ОТЗЫВ

зарубежного научного консультанта, доцента Уральского федерального университета, кандидата психологических наук
Рогалевой Людмила Николаевны
на диссертацию Шералы Б.С.
«Взаимосвязь психологического благополучия человека и уровня его физической активности в мегаполисе (на примере студенческой молодежи г.Алматы)», представленную на соискание степени доктора (PhD) по образовательной программе 8D03107 – Психология

Диссертационное исследование Шералы Бижана Сейжанұлы обусловлено социальным запросом на повышение психологического благополучия населения мегаполисов в условиях нарастающих негативных урбанистических процессов, недостаточной научной разработанностью механизмов взаимосвязи физической активности и психологического благополучия студенческой молодежи, а также практической необходимостью разработки научно-обоснованных программ повышение качества жизни, создание здоровье-ориентированной городской среды.

Исследование углубляет теоретические представления о психологическом благополучии, предлагая его рассматривать не как статическую характеристику, а как динамическое системное образование, возникающее в результате взаимного влияния личностных, поведенческих и средовых факторов, что соответствует современным методологическим подходам и авторской концептуальной идее.

В диссертации логично и последовательно взаимосвязаны все элементы научного аппарата, позволяющие обосновать специфику связи уровня физической активности и психологического благополучия студенческой молодежи в условиях мегаполиса, а также определить роль личностных факторов (перфекционизма, эмоционального интеллекта и мотивационной регуляции) как механизмов, опосредующих данную связь.

В результате проведенного исследования докторантом Шералы Б.С. получены следующие научные результаты:

1. Впервые в рамках исследования студенческой молодежи г. Алматы установлено, что физическая активность не обнаруживает универсальной прямой связи со всеми компонентами психологического благополучия, а имеет избирательную связь преимущественно с компонентом «личностный рост».

2. Теоретически обосновано и эмпирически подтверждено, что в зависимости от уровня физической активности студенческой молодежи меняется характер и структура взаимосвязи между физической активностью, личностными характеристиками и отдельными компонентами психологического благополучия, что дополняет представление о дифференцированном и контекстно обусловленном характере данной взаимосвязи.

3. Расширено научное представление о психологических механизмах, сопровождающих взаимосвязь физической активности и психологического благополучия, которые включают три группы личностно-регуляторных переменных (перфекционизм, эмоциональный интеллект и мотивационную регуляцию).

4. Установлена взаимосвязь адаптивных компонентов перфекционизма, автономных форм мотивационной регуляции и внутриличностных компонентов эмоционального интеллекта с психологическим благополучием при различных уровнях физической активности.

5. Выявлена специфическая структура перфекционизма в контексте физической активности, которая заключается в том, что с более высоким уровнем физической активности преимущественно связаны конструктивные характеристики перфекционизма – личные стандарты и самоорганизация, что позволяет рассматривать адаптивные формы перфекционизма прежде всего как ресурс целеполагания, организованности и саморегуляции деятельности, а не как однозначно негативную личностную характеристику.

6. Установлено, что с повышением уровня физической активности возрастает выраженность внутренних и автономных форм мотивации, что свидетельствует о значимой роли мотивационной регуляции как механизма включения физической активности в систему личных ценностей и жизненной направленности.

7. Расширено представление о связи эмоционального интеллекта с компонентами психологического благополучия, а также прогностическая значимость внутриличностной эмоциональной регуляции в реализации потенциала личности.

8. Разработана и эмпирически апробирована интегративная модель взаимосвязи физической активности и психологического благополучия, в которой физическая активность представлена как поведенческий компонент, перфекционизм, мотивационная регуляция и эмоциональный интеллект – как личностно-регуляторные характеристики, а психологическое благополучие – как многокомпонентная система позитивного функционирования личности.

9. Выявлена зависимость структуры психологических переменных от уровня физической активности.

В исследовании использованы валидные и надежные диагностические методики, которые были проверены на казахстанской выборке, разработана и апробирована комплексная исследовательская модель, позволяющая количественно оценить силу и направление опосредующих эффектов перфекционизма, эмоционального интеллекта и типа мотивации в цепи «характеристики мегаполиса → физическая активность → психологическое благополучие студенческой молодежи г. Алматы».

