальшого дослідження є визначення дисертанткою на основі класифікації існуючих основних підходів і моделей стресу зовнішніх і внутрішніх чинників, що спричиняють стрес у професійній діяльності плавскладу, який бере участь у здійсненні міжнародних перевезень у трансширотних рейсах. До першої групи (об'єктивні чинники стресу) дослідниця відносить шкідливі характеристики виробничого середовища, важкі умови роботи і надзвичайні обставини. Друга група (суб'єктивні чинники стресу) містить два основні різновиди: міжособистісні (комунікаційні) і внутрішньоособистісні стреси. Аналізуючи особистісні (внутрішні) чинники, які справляють вплив на перебіг психологічного стресу, авторка акцентує увагу на емоційній стабільності, особистісному локусі контролю, особливостях мислення, що впливають на сприйняття стресової ситуації, досвіді подолання подібних стресових ситуацій, готовності звернутися за соціальною підтримкою до інших. У цілому психологічний стрес у дисертаційному дослідженні характеризується складною ієрархією психічних процесів, які опосередковують вплив стресора або стресогенної ситуації на організм людини.

У другому розділі дисертації «Стресостійкість у професійній діяльності фахівця морського транспорту: психологічний дискурс» представлено аналіз поняття стресостійкість у сучасній психології. Простежується ідея про подвійну

природу стресостійкості. Звідси стресостійкість розглядається як властивість, що впливає на результат діяльності (успішність-неуспішність), і як характеристика, що забезпечує гомеостаз особистості як системи. Слушним є виснування дисертантки про роль стресостійкості, що полягає у виробленні такої системи захисту особистості від стрес-чинників, яка забезпечила б стійкість (захищеність) людини від розвитку дистресового стану. Отже, вивчення життєдіяльності людини в екстремальних умовах праці здійснюється крізь призму мобілізації всіх ресурсів організму для підтримки її оптимального функціонування (особистісний ресурс). Як особистісні ресурси стресостійкості авторка справедливо розглядає, крім індивідуально-психологічних особливостей особистості (рівень розвитку волі, локус контролю, емоційна стійкість, рівень особистісної тривожності, соціальна сміливість), і стилі міжособистісних відносин, копінг-стратегії поведінки при стресі. Позитивним моментом дисертаційного дослідження є проведений аналіз ресурсів долаючої поведінки (копінгові дії, копінг-стратегії, копінг-стиль). Цінним є виокремлення трьох типів копінг-стратегій при різних поєднаннях нейродинамічних якостей особистості та реагування на стрес-чинники. Наведені в розділі дані дозволяють прийняти суб'єктний та особистісно-ситуаційний підходи як методологічну основу аналізу копінг-стратегій у системі психологічних ресурсів стійкості особистості до стресу в організаціях різних сфер діяльності, у тому числі фахівців морського транспорту.

У третьому розділі дисертації «Інструментально-методичне забезпечення та організація емпіричного дослідження інтенсивності індивідуального і професійного стресу у фахівців морського транспорту» описано процедуру організації та методики емпіричного дослідження; представлено результати емпіричного дослідження зрушень у різних сферах особистості у членів плавскладу, які впливають на стресостійкість, а також впливу психічної нормативності, акцентуацій характеру та адаптивних стратегій моряків на їх стресостійкість залежно від тривалості рейсу, віку та плавстажу.

Позитивним моментом роботи є те, що вибір методів дослідження передбачав комплексний підхід до вивчення психологічних особливостей

«Вирішення проблем». Відповідні психологічні та математико-статистичні методи опрацювання даних дають підставу вважати дослідження методологічно вивіреною.

