

Отзыв официального оппонента

доктора медицинских наук Смекалкиной Ларисы Викторовны на диссертационную работу Рызовой Светланы Владимировны «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.

Актуальность темы

Диссертационное исследование С.В.Рызовой посвящено актуальной проблеме – изучению влияния прокрастинации на психологическое состояние студентов и разработке психокоррекционной программы для её снижения. Прокрастинация является доклинической формой напряженности психологической адаптации. Её связь со стрессом, тревожными, депрессивными и соматическими заболеваниями показана во многих современных исследованиях. При этом остаются недостаточно изученными взаимосвязи прокрастинации и психологической адаптации у здоровых лиц, в частности молодого возраста. Не исследованы предикторы усиления прокрастинации при различных уровнях адаптации, отсутствуют программы психологической коррекции прокрастинации с использованием когнитивно-поведенческого подхода. Таким образом, проведенное диссертантом исследование является актуальным и практически значимым.

Научная новизна исследования

В диссертационном исследовании автором впервые показано взаимовлияние прокрастинации и психологической адаптации у студентов вузов. Диссертант продемонстрировал достоверные связи отдельных шкал временной перспективы студентов с прокрастинацией при различных уровнях психологической адаптации.

Важным результатом исследования явилась разработанная психокоррекционная программа, направленная на снижение уровня

прокрастинации у студентов, а также возможность применения этой программы в двух форматах – очном и онлайн. Применение психокоррекционной программы онлайн особенно важно в тех случаях, когда получение психологической помощи очно затруднено.

Практическая значимость

Полученные данные о негативном влиянии прокрастинации на психологическую адаптацию учащейся молодежи предоставляют возможность прогнозировать риск нарушений адаптации у студентов во время обучения.

На основании выполненных исследований автором разработана программа психологической коррекции прокрастинации, применение которой возможно в разных форматах – очном и онлайн. Данная программа предоставляет возможность улучшить психологическое состояние студентов путем снижения уровня выраженности прокрастинации, разработки системы планирования будущего и повышения уверенности в возможности влиять на события собственной жизни. Эффективность предложенной автором программы свидетельствует о высокой значимости проделанной работы как для успешной помощи лицам с проблемами прокрастинации, так и для решения проблемы психологического сопровождения лиц в восстановительной медицине в целом. Результаты диссертации Рызовой С.В. используются в педагогическом процессе АНО ДПО «Института психотерапии и клинической психологии».

Степень обоснованности и достоверности полученных результатов.

Достоверность диссертационной работы и полученных результатов определяется достаточным объемом проведенного исследования: обследование 293 студентов с применением высокоинформативных психодиагностических методик, позволивших разработать выводы и рекомендации на современном научном уровне. Корректно сформулированы цель и задачи исследования. Для статистического анализа использованы адекватные современные методы, что позволило получить значимые результаты, сформулировать обоснованные выводы и практические рекомендации.

Содержание диссертации, публикации автора в печати

Диссертация изложена на 142 страницах машинописного текста, имеет классическую структуру и состоит из введения, обзора литературы, описания материала и методов исследования, результатов собственных исследований, заключения, выводов, практических рекомендаций, списка литературы и приложений. Работа иллюстрирована 27 таблицами и 13 рисунками. Список литературы включает 89 отечественных и 87 зарубежных источников.

Во введении показана актуальность темы исследования, раскрыты научная новизна и практическая значимость диссертационной работы, представлены положения, выносимые на защиту. Автором обоснована необходимость изучения влияния прокрастинации на психологическую адаптацию студентов, а также разработки и использования методов когнитивно-поведенческой психотерапии в психокоррекции прокрастинации у учащейся молодежи.

В обзоре литературы приводятся современные данные о распространенности прокрастинации; описаны основные современные направления исследований и возможности психокоррекции этого явления.

В главе «Материалы и методы» подробно описаны изучаемые группы, дизайн и этапы исследования. Представлен оптимальный объем использованных в исследовании общепризнанных психодиагностических методик, показано их соответствие целям и задачам.

В главе 3 представлены данные об обратной зависимости уровня психологической адаптации учащейся молодежи от уровня прокрастинации, что связано с изменением психологических показателей, таких как: самопринятие, эмоциональный дискомфорт, интернальность /экстернальность, уровень эскапизма. Отдельным этапом исследования явилось определение предикторов усиления прокрастинации у студентов в зависимости от уровня психологической адаптации: у студентов с высоким уровнем психологической адаптации - это снижение по шкале «Ориентация на будущее» опросника временной перспективы; у студентов со средним уровнем адаптации – это снижение по шкале «Ориентация на будущее» опросника временной

перспективы и повышение по шкале «Ориентация на фаталистическое настоящее» опросника временной перспективы.