Выявлены и описаны кросс-культурные различия в проявлении перфекционизма студенческой молодежи на примере мегаполисов Китая, России и Казахстана.

Определены количественные и качественные параметры физической активности и психологического благополучия студенческой молодежи в условиях мегаполиса, а также переменные, опосредующие связи физической активности и психологического благополучия.

Разработаны научно обоснованные рекомендации по формированию внутренней мотивации к физической активности, развитию эмоциональной саморегуляции, снижению влияния дезадаптивного перфекционизма и внешней мотивации, интеграции физической активности в повседневную жизнь. Полученные результаты могут использоваться в психологии, образовании, здравоохранении и социальной политике для повышения качества жизни молодежи мегаполиса.

Структурная организация диссертации, последовательность и логика изложения материала, а также доказательность ключевых положений позволяют сформировать целостное представление о системном характере решения поставленных исследовательских задач.

Основные выводы и заключение диссертации опубликованы в международных научно-практических конференциях зарубежных стран, в научных журналах, включённых в перечень изданий публикаций решением Комитета по контролю в сфере образования и науки РК, а также опубликованы в рейтинговых журналах, входящих в международную базу Scopus, Web of Science.

В ходе работы над диссертацией Шералы Бижан Сейжанұлы проявил себя сформировавшимся специалистом в области психологии.

Он самостоятельно выполнил научное исследование, обладающее научной новизной, теоретической и практической значимостью и отвечающее требованиям, предъявляемым к докторским диссертациям, и заслуживает присуждения степени доктора PhD (философии) по образовательной программе 8D03107 – Психология.

Отзыв дан с целью прохождения Шералы Б. С. процедуры открытой защиты диссертации.

Зарубежный научный консультант:
кандидат психологических наук, доцент
Уральский федеральный университет
Екатеринбург, Россия Л.Н. Рогалева

ПОДПИСЬ
ЗАВЕРЯЮ.

УЧЕНЫЙ СЕКРЕТАРЬ УРФУ
МОРОЗОВА В.А.

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина
ОГРН 1026604939855
г. Екатеринбург

Шетелдік ғылыми кеңесші, Урал федералдық университетінің
доценті, психология ғылымдарының кандидаты
Людмила Николаевна Рогалеваның
«8D03107 – Психология» білім беру бағдарламасы бойынша философия
докторы (PhD) ғылыми дәрежесін алу үшін Шералы Бижан Сейжанұлының
«Ірі қаладағы адамның психологиялық бақуаттылығы мен дене белсенділігі
арасындағы байланысы (Алматы қаласының студент жастары мысалында)»
тақырыбындағы ұсынылған диссертациялық жұмысына

ПІКІР

Шералы Бижан Сейжанұлының диссертациялық зерттеуі ірі қала тұрғындарының психологиялық бақуаттылығын арттыруға деген әлеуметтік сұраныстың өсуімен, урбандану үдерістерінің күшеюі жағдайында ғылыми тұрғыдан зерттелу деңгейінің жеткіліксіздігімен, дене белсенділігі мен психологиялық бақуаттылық арасындағы өзара байланыстың механизмдерін тереңірек зерделеу қажеттілігімен, сондай-ақ өмір сапасын арттыруға және денсаулыққа бағдарланған қалалық ортаны қалыптастыруға бағытталған ғылыми негізделген бағдарламаларды әзірлеудің практикалық қажеттілігімен байланысты.

Зерттеу психологиялық бақуаттылық туралы теориялық түсініктерді тереңдетіп, оны статикалық сипаттама ретінде емес, тұлғалық, мінез-құлықтық және орта факторларының өзара ықпалы нәтижесінде қалыптасатын динамикалық жүйелік құрылым ретінде қарастыруды ұсынады. Бұл қазіргі әдіснамалық тәсілдерге және автордың тұжырымдамалық идеясына сәйкес келеді.