У четвертому розділі дисертації «Емпіричне дослідження психологічних умов розвитку стресостійкості корабельних фахівців засобами фізичної підготовки» авторка зазначає, що стресостійкість є індивідуальною якістю людини, рівень розвиненості якої проявляється під час виконання складних фізичних вправ. За результатами низки проведених досліджень дисертанткою уточнено, що соціонічний тип особистості (швидкість реакції на стрес), показник Індексу стресу (ступінь зміни роботи вегетативної системи), психомоторний тип людини (працездатність ЦНС) і стан здоров'я є компонентами інтегрального показника рівня стійкості до стресів, що дозволяє робити висновки про готовність фахівця морського транспорту до виконання складних фізичних вправ. Отже, навчання навичок саморегуляції для врівноваження психічних проявів (комплексне застосування методів діафрагмального дихання та аутотренінгу) має здійснюватися відповідно до виявленого рівня стресостійкості. Це сприятиме формуванню нового функціонального стану, що дозволяє використовувати навички довільної регуляції за рахунок гармонізації роботи серцево-судинної та дихальної системи; самостійно долати страх, довільно знижувати рівень тривожності та напруження; зберігати працездатність в умовах сильної фізичної втоми та тривалого психічного напруження. Значну практичну цінність становлять подані в розділі психологічні умови організації занять із фізичної підготовки, реалізація яких у повному обсязі має підвищити рівень стресостійкості до виконання складних вправ з програми навчання.

Зміст п'ятого розділу дисертації «Від системно-рівневої організації стресостійкості фахівця морського транспорту до структурно-функціональної моделі її розвитку» також становить значний науково-практичний інтерес. У ньому представлено модель розвитку стресостійкості фахівця, яка складається з індивідуального, особистісного та суб'єктно-діяльнісного блоків-рівнів, що пов'язані між собою і опосередковують професійну діяльність фахівця,

спрямовану на протидію негативним впливам стрес-чинників професійного середовища. Організаційну структуру цієї моделі склали такі блоки: концептуальний, цільовий, змістовно-технологічний, процесуально-діяльнісний та результативний. Схвальним є те, що структурні блоки моделі є системно детермінованими, що забезпечує її організаційно-концептуальну цілісність і є важливою умовою впровадження у практику. Розробку моделі вважаємо значним науково-практичним здобутком дисертантки, оскільки вона дозволяє уточнити шляхи і способи розвитку професійної стресостійкості фахівця морського транспорту.

У шостому розділі дисертації «Психотехнологія розвитку стресостійкості у корабельних фахівців» представлено розроблену та реалізовану комплексну програму розвитку стресостійкості корабельних фахівців, яка складається з тренажерної підготовки і фізичної підготовки під час навчання у профільному закладі вищої освіти, а також тренінгову програму саморегуляції, яка застосовується вже після допуску фахівців до виконання службових обов'язків на судні. Нам імponує, що цільова тренінгова програма спрямована на удосконалення навичок зняття нервового напруження у стресових станах. Програма тренінгу містить комплекс узгоджених за логікою розвитку стресостійкості занять – у вигляді як аутотренінгу, так і групового тренінгу.

Позитивним моментом дисертаційного дослідження є те, що отримані за результатами верифікації авторської програми дані продемонстрували значущі кореляційні зв'язки між показниками стресостійкості корабельних фахівців, їх когнітивно-інтелектуальних та емоційно-особистісних якостей. Отже, розвивальна програма є релевантною поставленим завданням, а набуті завдяки участі в ній знання і навички можна використовувати для зняття нервового напруження у стресових станах, моделювання стресостабільного стану під час виконання професійних обов'язків у морських рейсах. Статистична перевірка тотожних показників в експериментальній групі за шкалами застосованих методик продемонструвала достовірність відмінностей до і після участі в авторській програмі, що доводить її ефективність і можливість використання як для

мор'яків. На особливе схвалення заслуговує зваженість і ґрунтовність підходу дисертантки до організації емпіричного дослідження та формування вибірки його учасників. Дослідження динаміки показників психофізіологічного статусу мор'яків у процесі шестимісячного рейсу проводилося у три етапи: третій тиждень плавання, третій місяць плавання, третій тиждень після плавання. За час дослідження було обстежено 186 осіб – мор'яків далекого плавання, представників морського торговельного флоту України віком 19-55 років. Поетапне вивчення характеристик психологічного стану плавскладу під час тривалого рейсу проводилося за результатами застосування блоків методик психологічного обстеження, поданих у розділі.

Заслуговують на увагу виділені авторкою в результаті аналізу даних опитування на першому етапі дослідження особливості життєдіяльності мор'яків, що впливають, за їх суб'єктивною оцінкою, на стресостійкість. Відповідно до класифікації груп умов життєдіяльності мор'яків (природні, антропогенні, соціально-гігієнічні, соціально-психологічні, ергономічні) виокремлено категорії аналізу та підраховано частоту їх згадування, що посилює цінність дослідження.

