

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 научной степени кандидата
психологических наук по специальности
19.00.05 – социальная психология.

Лавинообразный рост аддикций, в том числе таких социально одобряемых как фанатичная приверженность занятиям спорта на фоне ограничений в питании составляет важную проблему социально-психологической адаптации человека в современных условиях существования. Не секрет, что в результате транслируемой масс-медиа идеи ценности женщин исключительно как объектов физической привлекательности, требующей самообъективации посредством усовершенствования своей внешности, возрастает риск развития эмоциональных нарушений. Возникающие таким образом тревога по поводу внешности, неудовлетворенность образом своего тела и чувство стыда могут провоцировать различные формы зависимого поведения – от классического пищевого до изнуряющих физических упражнений, актуализирующих аддиктивный потенциал спорта высших достижений. В связи с этим **диссертационная работа** Ольги Владимировны Фельсендорфф, направленная на выявление психологических факторов риска развития зависимости у лиц, интенсивно занимающихся фитнесом, **представляется актуальной**. Важность подобного рода исследований возрастает с учетом распространения фитнеса в РФ на фоне фрагментарности исследований, посвященных негативным последствиям подобного рода социально-одобряемых форм аффикций.

Новизна работы заключается в проведении комплексного социально-психологического и экспериментально-психологического исследования женщин, приверженных интенсивным фитнес-тренировкам. Наряду с оценкой аддиктивного потенциала активных занятий оздоровительным спортом, в работе оценивается отношение к собственному образу тела респонденток, их личностный профиль, самооценка и риск развития расстройств пищевого поведения.

Теоретическая значимость проявляется в нескольких аспектах. Во-первых, приведенное автором исследование расширяет теоретические представления о психологии аддиктивного поведения, в частности о спортивной аддикции, как одной из форм нехимических зависимостей. Во-вторых, в работе автор выстраивает уникальную структурную модель формирования аддикции упражнений у женщин, приверженных активным фитнес тренировкам, основанную на обширном эмпирическом исследовании,

и соотносит её с существующими теоретическими моделями спортивной зависимости.

Практическая значимость работы проявляется в нескольких направлениях и носит междисциплинарный характер. С одной стороны, полученные результаты могут служить как основой для построения последовательных и эффективных программ психологического сопровождения занятий спортом, так и использоваться в практике психологического консультирования женщин с риском спортивной зависимости, пищевых отклонений, неудовлетворённостью своей внешностью и заниженной самооценкой. С другой стороны, полученные данные могут быть использованы в качестве заместительной терапии для пациентов, страдающих химическими зависимостями, например, алкогольной или наркотической. Кроме этого, результаты данного диссертационного исследования могут быть учтены при разработке ряда учебных курсов по аддиктологии, а также социальной, клинической и спортивной психологии.

Достоверность полученных результатов обеспечивается опорой на современные методологические подходы, обширным методическим материалом, достаточным объемом выборки, адекватным использованием статистических процедур и качественным анализом результатов.

Диссертация состоит из введения, четырех глав, выводов, заключения, списка литературы и приложений. Общий объем работы 173 страницы. Список литературы включает 146 наименований, из которых 95 на иностранных языках.

В первой главе работы выполнен анализ понятия «фитнес», его структура, функции и побудительные мотивы обращения к фитнес-тренировкам, также произведен анализ отечественной литературы по проблеме самоотношения, отношения к себе и образу собственного тела, рассматриваются определение самоотношения, его структура, компоненты и функции, психологические концепции отношения личности к себе, а также место образа тела в структуре самоотношения, понятие «телесность», феномен неудовлетворенности собственным телом. Помимо этого, дано определение понятия аддиктивное поведение, виды аддиктивного поведения, их классификация. Детально рассматривается одна из форм нехимических зависимостей - спортивная аддикция, её критерии, психологические и физиологические особенности, модели спортивной аддикции.

Во второй главе рассматривается материал, методы и этапы исследования. В работе принимали участие 189 женщин, посетительниц фитнес-клубов Санкт-Петербурга, в возрасте от 16 до 61 года. Основную выборку составили 113 женщин, занимающихся фитнесом, а контрольную выборку - 76 женщин, не посещающих занятия фитнесом. Было использовано 9 психодиагностических методик и социально-психологическая анкета.