Диссертацияда ғылыми аппараттың барлық элементтері логикалық және жүйелі түрде өзара байланыстырылған. Бұл ірі қала жағдайында студент жастардың физикалық белсенділігі мен психологиялық бақуаттылық деңгейі арасындағы байланыстың ерекшеліктерін негіздеуге, сондай-ақ осы байланысты түсіндіретін тұлғалық факторларды (перфекционизм, эмоциялық интеллект және мотивациялық реттеу) механизмдер ретінде анықтауға мүмкіндік береді.

Жүргізілген зерттеу нәтижесінде докторант Шералы Б.С. келесі ғылыми нәтижелерге қол жеткізді:

1. Алматы қаласы студент жастары арасында жүргізілген зерттеу шеңберінде дене белсенділігінің психологиялық бақуаттылықтың барлық компоненттерімен әмбебап тікелей байланысы жоқ екені, оның негізінен «тұлғалық өсу» компонентімен іріктелген түрде байланысатыны анықталды.

2. Студент жастардың дене белсенділігі деңгейіне байланысты дене белсенділігі, тұлғалық сипаттамалар және психологиялық бақуаттылықтың жекелеген компоненттері арасындағы өзара байланыстың сипаты мен құрылымы өзгеретіні теориялық тұрғыдан негізделіп, эмпирикалық түрде расталды. Бұл аталған өзара байланыстың сараланған және контекстік сипаты туралы түсінікті толықтырады.

ПАРАҚТЫҢ АРҒЫ ЖАҒЫНА
ҚАРАҢЫЗ
СМ. НА ОБОРОТНОЙ СТОРОНЕ

3. Дене белсенділігі мен психологиялық бақуаттылықтың өзара байланысын сүйемелдейтін психологиялық механизмдер туралы ғылыми түсініктер кеңейтілді. Бұл механизмдерге тұлғалық-реттеуші үш топтың айнымалылары: перфекционизм, эмоциялық интеллект және мотивациялық реттеу жатады.

4. Дене белсенділігінің әртүрлі деңгейлерінде перфекционизмнің адаптивті компоненттері, мотивациялық реттеудің автономды формалары және эмоциялық интеллекттің тұлғаішілік компоненттері мен психологиялық бақуаттылық арасында өзара байланыс анықталды.

5. Дене белсенділігі контекстіндегі перфекционизмнің өзіндік құрылымы анықталды. Ол дене белсенділігінің жоғары деңгейінде перфекционизмнің конструктивті сипаттары – жеке стандарттар мен өзін-өзі ұйымдастырумен басым түрде байланысты болуымен сипатталады. Бұл перфекционизмнің адаптивті формаларын мақсатқа ұмтылудың, ұйымдастырушылықтың және іс-әрекетті өзін-өзі реттеудің ресурсы ретінде, яғни біржақты жағымсыз тұлғалық сипаттама ретінде қарастырмауға мүмкіндік береді.

6. Дене белсенділігі деңгейінің жоғарылауымен мотивацияның ішкі және автономды формаларының айқындылығы артатыны анықталды. Бұл физикалық белсенділіктің тұлғалық құндылықтар мен өмірлік бағдарлар жүйесіне енуінің механизмі ретінде мотивациялық реттеудің маңызды рөл атқаратынын көрсетеді.

7. Эмоциялық интеллектінің психологиялық бақуаттылық компоненттерімен байланысы туралы ғылыми түсініктер кеңейтіліп, тұлғалық әлеуетті жүзеге асыруда эмоцияларды ішкі реттеудің болжамдық маңызы анықталды.

8. Дене белсенділігі мен психологиялық бақуаттылықтың өзара байланысының интегративті моделі әзірленіп, эмпирикалық апробациядан өткізілді. Бұл модельде физикалық белсенділік мінез-құлықтық компонент ретінде, ал перфекционизм, мотивациялық реттеу және эмоциялық интеллект тұлғалық-реттеуші сипаттамалар ретінде ұсынылады, ал психологиялық бақуаттылық тұлғаның жағымды қызмет етуінің көпкомпонентті жүйесі ретінде қарастырылады.