Науково-практичний інтерес становлять результати проведеного дисертанткою факторного аналізу методом головних компонентів із Варімакс-обертанням та нормалізацією Кайзера, що дозволило виявити факторну структуру високого і низького рівнів стресостійкості плавскладу на трьох етапах рейсу (після першого, другого, п'ятого місяців рейсу). З'ясовано, що факторна структура даних, отриманих на різних етапах рейсу, змінюється. Останнє підтверджує припущення про затребуваність різних особистісних ресурсів стресостійкості протягом тривалого рейсу. Значним досягненням дисертантки вважаємо те, що в роботі переконливо, експериментальним шляхом доведено наступне: для стимулювання розвитку стресостійкості мор'яків усіх вікових категорій необхідно насамперед активізувати цілеспрямований вплив таких психологічних умов, як емпатія, моральна нормативність, внутрішня мотивація професійної діяльності та копінг-стратегія

купірування стресу, так і для подальшого розвитку стресостійкості. У контрольній групі статистично значущих зрушень за усіма показниками не відбулось.

Отже, аналіз дисертаційного дослідження О.М. Сороки дає підстави зробити висновок про ґрунтовність вивчення поставленої проблеми, високий науковий і професійний рівень дисертантки. Робота є цілісною і завершеною.

Результати проведеного О.М. Сорокою дослідження одержали належне висвітлення в наукових публікаціях. Основні положення і висновки дисертаційної роботи представлено у 51 публікації авторки, серед яких 1 одноосібна монографія, 1 навчально-методичний посібник, 20 статей у наукометричних фахових виданнях із психології (з них 1 стаття – у наукометричній базі Scopus, 2 статті – у наукометричній базі Web of Science Core Collection); 2 статті – у зарубіжних періодичних наукометричних виданнях; 27 публікацій – у збірниках матеріалів науково-практичних конференцій.

Основні результати дисертаційного дослідження впроваджено в діяльність низки науково-практичних центрів, організацій та освітньо-виховний процес закладів вищої освіти.

Оцінюючи проведене О.М. Сорокою дисертаційне дослідження загалом позитивно, вважаємо доречним висловити деякі зауваження та побажання.

1. Авторкою ґрунтовно досліджено стан розробки проблеми стресостійкості в зарубіжній та українській психології. Проте (вірогідно, свідомо) з огляду на поточну військово-політичну ситуацію не піддано критичному аналізу доробки радянської психологічної думки з цієї проблеми.

2. При аналізі співвідношення поняття стресостійкості з іншими дотичними до нього (такими, як психологічна стійкість, емоційна стійкість, стрес-резистентність, фрустраційна толерантність тощо) цікаво було б дізнатися думку авторки дисертації про життєстійкість у контексті обраної нею теми дослідження.

3. Авторська технологія розвитку стресостійкості базується на поєднанні трьох фундаментальних речей – різного роду психотехнік, тренажерній підготовці і стресоорієнтованій фізичній підготовці. На наш погляд, робота б виграла, якщо б дисертантка більш розгорнуто представила другий елемент, а

саме – тренажерну підготовку майбутніх корабельних фахівців під час їх навчання у профільному ЗВО.

4. Дисертантка зазначає, що технологія розвитку стресостійкості може містити два блоки – корекційний і розвивальний. Між тим, на наш погляд, їм міг би передувати ще й діагностичний блок.

Втім, висловлені зауваження та пропозиції не применшують позитивного враження від дисертаційного дослідження О.М. Сороки і носять в основному рекомендаційний характер. Вони не знижують загальної високої оцінки наукової роботи, яка є цілісним, завершеним дослідженням достатньо важливої та актуальної проблеми соціальної психології та психології соціальної роботи.

Реферат О.М. Сороки повністю відображає концепцію та основні методологічні позиції дисертації. Наведені в рефераті наукові положення і висновки цілком розкриті та обгрунтовані в тексті дисертації.

Отже, дисертація О.М. Сороки «Психологія стресостійкості фахівців морського і внутрішнього водного транспорту» виконана на високому теоретико-методологічному рівні, є самостійним, логічним, завершеним дослідженням, яке 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,
завідувач кафедри психології
Сумського державного педагогічного
університету імені А. С. Макаренка



С. Б. Кузікова

