

Відгук
офіційного опонента
на дисертацію Шеремети Сергія Ростиславовича
«Психологічні механізми регуляції харчової поведінки
користувачів соціальних мереж молодого віку»,
яка представлена на здобуття наукового ступеня
доктора філософії за спеціальністю
053 – Психологія (05 – Соціальні та поведінкові науки)

Актуальність дисертаційної роботи. У сучасній психології питання щодо ролі соціальних мереж в розвитку харчових розладів у молодих людей в галузі практичної психології є особливо актуальним напрямком досліджень. Проте можна стверджувати, що психологічна наука недостатньо уваги приділяє вивченню змісту й ролі психологічних механізмів регуляції харчової поведінки, насамперед молодого покоління, особливо системи ціннісних орієнтацій як психологічного чинника визначення особливостей становлення та здійснення особистістю свого стилю життя. Актуальність і важливість даного дослідження істотним чином примножується у зв'язку з соціально-політичною та економічною нестабільністю сучасного українського суспільства, що не дає можливості реалізувати особистості багато важливих потреб.

Водночас у межах практичної психології наразі не визначено, як здійснюється вплив соціальних мереж на стиль життя особистості, харчову поведінку і якими є його психологічні особливості. Постає і питання про те, які інші психологічні чинники можуть опосередковувати цей вплив. Тому для психолога є важливим формування готовності до розуміння внутрішніх проблем особистості та надання їй своєчасної кваліфікаційної допомоги. На сьогодні в психологічній науці є нагальна потреба в емпіричних дослідженнях, які б представили достовірні факти про умови та ресурси, за допомогою яких психологічна допомога може здійснюватися більш ефективно. З огляду на це, дисертаційне дослідження Шеремети С.Р. є важливим та актуальним.

Визначення об'єкта, предмета, мети, завдань дослідження адекватні визначеній проблематиці. Вибір використаних методів дослідження забезпечує досягнення мети та реалізацію поставлених завдань.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Тема дисертаційного дослідження Шеремети С.Р. пов'язана з тематикою науково-дослідної роботи відділу психології мас і спільнот Інституту соціальної та політичної психології НАПН України за темою «Технології соціально-політичної підтримки стигматизовуваних меншин», державний реєстраційний номер №0119U000139.

Повнота викладення матеріалів дисертації у роботах, які опубліковані автором. Вивчення тексту дисертації Сергія Ростиславовича та опублікованих праць дає підстави для висновку про те, що його робота є результатом реального дослідження автором психологічних особливостей

впливу соціальних мереж на харчову поведінку. Положення та ідеї викладені в роботі є науково обґрунтованими, самостійними. Аналіз тексту дисертаційної роботи та публікацій свідчить про дотримання здобувачем вимог академічної доброчесності. Посилання, зроблені в роботі оформлені належним чином, фактів порушень академічної доброчесності не встановлено.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій. Наукові положення дисертації обґрунтовано й відображено у висновках. Отримані здобувачем найбільш суттєві результати емпірично підтверджено, відповідають поставленій меті та завданням роботи та повною мірою висвітлено в опублікованих працях. Вірогідність та обґрунтованість отриманих результатів забезпечено багатоплановим теоретичним та емпіричним дослідженням проблеми, застосуванням комплексу методів, релевантних меті та завданням дослідження, апробацією і впровадженням результатів дослідження у практичну діяльність.

Помітним теоретичним результатом є значне розширення базових концептів харчової поведінки, гармонійного харчування.

Це закладає підвалини майбутніх деталізованих досліджень у цій галузі та привертає увагу наукової спільноти на використання можливостей розвитку гармонійного харчування як ресурсу суб'єктивного благополуччя особистості.

Результатом дослідницьких пошуків постало визначення характеристик проявів харчової поведінки, які формуються під впливом соціальних мереж і детермінують диспозиційне викривлення відчуття тіла (прислухання до фізіологічних сигналів та відчуттів), диспозиційної вибірковості сприйняття зовнішності (переконання стосовно того, якими мають бути фігура і тіло), емоційної оцінки стилю харчування (харчування на основі емоційного ставлення), когнітивної процесуальності стилю харчування (упереджене стосовно певних стилів харчування), інтеріоризація соціальних норм зовнішності (приймання або відкидання певних стандартів зовнішності), рефлексивне порівняння тіла (порівняння себе з нереальними формами на зображеннях) та визнання авторитетності зовнішності (оцінка зовнішності на основі суб'єктивного сприймання впливовості джерел інформації), що й постало новизною дослідження.