9. Психологиялық айнымалылар құрылымының физикалық белсенділік деңгейіне тәуелділігі анықталды.

Зерттеуде валидтілігі мен сенімділігі жоғары диагностикалық әдістемелер пайдаланылған. Олар қазақстандық іріктемеде тексерілген. Сонымен қатар «Ірі қала сипаттамалары → дене белсенділігі → студент жастардың психологиялық бақуаттылығы» өзара байланысының құрылымын кешенді түрде зерттеуге мүмкіндік беретін зерттеу моделі әзірленіп, апробациядан өткізілді. Бұл модель перфекционизм, эмоциялық интеллект және мотивация типтерінің делдалдық әсерлерінің күшін және бағытын сандық тұрғыдан бағалауға мүмкіндік береді.

ПАРАҚТЫҢ АРҒЫ ЖАҒЫНА ҚАРАҢЫЗ
СМ. НА ОБОРОТНОЙ СТОРОНЕ

Қытай, Ресей және Қазақстан ірі қалалары мысалында студент жастар арасында перфекционизмнің көрінуіндегі мәдениетаралық айырмашылықтар анықталып, сипатталды.

Студент жастардың ірі қала жағдайындағы дене белсенділігі мен психологиялық бақуаттылығының сандық және сапалық параметрлері, сондай-ақ физикалық белсенділік пен психологиялық бақуаттылық арасындағы байланысты түсіндіретін айнымалылар анықталды.

Жұмыс барысында дене белсенділігіне деген ішкі мотивацияны қалыптастыруға, эмоциялық өзін-өзі реттеуді дамытуға, дезадаптивті перфекционизмнің және сыртқы мотивацияның ықпалын төмендетуге, физикалық белсенділікті күнделікті өмірге интеграциялауға бағытталған ғылыми негізделген ұсынымдар әзірленді. Алынған нәтижелерді психологияда, білім беру саласында, денсаулық сақтау жүйесінде және ірі қала жастарының өмір сапасын арттыруға бағытталған әлеуметтік саясатта қолдануға болады.

Диссертацияның құрылымдық ұйымдастырылуы, материалды баяндаудың жүйелілігі мен логикасы, сондай-ақ негізгі тұжырымдардың дәлелділігі қойылған зерттеу міндеттерін шешудің тұтас әрі жүйелі сипаты туралы қорытынды жасауға мүмкіндік береді.

Диссертацияның негізгі қорытындылары мен тұжырымдары шетелдік елдерде өткен халықаралық ғылыми-практикалық конференцияларда, ғылыми журналдарда, Қазақстан Республикасы Ғылым және жоғары білім саласындағы сапаны қамтамасыз ету комитеті ұсынған басылымдар тізіміне енгізілген журналдарда, сондай-ақ Scopus, Web of Science халықаралық дерекқорларына кіретін рейтингтік журналдарда жарияланған.

Диссертациямен жұмыс барысында Шералы Бижан Сейжанұлы психология саласында қалыптасқан маман ретінде өзін көрсетті.

Ол ғылыми жаңалығы, теориялық және практикалық маңыздылығы бар және докторлық диссертацияларға қойылатын талаптарға сәйкес келетін ғылыми зерттеуді дербес орындады және «8D03107 – Психология» білім беру бағдарламасы бойынша PhD (философия докторы) дәрежесін алуға лайық.

Осы пікір Б.С. Шералының диссертациясын ашық қорғау рәсімінен өткізу мақсатында берілді.

Шетелдік ғылыми консультант:
психология ғылымдарының кандидаты,
Урал федералдық университетінің доценті **Л.Н. Рогалева**
(РФ Екатеринбург қаласы)

Рогалеваның қолы расталды.
УРФУ Ғалым хатшысы
Морозова В.А.

ПАРАҚТЫҢ АРҒЫ ЖАҒЫНА
ҚАРАҢЫЗ
СМ. НА ОБОРОТНОЙ СТОРОНЕ