Представлены данные о динамике психологических характеристик студентов в процессе психокоррекции. Автором на достаточном объеме клинического материала, в однородных по полу, возрасту и уровню выраженности прокрастинации двух основных и контрольной группах продемонстрирована различная динамика изучаемых психологических характеристик.

Показано, что психокоррекционная работа, проведенная в формате индивидуальных консультаций более эффективна в сравнении с онлайн-консультированием: отмечается устойчивая положительная динамика общего состояния и более выраженная приверженность к психокоррекционной работе. Эффективность индивидуальной психокоррекционной работы и в формате онлайн-консультирования статистически подтверждена.

В Заключении проведено обсуждение полученных в процессе работы данных, показана необходимость использования предложенной автором программы психокоррекции у студентов с проблемами прокрастинации.

Выводы и Практические рекомендации отражают результаты проведенного исследования и соответствуют поставленным задачам.

Основные положения диссертации отражены в 7 публикациях, из них 3 опубликованы в изданиях, рекомендованных ВАК.

Достоинства и недостатки по содержанию и оформлению диссертации, мнение о научной работе в целом

Диссертационная работа Рызовой Светланы Владимировны «Влияние прокрастинации на психологическую адаптацию учащейся молодежи и ее психологическая коррекция методами когнитивно-поведенческой психотерапии» оформлена в соответствии с ГОСТ 3.7.0.11-2011 «Диссертация и автореферат диссертации. Структура и правила оформления». Оформление библиографических данных соответствует ГОСТ Р 7.0.5 «Библиографическая ссылка».

Принципиальных замечаний к выполненной работе нет.

В ходе изучения работы возникли следующие вопросы для уточнения некоторых положений диссертации:

1. Методики, использованные в работе для определения уровня прокрастинации можно считать надежными и валидными?
2. Необходимость и частота повторения Вашей программы психокоррекции?
3. Наблюдали ли Вы в процессе работы гендерные различия в формировании приверженности к предложенным форматам психокоррекции?

Имеющиеся вопросы не умаляют достоинства работы по основным критериям. При положительной оценке работы в целом, отметим наличие отдельных стилистических погрешностей, не снижающих ценности исследования.

Заключение

Диссертация Рызовой Светланы Владимировны «Влияние прокрастинации на психологическую адаптацию учащейся молодежи и ее психологическая коррекция методами когнитивно-поведенческой психотерапии», представленная на соискание ученой степени кандидата психологических наук, является законченным научно- квалификационным трудом, в котором решена научная задача - разработка и научное обоснование психокоррекционной программы прокрастинации у учащейся молодежи с применением методов когнитивно-поведенческой психотерапии, что является существенным для восстановительной медицины и соответствует специальности 14.03.11 – восстановительная медицина, спортивная медицина, лечебная физкультура, курортология и физиотерапия, отрасли «психологические науки».

Диссертантом разработана и проведена оценка эффективности психокоррекционной программы прокрастинации с использованием методов когнитивно-поведенческой психотерапии в разных форматах, очном и онлайн. Представленная программа позволяет снижать уровень прокрастинации, способствовать улучшению психологической адаптации студентов, что имеет существенное значение для психологической коррекции, психотерапии и психологического сопровождения в восстановительной медицине.

Актуальность, объем проведенных исследований, теоретическая и практическая значимость полученных результатов работы позволяют сделать вывод о том, что диссертационное исследование Рызовой С.В. соответствует требованиям п. 9 «Положения о присуждении ученых степеней», утвержденного Постановлением Правительства РФ № 842 от 24.09.2013г (с изменениями постановления Правительства от 21 апреля 2016 года №335 и от 2 августа 2016 года №748 «О внесении изменений в Постановление о присуждении ученых степеней»), а ее автор достоин присуждения ученой степени кандидата психологических наук по специальности 14.03.11-восстановительная медицина, спортивная медицина, лечебная физкультура, курортология и физиотерапия.

Официальный оппонент

Доктор медицинских наук, доцент
профессор кафедры интегративной медицины
Института профессионального образования
ФГАОУ ВО Первый МГМУ имени И.М. Сеченова
МЗ РФ (Сеченовский Университет)

 Л.В.Смекалкина

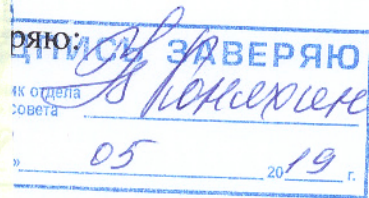
Даю согласие на сбор, обработку и хранение персональных данных

«29» мая



 Л.В. Смекалкина

Подпись д.м.н., профессора



ФГАОУ ВО Первый МГМУ им. И.М.Сеченова МЗ РФ
(Сеченовский Университет)
119991, Москва, ул. Трубецкая, д. 8, стр.2
Телефон:+7(499) 248-05-53
e-mail:expedition@mma.ru