Практична значущість результатів дослідження. Отримані в роботі результати можуть стати підґрунтям для створення програм психологічної підтримки молоді через психоедукацію, консультування, психокорекцію, психотерапію щодо розвитку їхньої здатності долати складнощі та актуалізовувати психологічні ресурси для підтримання гармонійного харчування в умовах війни. Напрацювання можуть бути корисними для викладання таких навчальних дисциплін, як соціальна психологія, психологічне консультування та психотерапія, основи здоров'я, основи

психогігієна, медіапсихологія. Адаптація тесту на визначення харчових уподобань збагатить український психодіагностичний інструментарій.

Оцінка змісту дисертації. Зміст дисертаційної роботи Шеремети С.Р. охоплює основні етапи науково-дослідницької роботи, що й відображено у трьох розділах, висновках до кожного з них та загальних висновках.

За результатами *теоретичного аналізу* здобувач чітко визначає сутність основних понять свого дослідження. Варто відзначити ґрунтовний підхід Сергія Ростиславовича, представлений у першому теоретичному розділі – «Теоретико-методологічні засади вивчення харчової поведінки», щодо аналізу сутності основних понять. Виокремлено та проаналізовано теоретико-методологічні підходи до вивчення харчової поведінки, здійснено диференціацію понять харчової поведінки, гармонійного харчування. Проаналізовано стан дослідження проблеми, запропоновано розподіл механізмів харчової поведінки на індивідуально-психологічні та соціально-психологічні. Узагальнено інформацію щодо особливостей взаємин особистості зі світом, побудови стратегій харчової поведінки, опосередкування її селфіпрезентації, Я-концепції особистості та образу значущої особи.

Для вирішення завдань *емпіричної частини* дослідження автором, на основі аналізу й обґрунтування дослідницького інструментарію, розроблено програму емпіричного дослідження, яка передбачала поєднання кількісних та якісних методів в рамках кількох дослідницьких етапів, що дозволило, з одного боку, забезпечити логічну повноту дослідження, а з іншого, – найбільш повно репрезентувати принцип послідовного вивчення змістовно релевантних його феноменів. Зміст і процедуру емпіричної розробки проблеми в роботі розкрито через системну реалізацію низки взаємопов'язаних завдань в рамках двох концептуально і логічно узгоджених дослідницьких блоків – *констатувального* та *аналітичного* з різним рівнем складності вирішуваних завдань та способами отримання емпіричних даних.

Здобувач переконливо доводить доцільність використання *методик дослідження*, які є надійними, валідними та відповідають цілям і завданням дослідження. Застосування такого діагностичного інструментарію дозволило здобувачеві визначити особливості прояву харчової поведінки особистості. Особливо значущим є наполегливість дисертанта в адаптації методики Д. Гарднера на визначення харчових подобань (дієтоцентричне харчування; булімія і заикленість на їжі; оральний контроль). Це переклад українською і організація застосування її на пацієнтах 17-ти психіатричних лікарень та психоневрологічних центрів. Вражає скрупульозний аналіз отриманих даних (розподіл на групи: норма і патологія). В другому розділі «Методологія дослідження впливу соціальних мереж на харчову поведінку молоді» здобувач переконливо довів недоцільність вимірювання часу, що його користувачі витрачають на соціальні мережі. Проведено кількісний та якісний аналіз результатів цього дослідження з використанням методів математичної статистики.

В третьому розділі «Емпіричне дослідження психологічних механізмів регуляції харчової поведінки молоді» висвітлено результати, що отримані на емпіричному етапі в різних групах респондентів. Відповідно до результатів запропоновані рекомендації щодо опрацювання певних механізмів інтеріоризації соціальних норм зовнішності, рефлексивного порівняння тіла, визнання авторитетності зовнішності в консультуванні чи психотерапії.

Слід зазначити, що висновки дисертаційної роботи в повному обсязі відображають зміст трьох розділів дисертації, відповідають меті та доводять виконання завдань дослідження. Окрему увагу автор приділяє рекомендаціям щодо корекції харчової поведінки. Продуктивною та прикладною новацією видається запропонований підхід використання практик позитивної психотерапії як засобу психологічної підтримки, зокрема при дистанційному супроводі особистості з розладами харчової поведінки. Цікавою є запропонована методика з праці Л. Россі «Насолоджуйся кожним шматочком» – практика, що спрямована на усвідомлення та уповільнення, що допомогло опрацюванню переживань, які знижують рівень тривоги. Також хочеться відмітити коректне застосування кейсів з описом практичної роботи з клієнтами (інформована згода), що свідчить про практичний досвід дисертанта і представляє цінний науковий здобуток для практики психологічного супроводу особистості з розладами харчової поведінки.

