**РЕЦЕНЗИЯ**

**на выпускную квалификационную работу обучающегося СПбГУ**

**Чернеевой Екатерины Сергеевны**

**по теме «Саморегуляция психических состояний у спортсменов с разным уровнем рефлексивности» по специальности 37.05.01– Клиническая психология**

**основная образовательная программа «Клиническая психология»**

**специализация: Психология спорта и физической активности**

 Содержание рецензируемой выпускной квалификационной работы соответствует заявленному названию и отражает специфику основной образовательной программы и специализации.

 Проблема саморегуляции психических состояний в спорте, традиционно являясь одной из приоритетных в психологии спорта, в настоящее время рассматривается и в контексте решения задач сохранения и поддержания здоровья спортсмена. В связи с этим исследование актуально и имеет прикладной характер.

 Формулировки цели и задач, объекта и предмета исследования в целом логичны и взаимосвязаны. Гипотезы сформулированы достаточно корректно.

 Анализ научной и научно-методической литературы базируется на 93 источниках и включает рассмотрение трех основных конструктов: «рефлексия», «психические состояния» и «саморегуляция психических состояний».

 Психодиагностический инструментарий подобран оптимально, «не перегружен» и включает три методики – по одной для решения первых трех поставленных научных задач исследования: 1) опросник «Дифференциальный тип рефлексии» Д.А. Леонтьева, Е.М. Лаптевой, Е.Н. Осина и А.Ж. Салихова (Методика ДТР, 2009); 2) «Гиссенский опросник» (адаптация В.А.Абабков, С.А.Бабин, Г.Л. Исурина, 1993); и 3) анкета «Саморегуляция спортсменов на соревнованиях» А.Е. Ловягиной (2016).

Для статистической обработки данных применялись: 1) коэффициент ранговой корреляции r-Спирмана; 2) параметрический критерий t-Стьюдента для независимых выборок; 3) непараметрический критерий U-Манна-Уитни для независимых выборок; 4) множественный регрессионный анализ, выполненный пошаговым методом; 5) критерий Н-Краскалла-Уоллеса.

 В исследовании приняло участие 65 спортсменов (40 мужчин и 25 женщин), разделенных в четыре группы по разным основаниям:

* по группам видов спорта: сложнокоординационные, единоборства и игровые;
* по уровню квалификации: массовые разряды (от 1-го юношеского до 1 взрослого), кандидаты в мастера спорта, мастера спорта и мастера спорта международного класса;
* по возрасту: от 18 до 25 лет и от 25 до 30 лет;
* по уровню образования: высшее, неполное высшее, общее и среднее специальное.

 Установлено, что более взрослые спортсмены склонны к системной рефлексии, а также спортсмены со средним специальным образованием. Психорегулирующая тренировка в качества метода саморегуляции наименее эффективна для спортсменов с неполным высшим образованием, а наиболее – для спортсменов со средним специальным. При этом объяснение: «Это означает, что спортсмены, только начавшие свою подготовку, обучающиеся по программе среднего специального образования больше доверяют методам психорегулирующей тренировке, тогда как, уже будучи студентами, не закончившими высшее учебное заведение, на фоне нормативного разочарования в специальности, они испытывают также недоверие привычным методам саморегуляции» представляется неубедительным в связи с тем, что занятия спортом, особенно сложнокоординационными видами, начинаются отнюдь не в момент поступления в учреждения среднего специального образования.

Иные результаты научного исследования: чем выше системная рефлексия, тем более интенсивные психосоматические жалобы и боли; чем выше склонность к интроспекции, тем чаще спортсмены чувствуют упадок телесных сил, испытывают проблемы с желудком и неприятные ощущения в области сердца и др. представляются обоснованными.

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

 Рецензируемая работа достаточна ясна, логична, последовательна, имеет рекомендуемую структуру: введение, три главы, выводы, заключение, список используемой литературы, практические рекомендации и приложения. Основное содержание иллюстрировано 8 таблицами и 5 рисунками.

 Отметим ряд вопросов и замечаний:

1. во Введении указано две гипотезы, во 2 главе – одна, но возможно, это техническая ошибка;
2. несмотря на 93 источника, недостаточно современной научной литературы по изучаемой проблемы; п.1.1.3 «Рефлексия в спортивной деятельности» практически не представлен (менее 1,5 страниц), хотя это находится в фокусе внимания достаточно большого количества авторов (А.В.Вощинин, С.Д.Неверкович, С.Д.Хорина, Д.А.Петрова); общее соотношение Введение в сочетании с 1 главой и результатов исследования – 50с. к 10с., что является определенным нарушением;
3. неясно, спортсмены – действующие или закончившие спортивную карьеру?;
4. не представлены особенности исследуемых показателей у спортсменов по группам видов спорта: сложнокоординационные, единоборства и игровые, и по уровню квалификации, что более практически значимо, чем учет уровня образования;
5. более приемлемо применение критерия W-Вилкоксона по нескольким параметрам с **балльной** оценкой, чем параметрический критерий t-Стьюдента (например, «Уверенность в себе перед соревнованиями» и др.);
6. параграфы не должны заканчиваться рисунком без тестовой связки-перехода к др.параграфу;
7. практические рекомендации ориентированы в основном для спортсменок. При этом, обучение физическим упражнениям и релаксации в качестве рекомендации для высококвалифицированных спортсменов не представляется оптимальной (скорее всего у них собственная система приемов саморегуляции (Р.М.Загайнов, Г.Д.Горбунов);
8. хотелось бы в Приложении видеть первичные данные по 65 участникам исследования;
9. в таблицах не указаны единицы измерения, в рисунках нет указаний, что значит, например «9», «Ж», «И» и др. Текст в ряде мест не отформатирован: то выравнивание по левому краю, абзацный отступ - не везде, интервал между абзацами, несколько параграфов начинаются с новой страницы, а не следуют друг за другом; список литературы – неясно в соответствии с каким ГОСТом (встречается несколько вариантов).

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ:** выпускная квалификационная работа Чернеевой Екатерины Сергеевны теме «Саморегуляция психических состояний у спортсменов с разным уровнем рефлексивности» по специальности 37.05.01– Клиническая психология основная образовательная программа «Клиническая психология» специализация: Психология спорта и физической активности - вцелом соответствует установленным требованиям, может быть допущена к защите и заслуживает с учетом Доклада и ответов на вопросы положительной отметки ГЭК (хорошо).

 **Рецензент:**

доцент каф. психологии им А.Ц. Пуни

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

к.пс.н., доцент Хвацкая Елена Евгеньевна