

ОТЗЫВ официального оппонента

доктора психологических наук, профессора, главного научного сотрудника лаборатории психологии труда, эргономики, инженерной и организационной психологии ФГБУН «Институт психологии РАН» ОБОЗНОВА Александра Александровича о диссертации **Титовой Марии Александровны** на тему *«Эффективность психологической саморегуляции функционального состояния как фактор профессиональной успешности»*, представленной к защите на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.03 – Психология труда, инженерная психология, эргономика (психологические науки)

Актуальность рассматриваемой в исследовании Титовой М.А. проблематики очевидна в связи с объективными процессами возрастания напряженности труда во всех сферах, возрастанием конкуренции среди профессиональных кадров, стремлением руководителей организаций к повышению эффективности работы организации. В диссертации ставится вопрос о сохранении психологического здоровья и благополучия профессионалов, ориентированных на высокую планку выполнения рабочих задач в условиях выраженной напряженности труда. **Практическая актуальность** исследования определяется её нацеленностью на обоснование и разработку программ психологической поддержки персонала. **Научная актуальность** связана с необходимостью развития научных представлений о механизмах распределения психологических ресурсов профессионала, позволяющих обеспечить надежность деятельности при условии эффективного восстановления и развития адаптационного потенциала работающего человека.

Научная новизна диссертационной работы заключается в: (1) разработке базовой концептуальной схемы поуровневого анализа эффективности саморегуляции и обосновании ее модификаций для исследования кратковременных и пролонгированных напряженных условий выполнения профессиональных задач; (2) выявлении различий в эффективности саморегуляции состояния профессионалов с разным уровнем

успешности и детализации типов эффектов психологической саморегуляции состояния в условиях кратковременной и пролонгированной напряженности; (3) теоретическом обосновании и эмпирическом подтверждении правомерности трактовки эффективной саморегуляции функционального состояния как профессиональной компетенции.

Результаты диссертационного исследования имеют **практическую ценность**. Необходимо отметить значимость полученных результатов для целей подбора и аттестации кадров в условиях растущих требований к успешности профессионалов, для разработки научно-обоснованных программ развития навыков стрессоустойчивости и адаптационных ресурсов.

Достоверность и надежность данных подтверждается детальной проработкой теоретических данных, применением комплексных методик диагностики, специально разработанными программами исследования для обследованного контингента, корректным применением современных методов статистической обработки данных и их интерпретации.

Диссертация имеет оптимальный объем (191 стр.) и структуру, соответствующую критериям, установленным Положением о порядке присуждения ученых степеней. Работа состоит из введения, четырех глав, заключения и выводов, списка литературы и приложений (50 стр.). Работа проиллюстрирована 19 рисунками и 25 таблицами, что облегчает понимание её аналитической части и результатов. Библиографический список включает 302 источника, из них 50 – на иностранных языках.

В теоретической части исследования проводится глубокий теоретический анализ понятий саморегуляция функционального состояния и профессиональной успешности с опорой на основные научные исследования отечественных и зарубежных авторов. По результатам аналитического обзора диссертант выделяет критерии эффективности психологической саморегуляции функционального состояния: гибкость в выборе средств и приемов саморегуляции; своевременность, достаточность и адекватность их применения в конкретных условиях; отсутствие сбоев в работе системы

средств саморегуляции состояния по типу развития хронических состояний, накопления признаков нарушения профессионального здоровья и профессионально-личностных деформаций. На основе анализа существующих критериев для оценки профессиональной успешности в диссертации предлагается классификация данных критериев по двум категориям: (1) прогностические и результирующие, (2) объективные и субъективные критерии. Предложенная классификация использовалась в диссертации для определения уровня профессиональной успешности обследованных профессионалов.

Завершается теоретическая часть работы обоснованием предложенной автором концептуальной схемы поуровневого анализа эффективности психологической саморегуляции функционального состояния как фактора профессиональной успешности. Предложенная схема является несомненным вкладом в развитие системных представлений о путях и средствах достижения эффективного результата оптимизации состояния в разных профессиональных средах и организационных условиях. Данная схема в работе предлагается в двух модификациях, соответствующих задачам эмпирического исследования эффективности саморегуляции состояния при разных типах напряженности труда: ситуативной (кратковременной) и пролонгированной (длительной) напряженности.