Харчові розлади взаємопов'язані з негативним образом «Я» та образом значущої особи, що за їхнього опосередкування, визначає особливості функціонування стилю харчової поведінки особистості в різних сферах життєдіяльності. Така обґрунтована наукова позиція здобувача відкриває нові перспективи у вивченні можливостей надання психологічної допомоги особистості.

Оцінка достовірності наукових досліджень. Достовірність результатів дослідження забезпечено обґрунтуванням його основних положень; підбором методів, адекватних меті і завданням дослідження; наскрізним характером зв'язку між етапами дослідження, репрезентативністю вибірки, яка представлена на етапі пілотажного дослідження 50 респондентів (з них – 34 особи – жінки, 16 осіб – чоловіки); на етапі адаптації методики Д. Гарднера 309 осіб, з них діагностовано з розладами харчової поведінки 79 осіб (з них – 73 жінки і 6 чоловіків) відповідністю діагностичного інструментарію критеріям валідності та надійності, застосуванням методів математичної статистики для обчислювання отриманих емпіричних даних, апробацією результатів.

Основні положення і результати дослідження було оприлюднено та обговорено на ряді наукових та науково-практичних заходах міжнародного та всеукраїнського рівня.

Публікації. Основний зміст роботи висвітлено у 10 публікаціях, з яких 3 статті у наукових фахових виданнях затверджених МОН України, 1 стаття у міжнародному науковому виданні країни, яка входить до Організації

економічного співробітництва і розвитку та Європейського Союзу, включеного до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus; 6 праць, що належать до матеріалів та тез конференцій.

Цим не вичерпується потенціал здійсненої наукової роботи. Ми маємо переконання, що теоретичні та методологічні засади, розроблені в дисертаційній роботі «Психологічні механізми регуляції харчової поведінки користувачів соціальних мереж молодого віку», розширять сферу застосування в програмах психологічної реабілітації, зокрема при створенні програм психологічного супроводу студентської молоді, навчальних курсів із консультативної психології; при кризовому консультуванні для підвищення професійної компетентності та посилення позиції в прикладному використанні технологій психологічного супроводу.

Дискусійні положення та зауваження. Високо оцінюючи дисертацію, вважаємо за доцільне висловити зауваження, коментарі та побажання дискусійного характеру:

1. В першому розділі дисертації бажано більш широко охарактеризувати особливості проявів харчової поведінки в умовах війни.
2. Бажано висновки до першого розділу дисертації узагальнити, занадто деталізовані. Наведений здобувачем аналіз теоретичних підходів до визначення різних аспектів харчової поведінки можна було б узагальнити в більш стислій та емній формі.
3. В другому розділі в описі методик дослідження доцільно вказати формулу підрахунку індексу маси тіла.
4. В третьому розділі доцільно було б описати застосування практик і методів Л. Россі, а не давати опис рецензії на зміст книги.

Висловлені зауваження та коментарі не є категоричними та не впливають на загальну високу оцінку наукового дослідження, не знижують його актуальності та практичної значущості.

Загальний висновок. Дисертаційна робота Шеремети Сергія Ростиславовича «Психологічні механізми регуляції харчової поведінки користувачів соціальних мереж молодого віку» – це самостійна, оригінальна, завершена наукова робота за актуальною темою, результати якої відповідають поставленій меті, мають наукову новизну й практичне значення.

Дисертація відповідає спеціальності 053 – Психологія, вимогам до оформлення дисертацій, затвердженим Наказом Міністерства освіти і науки України від 12.01.2017 № 40 (із змінами, внесеними згідно з Наказом МОН України № 759 від 31.05.2019) та «Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії», затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 № 44 (із змінами, внесеними згідно з Постановою Кабінету Міністрів України № 341 від 21.03.2022 та № 502 від 19.05.2023), а її автор, **Шеремета Сергій**

Ростиславович. заслуговує на присудження наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 – Психологія (галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»).

Офіційний опонент:

кандидат психологічних наук,
старший науковий співробітник,
провідний науковий співробітник
лабораторії психології особистості
імені П.Р. Чамати Інституту психології
імені Г.С. Костюка НАПН України



Наталія ВОЛОДАРСЬКА

