# **РЕЦЕНЗИЯ**

# **на диссертацию БУДИЛОВОЙ Тамары Викторовны**

# **«Образ оптимального психического состояния у успешных и неуспешных спортсменов»**

# **на соискание степени Магистра по направлению 030300 - Психология**

# **основная образовательная программа «Общая психология и психология личности»**

# Актуальность тематики работы не вызывает сомнений в связи с реально существующей проблемой осознания спортсменами благоприятных психических состояний, прежде всего, предстартовых, что является основой для их достижения, поддержания и коррекции в соревновательной деятельности.

# Обзор научной и научно-методической литературы охватывает 64 источника, включая авторефераты диссертаций, статьи из научных журналов и сборников. Формулировки цели и задач, объекта и предмета исследования в целом логичны и взаимосвязаны.

В настоящей работе автор придерживается 7 компонентного состава образа оптимального психического состояния (ОПС) (Hanin Y.,2000), включающего аффективный, когнитивный, мотивационный, соматический, поведенческий, исполнительский (оперативный) и коммуникативный компоненты.

Данная диссертация построена на применения комплекса психодиагностического инструментария, а конкретно: 1) полуструктурированного интервью и ретроспективного самоописания спортсменов; и 2) методик А.О. Прохорова «Рельеф психического состояния» и Л.В. Куликова «Профиль чувств настроения».

# В исследовании приняло участие 177 спортсменов (84 на первом этапе и 93 на втором этапе) возрастом от 20 до 27 лет с различным уровнем успешности, определяемом через уровень мастерства и темп прогресса: 9 спортсменов – МСМК, 12 – МС, 38 –КМС, 52 – 1 взрослый, 39 – 2 взрослый, 21 – 3 взрослый, 6 – юношеские разряды.

При обработке эмпирического материала применены обоснованные качественный и количественный методы: контент-анализ в сочетании с программой QDA Miner 4 Lite и пакет методов математико-статистического анализа, включая вычисление хи-квадрата, метод средней меры, кластерный анализ, выявление взаимосвязи между типами образа оптимального соревновательного состояния спортсмена и количеством достигнутых уровней мастерства по критерию H-Краскала-Уоллеса, определение выборочных различий с использованием по непараметрическому критерию U-Манна-Уитни, вычисление корреляции показателей с помощью коэффициента r-Спирмена, а также множественный регрессионный анализ (Наследов А.Д., 2004).

Выбор методов математико-статистического анализа адекватен, расчеты проведены с помощью программы SPSS. Таблицы и рисунки построены с помощью компьютерных технологий.

В качестве наиболее интересных результатов исследования отмечу несколько позиций, в частности, что в образах ОПС успешных спортсменов присутствуют метафорические элементы тогда, как у неуспешных спортсменов образ (ОПС) лишен данной особенности, а также наличие частицы «не» в образах данного состояния у неуспешных спортсменов (правда, всего при участии 8 и 6 человек соответственно). Данный факт следует рассматривать как дополнительный аргумент при проведении психологической работы со спортсменами, которые привыкли думать о себе скорее в негативном ключе, т.е. фокусируются не на своих «сильных» сторонах, а на том, что нужно исправить, подкорректировать.

Выводы и заключение в целом отражают решение поставленных задач, гипотеза исследования подтверждена.

В рецензируемой работе ясность, четкость, последовательность и обоснованность изложения в целом не вызывает сомнений. Диссертация имеет рекомендуемую структуру: введение, три главы, выводы, заключение, список используемой литературы и приложений. Ее основное содержание иллюстрировано 5 таблицами и 9 рисунками.

Технических и стилевых погрешностей в изложении достаточно мало, библиографические ссылки, таблицы и рисунки в целом соответствуют предъявляемым к их оформлению.

Привлекательным и требующим подчеркивания в данном исследовании являются: во-первых, актуальность данной диссертации и возможность развития установленного научного знания; во-вторых, современность проанализированной литературы, а также нетипичное количество источников на английском языке – **33,** что является «украшением» работы**;** и, в-третьих, качественный подход к обработке эмпирических данных.

В качестве замечаний хотелось бы обратить внимание на следующие моменты: 1) формулировки цели задач скорее даны в процессуальном ключе, а не в результативном («изучить», а не «определить» или «выявить»); 2) применение автором местоимения «я», особенно в 1 и 2 главе работы представляется несколько некорректным (С.10, 12, 18, 45 - 47 и др.); 3) достаточно детально изложены две известные стандартизированные методики во 2 главе в сочетании с приведением их в Приложении; 4) практическая значимость в большей степени связана с перспективой последующих исследований, а не с возможностью «более обосновано подбирать методы профилактики и коррекции негативных соревновательных психических состояний» (С. 7, Введение); 5) дополнительный интервал после абзаца; и 6) отсутствие указания количества участников в рисунках и таблицах

# ЗАКЛЮЧЕНИЕ: диссертация БУДИЛОВОЙ Тамары Викторовны «Образ оптимального психического состояния у успешных и неуспешных спортсменов» на соискание степени Магистра по направлению 030300 - Психологияосновная образовательная программа «Общая психология и психология личности»вцелом соответствует установленным требованиям к данной академической степени, может быть допущена к защите и заслуживает достойной положительной отметки ГЭК (отлично), а ее автор - присуждения степени Магистр психологии.

**Рецензент:**

доцент каф. психологии им А.Ц. Пуни

НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,

к.пс.н., доцент Елена Евгеньевна Хвацкая