В эмпирической части диссертации излагаются результаты исследования эффективности психологической саморегуляции функционального состояния как фактора профессиональной успешности в условиях повышенной напряженности труда.

Проверялось следующее предположение: для наиболее успешных профессионалов характерен высокий уровень эффективности саморегуляции функционального состояния, что проявляется в преимущественном использовании приемов саморегуляции, адекватных условиям и требованиям труда и отсутствии признаков хронических неблагоприятных состояний и профессионально-личностных деформаций.

Данная часть исследования складывается из двух составляющих: (1) выявления различий в эффективности ситуативной саморегуляции функционального состояния операторов с разным уровнем прогностической успешности деятельности и (2) выявлений особенностей функционирования системы средств саморегуляции состояния преподавателей с разным уровнем профессиональной успешности в условиях пролонгированной напряженности.

Необходимо отметить, что диссертант убедительно обосновывает выбор профессиональных групп, позволяющих провести сбор эмпирических данных для проверки выдвинутой гипотезы. К исследованию привлекаются не только представители операторских профессий, которые традиционно относятся к напряженным видам труда (операторы электроподстанций). В работе убедительно показывается, что в современных условиях представители многих профессий оказываются под воздействием фактора длительного напряженности вследствие инновационного реформирования и модернизации разных сфер общественного производства товаров и услуг. К таким профессиям могут быть отнесены и представители образовательной сферы. В условиях продолжающегося реформирования образовательного процесса фактор повышенной напряженности педагогического труда становится явно выраженным. Поэтому привлечение к исследованию, наряду с представителями операторских специальностей, преподавателей из сферы профессионального образования обосновано.

В исследовании *операторов* выборка была разделена на группы разной прогностической успешности (выделены подгруппы наиболее успешных и успешных операторов) на основании результатов экспертной оценки профессионально важных когнитивных качеств. Операторам предлагалась задача освоения и применения новых для них приемов психологической саморегуляции функционального состояния. Результаты изменения состояния оценивались при помощи схемы сравнения данных двух экспериментальных «срезов» - до начала и после окончания сеанса саморегуляции. Важно, что

экспериментальная задача была усложнена необходимостью совмещения задач освоения и применения новых приемов саморегуляции с параллельным отслеживанием при помощи внешней информации о результате изменения состояния при помощи технологии БОС. Следует отметить, что усложненное условие было выбрано не случайно – совмещение разных задач типично для ряда ситуаций в работе операторов и поэтому является адекватной экспериментальной моделью.

По результатам исследования получены результаты, выявляющие различия в эффективности саморегуляции состояния у операторов с разным уровнем прогностической профессиональной успешности. Для наиболее успешных операторов характерен более глубокий эффект саморегуляции состояния, выраженный в максимальном снижении устойчивых тревожно-депрессивных эмоциональных переживаний. Эти операторы при усложнении экспериментального задания способны лучше оптимизировать своё состояние. Таким образом, наиболее успешные операторы более эффективны в оптимизации функционального состояния, о чем свидетельствует меньшая цена их усилий по освоению и применению приёмов саморегуляции. Данные факты получены на основе многомерного анализа проявлений функционального состояния по комплексу психологических, физиологических и психофизиологических показателей.

Наиболее интересными, на мой взгляд, являются результаты исследования психологической саморегуляции функционального состояния, полученные у *преподавателей* художественного профессионального колледжа. В лонгитюдном исследовании преподаватели были разделены на подгруппы по разным критериям оценки профессиональной успешности: степени готовности к организационным изменениям (как субъективному прогностическому критерию профессиональной успешности), исходному уровню удовлетворенности работой (как субъективному результирующему критерию профессиональной успешности), типу применяемых моделей копинг-поведения и по итоговому результату адаптации к организационным

изменениям.

