

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»

Институт социально-гуманитарных технологий

Кафедра специальной психологии

РЕЦЕНЗИЯ НА МАГИСТЕРСКУЮ ДИССЕРТАЦИЮ

Студентки Луконенко Светланы Сергеевны

Направленность (профиль) образовательной программы

37.04.01 «Психология»

Магистерская программы

«Психологическое консультирование и психотерапия»

Тема магистерской диссертации

«Психологическая программа профилактики профессионального
стресса офисных работников»

Представленная к рецензии магистерская диссертация Луконенко С.С. посвящена проблемам профессионального стресса офисных сотрудников. В современном мире большая доля работников приходится именно на людей, работающих в офисах, за компьютерами. В связи с этим становится актуальной проблема профессионального стресса и способов совладания со стрессом на рабочем месте. Исследование применения различных методов снижения уровня стресса поможет не только нормализовать психологическое состояние работников, но и улучшить психологический климат в коллективе, повысить производительность труда. Овладение навыками физиологической и психической саморегуляции усилит адаптационные возможности сотрудников, повысит устойчивость к психологическим нагрузкам на рабочем месте и в повседневной жизни. Предлагаемая Светланой Сергеевной

психологическая программа профилактики профессионального стресса офисных работников видится актуальной и имеет практическую значимость.

В магистерской диссертации автором определены все исходные позиции научного исследования: сформулированы объект, предмет, гипотеза, цель, задачи.

В первой главе автором осуществлен анализ литературы по проблеме исследования. Теоретический обзор проблемы стресса отражает современное состояние обозначенной темы и позволяет наметить пути ее решения.

Вторая глава посвящена организации исследования и эмпирическому исследованию уровня профессионального стресса.

В третьей главе приведена разработанная психологическая программа профилактики профессионального стресса офисных работников и отражены результаты ее применения.

Диссертационная работа структурирована, содержит выводы и иллюстративный материал, отражающий результаты эмпирического исследования.

На основании проведенного исследования и полученных данных, можно сделать заключение, что поставленная автором цель и задачи были решены.

Научное исследование Луконенко С.С. отвечает требованиям, предъявляемым к магистерским диссертациям, заслуживает высокой положительной оценки и может быть рекомендовано к публичной защите.

« 4 » января 2024 г.

Кандидат медицинских наук, доцент
Врач-психиатр КГБУЗ «Красноярский
краевой психоневрологический диспансер №1»

2

Т.И. Кулакова

