

РЕЦЕНЗІЯ

на дисертацію Іванової Олени Сергіївни «Можливості використання сміхотерапії у профілактиці та корекції різних стресових станів особистості», поданої на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 – Психологія

Дисертація, що рецензується, присвячена сміху як важливому особистісному ресурсу взаємодії з іншими людьми в сучасних умовах, якому відводиться особлива роль профілактиці та корекції небажаних стресових станів особистості. Її актуальність проглядається також і в питаннях профілактичного та психотерапевтичного забезпечення в подоланні стресового навантаження та підтримки психоемоційного здоров'я людини.

Дисертаційне дослідження виконано в рамках комплексної науково-дослідної теми кафедри теорії та методики практичної психології «Психологічні особливості регуляції діяльності особистості, що розвивається» (номер держреєстрації 0118U000037), що входять до тематичного плану науково-дослідної роботи Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського». Тему дисертації затверджено Вченою радою Державного закладу «Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського» (протокол № 3 від 25.10.2018 року).

Основною метою дисертаційного дослідження стало обґрунтування та емпіричне вивчення можливості використання сміхотерапії у профілактиці та корекції різних стресових станів особистості. Гіпотетично передбачалося, що «визначення провідних умов виникнення, видів та функцій сміху, а також розкриття різних стресових станів та індивідуальних особливостей особистості, може слугувати основою для побудови комплексної тренінгової системи сміхотерапії, які дозволили б більш ефективно впливати на зниження небажаних проявлень подібних станів в людини». А також «що бажаний ефект такої системи можливо досягти при умові здійснення впливу на фізичний,

інтелектуальний та емоційний центри, тобто при застосуванні в певному співвідношенні таких технік сміхотерапії, як ігри, відео та медитації, що спрямовані на збалансування динаміки прояву сміху» (с. 26).

На підставі теоретичного аналізу питань, пов'язаних із розглядом сміхотерапії як системного явища з акцентом на профілактиці та корекції різних стресових станів особистості, дисертантом було запропоновано систему сміхотерапії для профілактики та корекції різних стресових станів, що виникли у цивільного населення в результаті перебування в небезпечних умовах пандемії та воєнного стану в країні.

Новизна та теоретичне значення дисертаційного дослідження полягає у тому, що вперше побудовано цілеспрямовану систему сміхотерапії для профілактики та корекції різних стресових станів, ключовими компонентами якої виступили: наявність трьох етапів її реалізації (організаційний – діагностичний, основний – терапевтичний та заключний – підсумковий); урахування наявного рівня стресу та інших індивідуально-особистісних особливостей випробуваних; адекватність відбору технік сміхотерапії, спрямованих на збалансування емоційного стану, покращення самопочуття, повернення ясності мислення, підвищення ефективності у спілкуванні, налагодження довірливого контакту, розвиток потенціалу творчості, зниження рівня стресу; урахування особливостей взаємодії в індивідуальній та груповій формах роботи для досягнення бажаного ефекту в зниженні різних стресових станів особистостей. У дисертації аргументовано доцільність запропонованої системи сміхотерапії, завдяки реалізації якої у переважної більшості учасників значно покращився показник динаміки виникнення та зміни емоційного прояву сміху.

Завдяки даному дисертаційному дослідженню, представлено варіант навчальної програми сміхотерапії для спеціалістів допоміжних професій, який розширює знання про метод, вводить у його теоретичні основи та дає можливість перевірити ефект на практичному досвіді.

Незважаючи на безперечні переваги дисертаційної роботи, одна з яких полягає у концептуальному описі феномену сміхотерапії, вона містить деякі моменти, які потребують деяких уточнень. До цих моментів ми відносимо:

1. Не викликає сумніву актуальність обраної теми, також обраний в дисертації підхід щодо побудови системи сміхотерапії. Застосування даної системи будувалася на взаємодії тренера та респондентів (досліджуваних). Характер такої взаємодії описаний фрагментарно, лише при демонстрації певних науково-методичних порад.

2. Запропоноване визначення сміху є достатньо широким і, в цілому, відображає його психологічний зміст. Але було б доцільно більш оптимально його представити спираючись на наведені (с. 31-46) його тлумачення різними фахівцями.

3. Розкриваючи принципи та умови побудови сміхотерапевтичної системи, не дуже чітко прослідковується їх обґрунтованість.

Висловлені зауваження, які ми схильні розглядати більше як побажання, ніж зауваження у повному розумінні цього слова, жодним чином не впливають на загальну оцінку дисертаційної роботи, в якій ми вбачаємо добротне опрацювання положень, що становлять основу системи сміхотерапії для профілактики та корекції різних стресових станів.

Загалом, дисертаційне дослідження Іванової Олени Сергіївни «Можливості використання сміхотерапії у профілактиці та корекції різних стресових станів особистості» є завершеним, самостійним і може бути представлено до захисту у спеціалізованій вченій раді на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 Психологія.

Рецензент

декан факультету дошкільної педагогіки та психології
Державного закладу «Південноукраїнський
національний педагогічний
університет імені К.Д. Ушинського»,
доктор психологічних наук, професор



О. Ю. Булгакова