Результаты многоступенчатого анализа позволили выявить различия в эффективности саморегуляции состояния в течение длительного периода адаптации педагогов к инновационным изменениям. Главный итог этого исследования может быть суммирован следующим образом: более эффективная саморегуляция состояния характерна для наиболее успешных педагогов, которые для преодоления инновационных стрессов опираются на актуализацию организационно приемлемых, профессионально оправданных и ситуационно адекватных средств оптимизации состояния. Эти педагоги выбирают наиболее адекватные ситуативным условиям профессионально и организационно приемлемые модели поведения, чаще обращаются к приемам активного и целенаправленного восстановления функционального состояния.

Выбранные методы исследования, обоснованная компоновка диагностического пакета методик, тщательный подбор методов и алгоритмов обработки данных в соответствии с задачами исследования обеспечили полноту и достоверность полученных результатов.

Выводы работы теоретически и эмпирически обоснованы и вытекают из содержания работы.

Вместе с тем, к работе имеется ряд замечаний.

1. В главе 3 диссертации изложены результаты изучения освоения операторами новых для них приёмов психологической саморегуляции функционального состояния. Практическая важность этих результатов была бы ещё очевиднее, если бы диссертации содержала примеры профессиональных ситуаций, в которых психологическая саморегуляция функциональных состояний выступала бы фактором профессиональной успешности операторов.
2. В исследованиях с участием операторов электроподстанций установлено, что у наиболее успешных операторов наблюдалось значимое снижение и без того исходно низкого показателя тревожно-депрессивных эмоций, а успешных – повышение по показателю положительных эмоций (с.85). Далее

(с.87) автор предполагает, что этот результат отражает бóльшую уверенность наиболее успешных операторов в своих возможностях управлять собственным состоянием. Возникает вопрос о правомерности такого предположения.

3. В итоге лонгитюдного исследования, которое охватило 20 преподавателей колледжа, были выделены 2 полярные подгруппы: 5 человек, успешно адаптировавшихся к организационным изменениям и получивших статусное повышение, и 6 человек, имевших существенные затруднения в адаптации и уволившихся из колледжа. Результаты исследования относительно оставшихся 11 преподавателей специально не рассмотрены.

4. В диссертационном исследовании саморегуляция функционального состояния обозначается как профессионально важная особенность. На наш взгляд, это обозначение является неудачным. В данном контексте более точным было бы использование принятого термина профессионально важного качества.

Перечисленные замечания являются во многом дискуссионными и не снижают общей высокой оценки выполненного диссертационного исследования.

Таким образом, диссертационная работа М.А.Титовой является завершенным научным исследованием, выполненным на актуальную тему, а его результаты имеют научную новизну и практическую значимость.

Автореферат адекватно отражает основное содержание диссертации.

Результаты диссертационной работы неоднократно представлялись на отечественных и международных конгрессах, научно-практических конференциях, внедрены в учебный процесс подготовки квалифицированных психологических кадров. По теме диссертации опубликовано 7 научных статей, 3 из которых в журналах, рекомендованных ВАК. В диссертации и основных публикациях автора соблюдены требования, установленные п. 10, 11, 13, 14 означенного Положения. Работа полностью соответствует профилю Диссертационного совета Д 501.001.11.

Заключение. Диссертационная работа Титовой Марии Александровны на тему «Эффективность психологической саморегуляции функционального состояния как фактор профессиональной успешности» соответствует паспорту специальности 19.00.03 - Психология труда, инженерная психология, эргономика (психологические науки), полностью отвечает требованиям п. 9 Положения о присуждении ученых степеней, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 24.09.2013 г. №842, предъявляемым к диссертациям на соискание ученой степени кандидата наук. Автор данной диссертационной работы, Титова Мария Александровна, достойна присуждения ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.03 - Психология труда, инженерная психология, эргономика (психологические науки).

Официальный оппонент:

доктор психологических наук,
профессор, главный научный сотрудник
лаборатории психологии труда, эргономики,
инженерной и организационной психологии
Федерального государственного
бюджетного учреждения науки
«Институт психологии РАН»

Подпись А.А.Обознова заверяю:

Учёный секретарь Федерального
государственного бюджетного учреждения
науки «Институт психологии РАН»,
кандидат психологических наук

Контакты:

Адрес Федерального государственного бюджетного
учреждения науки «Институт психологии РАН»: 129366, Москва, ул. Ярославская, 13.
Тел. 8 (495) 6433809, Email: adm3@psychol.ras.ru

