

ОТЗЫВ

члена диссертационного совета на диссертацию Фельсендорфф Ольги Владимировны на тему: «Социально-психологические особенности женщин с риском аддиктивного поведения в области занятий фитнесом», представленную на соискание ученой степени кандидата наук по специальности 19.00.05 – социальная психология

Актуальность темы диссертационного исследования определяется широким распространением в обществе и доказанной значимой социальной функцией занятий фитнесом, и в то же время недостаточной изученностью психологической структуры этого вида деятельности, индивидуально- и социально-психологических факторов, его определяющих, рисков для здоровья и психологической адаптации приверженных лиц. Именно анализу этих мало изученных вопросов социальной психологии, психологии здоровья и аддиктологии посвящено диссертационное исследование О.В. Фельсендорфф, что делает его актуальным и своевременным, открывающим пути для индивидуализированной научно-обоснованной психологической работы с целью профилактики зависимых, саморазрушающих форм поведения у женщин, интенсивно занимающихся фитнесом.

Общая цель диссертационного исследования состояла в изучении социально-психологических характеристик женщин, приверженных активным занятиям фитнесом, для выявления группы риска по спортивной аддикции (аддикции упражнений). Для достижения поставленной цели автором сформулированы семь задач, полное выполнение которых позволило убедительно подтвердить общую гипотезу исследования о существовании риска спортивной аддикции у женщин, приверженных активным фитнес-тренировкам, и о связи этого риска с социально-психологическими характеристиками. Реализация задач исследования также позволила подтвердить ряд частных гипотез, например, о том, что для женщин, приверженных активным фитнес-тренировкам, характерны неудовлетворенность образом собственного тела, пониженная самооценка, риск нарушений пищевого поведения, а

также ряд особенностей эмоциональной сферы, отличающих их от женщин, не занимающихся интенсивными занятиями фитнесом. Эти данные являются новыми, оригинальными, как и сама тема исследования, и вносящими существенный вклад в науки, занимающиеся проблемами личности, социального взаимодействия и адаптации человека в социуме, а также психологической помощи лицам с риском ее нарушения.

В соответствии с целью и задачами была разработана масштабная **программа исследования**, предполагающая сравнительными анализ широкого спектра индивидуально-типологических, эмоционально-аффективных, ценностно-мотивационных и других психологических характеристик женщин, занимающихся фитнесом (n=113), и женщин с сопоставимыми социально-демографическими характеристиками, не посещающих фитнес-клубы (n=71), а также сравнительных анализ психологических характеристик женщин, занимающихся фитнесом с различной интенсивностью, и выделение на этой основе с помощью методов математической статистики наиболее информативных психологических предикторов спортивной аддикции, то есть, по сути, группы риска психической дезадаптации – группы женщин, остро нуждающихся в психологической помощи.

Таким образом, программа диссертационного исследования нацелена на изучение ранее не изученных вопросов научной психологии и на практическое использование ее результатов для помощи широкому кругу современных женщин с признаками спортивной зависимости и глубинными психологическими проблемами, определяющими сверхценный характер установок на совершенствование своего тела.

Для реализации цели и задач исследования был сформирован методический аппарат, состоящий из 9 психодиагностических методик и авторской анкеты, который позволил в комплексе и взаимодействии изучить риск формирования спортивной аддикции, риск нарушений пищевого поведения, различные аспекты отношения к себе и собственному телу и его влияние на качество жизни, а также особенности эмоционального состояния и структуры личности в сопоставляемых группах женщин. Методы исследования корректно представлены во 2

главе диссертации. Достоинством работы является использование при обработке всей совокупности эмпирических данных разнообразных методов математической статистики, в значительной степени обеспечивающих достоверность результатов исследования.

Результаты проведенного исследования четко и наглядно представлены в 3 главе диссертации. На их основании сформулировано семь выводов, которые логично завершают диссертационное исследование, соответствуют его цели и задачам, научно обоснованы и отражают содержание работы и также, как положения диссертации, выносимые на защиту, отражают ее научную новизну и теоретическую значимость, которые заключаются в следующем.

Научная новизна и теоретическая значимость диссертации содержатся как в ее теоретических, так и эмпирических частях. В аналитическом обзоре отечественной и зарубежной литературы, представленном в главе 1 на 50 страницах, приведен подробный содержательный анализ концепций и феноменов, релевантных теме диссертации. В историческом аспекте рассматривается развитие фитнеса в мире как социо-культурного явления, раскрывается его полифункциональный характер, система мотивирующих факторов. Также в историческом аспекте, начиная с работ А.Ф. Лазурского, рассматривается психологическая категория отношения и далее – отношение к себе, к своему физическому Я, в том числе в контексте современных положений психологии телесности. В полном объеме раскрыто содержание аддикций в сфере занятий фитнесом и в сфере спорта как форм отклоняющегося поведения. В целом, аналитический обзор литературы представляет самостоятельную научную ценность для социальной психологии, психологии здоровья, медицинской психологии. Не меньшую значимость для психологической науки представляет обсуждение результатов собственного исследования в контексте современной мировой литературы и предложенная автором структурная модель формирования спортивной зависимости у женщин, приверженных активным фитнес-тренировкам (глава 4).

