

## Отзыв

на автореферат диссертации Ходжибаевой Раънохон Мухсиновны на тему "Метод арт-терапии как способ психологической диагностики и коррекции стрессовых состояний личности", представленной на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.01 – Общая психология, психология личности, история психологии

Автореферат диссертации Р.М. Ходжибаевой посвящен актуальной проблеме стресса у студентов в условиях современных требований системы высшего образования. Автор обосновывает актуальность выбранной темы, ссылаясь на возрастающие нагрузки и необходимость формирования конкурентоспособных специалистов. Отмечается важность развития акмеологических навыков и противостояния стрессу.

Автор верно подчеркивает распространенность стресса среди студенчества, упоминая финансовые, бытовые и другие проблемы как его причины. Также отмечена многоаспектность понятия «стресс» и его изучение в рамках разных научных дисциплин.

Цель работы – разработка и апробация методики арт-терапевтической диагностики и коррекции стрессовых состояний личности. Задачи исследования, направленные на изучение специфики проявления стресса, разработку и валидизацию арт-терапевтических методик, а также эмпирическую проверку их эффективности, в целом, соответствуют поставленной цели. Наиболее важными, на наш взгляд, являются задачи, связанные с эмпирическим исследованием эффективности предложенных методик, поскольку именно они позволяют оценить практическую значимость работы.

Научная новизна диссертационного исследования заключается в следующем:

1. Впервые в Республике Таджикистан проведено комплексное исследование арт-терапии как средства коррекции учебного стресса у студентов. Данное исследование заполняет пробел в национальной психологической науке и практике, предоставляя данные о применении арт-терапевтических методов в данной специфической области.
2. Выявлены и обоснованы содержательные компоненты психологических особенностей негативных эмоциональных состояний личности, проявляющихся в условиях учебного стресса, с использованием методов арт-терапии. Это позволяет расширить понимание специфики проявления стресса у студентов и его отражения в продуктах творческой деятельности.

3. Определены психологические условия, повышающие эффективность диагностики и коррекции негативных эмоциональных состояний личности средствами арт-терапии. Это вносит вклад в развитие теории и методики арт-терапевтической работы со стрессом, позволяя оптимизировать процесс психологической помощи.

4. Разработаны конкретные пути психологической диагностики и коррекции стрессовых состояний личности с использованием арт-терапевтических техник. Это представляет практическую ценность для специалистов, работающих со студентами.

5. Эмпирически подтверждена эффективность арт-терапии как способа психологической коррекции стрессовых состояний у студентов. Представлены данные, демонстрирующие положительное влияние арт-терапевтических вмешательств на снижение уровня стресса и повышение психологического благополучия студентов.

6. Разработана и апробирована оригинальная программа «Метод арт-терапии как способ психологической диагностики и коррекции стрессовых состояний личности». Программа представляет собой готовый к применению инструмент для практикующих психологов. Наиболее значимым результатом, на наш взгляд, является эмпирическое подтверждение эффективности арт-терапии как метода коррекции стрессовых состояний у студентов и разработка конкретной программы, готовой к практическому применению. Это не только вносит вклад в теоретическое понимание возможностей арт-терапии, но и предоставляет практикующим психологам эффективный инструмент для работы со студентами, испытывающими учебный стресс. Особенно ценно, что исследование проведено в Республике Таджикистан, где эта тема ранее не изучалась столь подробно, что открывает перспективы для развития данного направления психологической помощи в стране.

Новизна исследования не вызывает сомнения. Проведение первого в Республике Таджикистан комплексного исследования арт-терапии как метода коррекции учебного стресса у студентов само по себе является значимым научным достижением. Разработка и апробация оригинальной программы, подтверждение эффективности арт-терапевтических вмешательств, а также выявление специфических психологических особенностей негативных эмоциональных состояний у студентов с помощью арт-терапии представляют собой существенный вклад в развитие как теоретических знаний, так и практических методов работы с данной проблемой. Все это подтверждает заявленную автором научную новизну диссертационного исследования.

Практическая значимость исследования определяется возможностью применения разработанных арт-терапевтических методик в работе психологов, психотерапевтов, социальных работников.

Методологическую основу исследования составил комплекс взаимодополняющих методов, включающий:

– Теоретические методы: анализ научной литературы по психологии стресса, арт-терапии, психологии личности, педагогической психологии, позволяющий сформировать теоретическую базу исследования и определить основные понятия и концепции.

– Эмпирические методы: психолого-педагогическое наблюдение: проводилось включенное наблюдение за студентами в учебной ситуации с целью выявления поведенческих и эмоциональных проявлений стресса.

– Психологический эксперимент: организован формирующий эксперимент с экспериментальной и контрольной группами для оценки эффективности разработанной арт-терапевтической программы.

Оценивая адекватность выбранных методов поставленным задачам, необходимо отметить, что формирующий эксперимент с контрольной группой является наиболее адекватным методом для проверки эффективности арт-терапевтических вмешательств. Сравнение результатов в экспериментальной и контрольной группах позволяет оценить влияние именно арт-терапии на уровень стресса у студентов. Важно, чтобы группы были сопоставимы по исходным характеристикам. Методы математической статистики необходимы для обработки данных, полученных в ходе эксперимента, и являются адекватным инструментом для объективной оценки результатов и формулирования выводов.

Структура автореферата соответствует требованиям, объем – в пределах нормы. Изложение материала достаточно ясное и лаконичное.

К достоинствам работы следует отнести: а) актуальность темы: исследование обращено к важной и насущной проблеме стресса у студентов в условиях современных требований системы высшего образования, что обуславливает его социальную и практическую значимость; б) экспериментальную проверку эффективности разработанной методики: проведение формирующего эксперимента с контрольной группой позволяет получить объективные данные о влиянии арт-терапевтических вмешательств на уровень стресса у студентов; в) четкую структуру и логику изложения: работа хорошо структурирована, материал излагается последовательно и логично, что облегчает его восприятие и понимание. К достоинствам можно отнести также комплексный подход к изучению проблемы, использование

современных методов исследования, оригинальность предлагаемых арт-терапевтических техник, глубокий анализ полученных результатов.

В целом, автореферат диссертации Р.М. Ходжибаевой производит положительное впечатление. Работа выполнена на актуальную тему, имеет практическую значимость и содержит элементы научной новизны. Диссертация Р.М. Ходжибаевой, на наш взгляд, заслуживает внимания и может быть допущена к защите на соискание ученой степени кандидата психологических наук.

Кандидат психологических наук, доцент,  
директор института психологии и педагогики  
ФГБОУ ВО «Алтайский государственный  
педагогический университет»

О.Г. Холодкова