Исследование проводилось в три этапа с 2013 по 2017 год на базе трех крупных фитнес-центров Санкт-Петербурга.

В третьей главе приведены результаты социально-психологического и эмпирического анализа данных (сравнение средних значений двух выборок, корреляционный анализ, дисперсионный анализ). В ходе исследования подтвердились гипотезы о повышенных рисках спортивной аддикции и пищевых отклонений у женщин, активно занимающихся спортом. В результате сравнения средних значений в контрольной и основной выборках стала очевидной неудовлетворенность образом собственного тела как в целом, так и отдельными его параметрами у женщин, активно посещающих фитнес-занятия. Личностный портрет женщин из основной выборки характеризуется невротичностью, спонтанной агрессивностью, депрессивностью, раздражительностью, реактивной агрессивностью, застенчивостью, эмоциональной лабильностью, маскулинностью, ситуативной и личностной тревожностью, а также сниженной самооценкой как в целом, так и по ряду отдельных параметров, в частности, касающихся образа тела («внешность» и «тело»).

Для анализа социально-психологических характеристик по уровню выраженности спортивной аддикции основная выборка была разделена на три подгруппы: группа без симптомов спортивной аддикции (N=16), группа с симптомами спортивной аддикции (N=82) и группа риска по спортивной аддикции (N=15), после чего производилось попарное сравнение групп. В результате этого удалось выявить неспецифические черты (общие для всех групп исследования) и специфические черты (характерные для одной или двух пар исследуемых групп), а также предикторы риска спортивной аддикции. Полученные данные послужили основой для построения структурной модели формирования спортивной аддикции у женщин, приверженных активным фитнес-тренировкам.

В четвертой главе приводится обсуждение результатов исследования, описание построенной модели и рассматриваются сценарии обращения женщины к фитнес-тренировкам.

Диссертационная работа Фельендорфф О.В. содержит достаточное количество наглядных материалов в форме таблиц и рисунков, демонстрирующих основные результаты исследования. Работа оформлена в соответствии с существующими правилами. Содержание работы отражено в четырех публикациях, в том числе в трех статьях в изданиях, рецензируемых ВАК.

Вместе с тем в работе имеются **дискуссионные моменты**, выступающие продолжением её достоинств:

1. Автор полагается на самооценку респонденток своего Телесного Я. Между тем, было бы важно сопоставить реальный физический вес респонденток с другими показателями. Возможно, существует

критический диапазон отклонения массы тела от нормы для возникновения риска формирования спортивной аддикции.

2. Автором недостаточно изучен вопрос о влиянии фактора «возраст» на риск возникновения спортивной аддикции. А именно, в каком возрасте чаще всего возникает аддикция. Ответ на этот вопрос позволил бы автору выдвинуть положение о возрастных «сензитивных периодах» для формирования спортивной аддикции.

В качестве пожелания было бы интересно сравнить риск спортивной аддикции и особенности самоотношения женщин, посещающих фитнес-тренировки с особенностями женщин, занимающихся спортом профессионально.

Диссертация Фельсендорфф Ольги Владимировны на тему «Социально-психологические особенности женщин с риском аддиктивного поведения в области занятий фитнесом» представляет собой законченную научно-исследовательскую работу, в которой содержится решение важной для социальной психологии научной задачи, связанной с выявлением факторов риска развития зависимых форм поведения, в частности, спортивных и пищевых аддикций. Работа соответствует основным требованиям, установленным приказом от 01.09.2016 № 6821/1 «О порядке присуждения учёных степеней в Санкт-Петербургском государственном университете», соискатель Фельсендорфф Ольга Владимировна заслуживает присуждения учёной степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.05 – Социальная психология. Пункт 11 данного указа диссертантом не нарушен.

Член диссертационного совета,
профессор кафедры клинической психологии
и психологической помощи Института психологии
ФГБОУ ВО «Российский государственный
педагогический университет им. А.И. Герцена»,
доктор психологических наук, доцент

РГПУ им. А. И. ГЕРЦЕНА

подпись *Е. В. Вакнин*

удостоверяю *16.02* 20*17* года

Отдел персонала и социальной работы
управления кадров и социальной работы



Е. В. Вакнин
Вакнин Елена Евгеньевна

Ведущий документовед
Отдела персонала
и социальной работы
В.В. Рубинчик