Научной значимостью и новизной обладают, практически, все эмпирические результаты диссертационного исследования. Среди них можно выделить статистически подтвержденный факт существования риска спортивной аддикции и риска дисфункциональных пищевых расстройств у женщин, интенсивно занимающихся фитнесом, то есть риска психической дезадаптации, проявляющейся сочетано в поведенческой и соматической сферах.

Важным является выделение и тонкий психологический анализ факторов, определяющих риск спортивной зависимости, среди которых неудовлетворенность образом телесного Я и эмоционально-неустойчивая личностная структура имеют наибольшее значение. Одновременно стремление заниматься фитнесом рассматривается автором как своеобразная стратегия преодоления тревоги, напряжения, внутри-и межличностных конфликтов, обусловленных этими факторами, то есть как эмоционально-ориентированный копинг.

Практическая значимость исследования О.В. Фельсендорфф с очевидностью вытекает из полученных результатов эмпирического исследования. Так, выделенные предикторы развития спортивной зависимости являются ясными и обоснованными ориентирами для разработки психопрофилактических программ в области фитнеса, а предложенная автором классификация видов приверженности фитнес-тренировкам (инструментальная, ценностная и «сверхценностная») и построенная с учетом этой классификации структурная модель спортивной зависимости в значительной степени конкретизируют эти ориентиры.

Использованный в диссертационном исследовании современный психодиагностический комплекс может быть рекомендован для психологической работы с женщинами, посещающими фитнес-клубы и другие учреждения, связанные с коррекцией тела.

Структура и завершенность диссертации. Диссертация представляет собой завершенный труд, состоит из введения, четырех глав, выводов, заключения, библиографического указателя, оформленного в соответствии с ГОСТ и включающего 146 источников (51 на русском языке и 95 – на иностранных языках), а также 2 приложений. В тексте

диссертации содержится 34 таблицы и 12 рисунков. Результаты и основные положения диссертационного исследования опубликованы в 4 научных работах, помещенных в изданиях, внесенных в рекомендованный ВАК РФ перечень изданий для опубликования результатов диссертационных исследований.

В целом, диссертационная работа выполнена на высоком научном уровне, посвящена актуальной мало изученной теме, написана отличным научным языком, содержит новые результаты. Автором сформулированы обоснованные выводы и положения, выносимые на защиту диссертации, которые имеют важное научное и практическое значение для социальной психологии.

Существенных замечаний нет. Есть пожелание, вопрос и незначительные замечания.

1. Учитывая массовый характер занятий фитнесом, его значимую социальную функцию, раскрытую в диссертации, и в то же время недостаточную изученность этого явления в психологическом плане, (включая его патологические варианты), а также учитывая качество проведенного диссертационного исследования, следует опубликовать его материалы в форме научной монографии.

2. Среди большого количества отечественных и зарубежных теорий и концепций, указанных автором в качестве теоретической основы диссертационного исследования, не представлена психологии здоровья, хотя именно в рамках этой области психологии изучаются такие проанализированные в диссертации вопросы, как, например, роль интериоризации стандартной «идеальной» телесности для формирования отношения к себе, своему «физическому Я», к здоровью.

3. В какой мере использованные в диссертации со ссылкой на зарубежные источники происхождения методики «Определитель аддикции упражнений», «Опросник пищевых предпочтений», а также разработанные за рубежом методики для изучения отношения к своему телу, представленные в учебном пособии Л.Т. Баранской, применимы для изучения российской женской выборки? Использовались ли они ранее в

отечественных исследованиях? Если – нет, то каково мнение автора об их диагностических возможностях?

4. Замечания технического характера касаются досадных стилистических неточностей, контрастирующих с отличным научным языком диссертации.

4.1. Название диссертации и название Главы 1 полностью совпадают.

4.2. Положение, выносимое на защиту №5: «Предикторами *между* группой без риска спортивной аддикции и с риском спортивной аддикции являются...»: предикторами *чего?* (не между!);

4.3. При формулировании общей и частных гипотез в характеристиках женщин, приверженных активным фитнес-тренировкам, используются слова, обозначающие сравнительную степень (выше риск, более выражена...), но не указано, по сравнению с кем.

Технические замечания не снижают научной ценности диссертационной работы О.В. Фельсендорфф.

Заключение. Диссертация Фельсендорфф Ольги Владимировны на тему: «Социально-психологические особенности женщин с риском аддиктивного поведения в области занятий фитнесом», соответствует основным требованиям, установленным Приказом от 01.09.2016 № 6821/1 «О порядке присуждения ученых степеней в Санкт-Петербургском государственном университете», соискатель Фельсендорфф Ольга Владимировна заслуживает присуждения ученой степени кандидата наук по специальности 19.00.05 – социальная психология. Пункт 11 указанного Порядка диссертантом не нарушен.

Член диссертационного совета
доктор психологических наук, профессор,
и.о. заведующего кафедрой медицинской
психологии и психофизиологии СПбГУ


О.Ю. Щелкова

11.03.2021