

РЕЦЕНЗИЯ

на магистерскую диссертацию
БОЛСУНОВСКОЙ МАРИИ АЛЕКСЕЕВНЫ

«Индивидуальное психологическое консультирование с применением техник коучинга как средство помощи женщинам среднего возраста в профессиональной самореализации» направление подготовки: 44.04.02.

Психолого-педагогическое образование
направленность (профиль) образовательной программы: Мастерство психологического консультирования

Тема диссертационного исследования М.А. Болсуновской, несомненно, актуальна, поскольку современный мир характеризуется динамичными изменениями, охватывающими экономические, социальные и технологические аспекты. На протяжении своей жизни женщины сталкиваются с необходимостью адаптации к меняющимся ролям, общественным ожиданиям и личным вызовам, что особенно остро проявляется в профессиональной сфере. В этот период многие испытывают потребность в переосмыслении карьерного пути, поиске новых возможностей для роста и реализации своего потенциала. Неудовлетворенность профессиональной самореализацией у женщин среднего возраста может привести к снижению мотивации, ощущению стагнации, эмоциональному выгоранию и общему психологическому дискомфорту. Такие трудности могут препятствовать раскрытию их полного потенциала и снижать качество жизни. Поэтому крайне важно оказывать целенаправленную поддержку в процессе их профессионального самоопределения и развития. Индивидуальное психологическое консультирование, подкрепленное техниками коучинга, предоставляет эффективный инструмент для такого содействия, помогая женщинам среднего возраста выявлять свои сильные стороны, формировать четкие цели и разрабатывать стратегии для достижения профессионального успеха и личной удовлетворенности. Успешность этого процесса напрямую влияет не только на индивидуальное благополучие, но и на более широкое социальное и экономическое развитие.

Во введении автором обоснована актуальность исследования, грамотно определены объект и предмет исследования, сформулирована гипотеза исследования, определены его задачи и методы.

Работа имеет четкую логическую структуру, обусловленную характером исследования. В теоретической главе представлен анализ научных подходов к проблеме профессиональной самореализации, рассмотрены особенности профессионального развития и вызовы, с которыми сталкиваются женщины среднего возраста, обсуждена специфика индивидуального психологического консультирования, обоснованы преимущества применения техник коучинга как эффективного средства психологической помощи, а также проанализированы приемы и техники, используемые в индивидуальном консультировании для содействия

профессиональной самореализации женщин среднего возраста. Все это позволило Болсуновской М.А. спланировать экспериментальную деятельность и разработать программу помощи.

Во второй главе автор представляет результаты экспериментальной работы по диагностике удовлетворенности женщин среднего возраста профессиональной самореализацией и выявлению их потребностей. Полученные данные стали отправной точкой при планировании программы индивидуального психологического консультирования с применением техник коучинга. Вызывает безусловное уважение предлагаемая программа консультирования, учитывающая специфику возрастного этапа, особенности профессионального развития и испытываемые женщинами среднего возраста психологические трудности. Подробное описание программы, включающее техники коучинга и варианты работы в зависимости от индивидуальных запросов и выраженности проблем в профессиональной самореализации, делают ее ценной в методическом отношении. Реализация консультативных встреч с применением техник коучинга и анализ динамики изменений после проведенного эксперимента показали, что индивидуальное психологическое консультирование дало хороший результат в повышении удовлетворенности профессиональной самореализацией. Следует отметить достоверный анализ и интерпретацию полученных данных, продуманный иллюстративный материал, корректность использования методов математической статистики при анализе полученных в исследовании данных. Работа написана хорошим научным языком, логически выстроена.

В целом представленная в диссертации проблематика открывает значительные перспективы для дальнейших исследований.

В качестве вопросов для дискуссии хотелось бы уточнить:

1. Какие психологические особенности профессиональной реализации женщин среднего возраста, по Вашему мнению, должны в первую очередь становиться предметом развития?
2. Какие ограничения в применении коучингового подхода Вы выделяете?

В целом магистерская диссертация «Индивидуальное психологическое консультирование с применением техник коучинга как средство помощи женщинам среднего возраста в профессиональной самореализации» представляет собой законченную научно-исследовательскую работу на актуальную тему. Результаты, полученные магистрантом, имеют значение для психологической науки и практики.

Работа отвечает требованиям, предъявляемым к магистерским диссертациям, и заслуживает оценки «отлично», а ее автор – присвоения степени магистра.

Доцент кафедры психологии
Красноярского государственного педагогического
университета им. В.П. Астафьева,
кандидат психологических наук



Т.Ю. Тодышева