

## ОТЗЫВ

**на автореферат диссертации Рызовой Светланы Владимировны на тему:  
«Влияние прокрастинации на психологическую адаптацию учащейся  
молодежи и ее психологическая коррекция методами когнитивно-  
поведенческой психотерапии»  
на соискание ученой степени кандидата психологических наук по  
специальности 14.03.11 – Восстановительная медицина, спортивная  
медицина, лечебная физкультура, курортология и физиотерапия**

Распространенность прокрастинации среди учащейся молодежи составляет свыше 50 %. Прокрастинация является механизмом напряжения психологической адаптации студентов, этот феномен связан с различными нарушениями адаптации, в том числе с депрессивными, тревожными, соматоформными расстройствами. Понимание механизмов развития и формирование программ профилактики доклинических форм напряженности психологической адаптации имеет существенное значение для профилактики заболеваний и формировании здорового образа жизни. Актуальность диссертационного исследования Рызовой С.В. не вызывает сомнений.

В представленном автореферате автором описаны достоверные связи отдельных компонентов психологической адаптации студентов с прокрастинацией, показано взаимное влияние прокрастинации и психологической адаптации учащейся молодежи. В работе выявлены особенности временной перспективы, которые являются достоверными предикторами прокрастинации в зависимости от уровня психологической адаптации студентов.

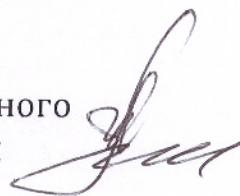
Диссертантом разработана программа психологической коррекции прокрастинации у учащейся молодежи с применением методом когнитивно-поведенческой психотерапии, проведена оценка ее эффективности в индивидуальном очном и онлайн форматах. Представленная программа позволяет добиться снижения выраженности уровня прокрастинации и способствует предупреждению срывов психологической адаптации молодежи в процессе обучения в вузе, что имеет существенное значение для психологической коррекции, психотерапии и психологического сопровождения в восстановительной медицине.

Полученные в диссертационной работе Рызовой С.В. результаты могут быть использованы в учебном процессе и в области психологической коррекции, психологического сопровождения студентов в процессе обучения в вузе.

Содержание автореферата четко и ясно раскрывает сущность работы. Выводы и практические рекомендации четко сформулированы, обоснованы и логично вытекают из результатов собственных исследований автора и полностью отражают суть поставленных задач.

Диссертационная работа Рызовой С.В. на тему «Влияние прокрастинации на психологическую адаптацию учащейся молодежи и ее психологическая коррекция методами когнитивно-поведенческой психотерапии», представленная на соискание степени кандидата психологических наук полностью соответствует требованиям, установленным пунктом 9 Постановления правительства РФ от 24 сентября 2013 г. № 842 «О порядке присуждения ученых степеней» с изменениями постановления Правительства РФ от 21 апреля 2016 г. №335 «О внесении изменений в присуждение ученых степеней», предъявляемым к диссертациям на соискание степени кандидата наук, а ее автор заслуживает присуждения искомой степени по специальности 14.03.11 – восстановительная медицина, спортивная медицина, лечебная физкультура, курортология и физиотерапия.

Доктор медицинских наук, профессор,  
зав. кафедрой психиатрии, наркологии  
и психотерапии Академии постдипломного  
образования ФГБУ ФНКЦ ФМБА России



И.А. Никифоров

Подпись д.м.н., профессора И.А. Никифорова заверяю

*Высший специалист по кадровой работе*  
*И.А. Тельякова*

Академия постдипломного образования ФГБУ ФНКЦ ФМБА России  
125371, г. Москва, Волоколамское шоссе, д. 91,  
<http://www.medprofedu.ru/kafedri-i-kursi/kafedra-narkologii-i-psihoterapii>  
8(926)387-000-1

