

## **ВІДГУК**

**офіційного опонента, доктора психологічних наук, професора,  
доцента кафедри психології розвитку  
Київського національного  
університету імені Тараса Шевченка  
Яблонської Тетяни Миколаївни  
на дисертаційне дослідження Капталан Наталі Михайлівни  
«Психологічні особливості порушення харчової поведінки»,  
представлену на здобуття наукового ступеня доктора філософії зі  
спеціальності 053 Психологія галузі знань  
05 «Соціальні та поведінкові науки»**

Проблема, яка піднімається в дисертаційному дослідженні Капталан Наталі Михайлівни, є важливою для сучасного суспільства. Порушення харчової поведінки потребують додаткового вивчення, оскільки вони детерміновані соціально-особистісними чинниками, інколи схвалюваними, інколи несвідомими, але завжди такими, що активно інтеріоризують у свідомість образи того, як має виглядати сучасна людина – молода, струнка, бездоганна. Способи переживання об'єктивно або суб'єктивно складних ситуацій мають різні форми та причини, пов'язані не тільки з індивідуальними особливостями особистості, але й зі специфікою формування усього її життєвого шляху. Але у будь-якому випадку, ті зусилля, які особистість реалізує у ситуації психологічної загрози, не тільки повністю розкривають увесь репертуар її суб'єктивних способів реагування, але й суттєво обмежують або, навпаки, розширюють її соціальну активність. Ось чому виявлення основних способів та стратегій подолання стресу є своєчасним та актуальним.

Подана до захисту робота Н.М.Капталан «Психологічні особливості порушення харчової поведінки» присвячена актуальній проблемі дослідження, а саме виявленню ступенів ризику формування психологічної схильності до порушень харчової поведінки, основних складових компонентів порушення харчової поведінки та виявленню специфіки

реалізації порушень харчової поведінки у складних життєвих ситуація. Наразі існує досить багато невирішених і дискусійних питань відносно цієї проблеми, тому звернення автора до цієї теми заслуговує схвальної оцінки.

Важливим, на наш погляд, є той факт, що представлене дисертаційне дослідження виконано в рамках комплексної науково-дослідної теми кафедри диференціальної і спеціальної психології «Дослідження психологічного здоров'я особистості: саноцентричний підхід».

Насамперед слід наголосити, що дисертаційна робота відзначається чіткістю і логічністю на всіх етапах її виконання — як на етапі обґрунтування наукового апарату дослідження (визначенні актуальності теми, об'єкта, предмета, мети і завдань дослідження, презентації його методологічної бази і методів), так і при викладенні змісту розділів дисертації та формулюванні її висновків.

Дисертація належно структурована і складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків та змістовних додатків. Дослідження побудоване на достатній джерельній базі, що складає 173 найменувань (з них 71 джерело іноземною мовою). Науковий зміст, термінологія та стиль викладення результатів дослідження відповідає встановленим державним стандартам та вимогам. Основні результати представлені у 9 публікаціях авторки, з яких 4 статті у наукових фахових виданнях із психології, а також 1 стаття – у наукометричному виданні, 1 стаття у міжнародному періодичному виданні); 4 публікації – у збірниках матеріалів науково-практичних конференцій.

У вступі обґрунтовано актуальність теми дослідження, визначено його об'єкт і предмет, сформовано мету, викладено завдання та теоретико-методологічні основи, визначено наукову новизну, теоретичне і практичне значення роботи, наведено дані про апробацію отриманих результатів, а також впровадження їх у практику.

У контексті підготовки дисертації були поставлені й реалізовані завдання щодо теоретико-методологічного аналізу проблеми порушень

харчової поведінки в зарубіжній та українській психології; емпіричного дослідження основних особистісних компонентів в структурі порушеної харчової поведінки; укладення психологічних портретів осіб з порушеннями харчової поведінки; укладення методичних рекомендацій щодо організації корекційної роботи, спрямованої на оптимізацію харчової поведінки.

Процес реалізації зазначених завдань повною мірою представлений в трьох розділах дисертації. Так, у першому розділі «Теоретико-методологічні підходи до вивчення психологічних особливостей порушення харчової поведінки» представлено стан вивчення проблеми порушення харчової поведінки. Особлива роль у формуванні розладів харчової поведінки належить як соціальним, так і психологічним чинникам: підвищеній особистісній тривожності, віковим проявам дисморфофобії у підлітковому віці, хронічному стресу, внутрішньосімейній невротизації, домашньому насильству. Стійкість харчових порушень пояснюється їхньою тісною кореляцією з емоційною сферою особистості та орієнтацією на підсвідомі способи психологічного захисту.

У другому розділі «Основні етапи, методи та методичні інструментарії вивчення психологічних особливостей порушення харчової поведінки» описано вибірку, програму та зміст емпіричного дослідження, аналізуються його результати, роз'яснюються кількісні і якісні результати статистичної обробки даних та їх інтерпретація. Дисертантка переконливо обґрунтовує складові елементи методологічного та методичного апарату. Обрані методи дослідження є адекватними змісту роботи. Обґрунтовано доцільність вивчення психологічних особливостей порушення харчової поведінки особистості.

Третій розділ дисертації присвячений представленню результатів емпіричного дослідження особистісних особливостей суб'єктів, психологічно схильних до порушень харчової поведінки, зокрема, особливостей перфекціонізму, імпульсивності, агресивності та схильності до переживання самотності. Авторкою запропоновано модель порушень

харчової поведінки, яка може спиратися на перфекціоністські риси особистості: перфекціонізм як прагнення володіти ідеальною фігурою, правильно харчуватися та імпульсивність як стійка здатність діяти під впливом зовнішніх обставин (стресова ситуація, привабливий зовнішній вигляд їжі, значна кількість вільного часу та ін.), залежно від індивідуальних проявів емоційності та за участю свідомого самоконтролю, можуть провокувати не тільки централізацію на вазі та формі тіла, але й дотримуватися жорстких обмежень у їжі та системних харчових зривів з відповідною мотивацією.

В результаті проведеного емпіричного дослідження психологічних особливостей порушень харчової поведінки дисертанткою було виокремлено три групи досліджуваних, при цьому представники кожної групи мають спільні стилі порушень харчової поведінки, емоційні, особистісні особливості та виражені ризики формування психологічної схильності до посилення порушень харчової поведінки.

В роботі представлені укладені методичні рекомендації щодо організації корекційної роботи, спрямованої на оптимізацію харчової поведінки.

Авторкою наголошено, що при наявному в психологічній науці різноманітті наукових підходів до способів психологічного та психотерапевтичного впливу на особистість з порушеннями харчової поведінки необхідно враховувати важливі методичні аспекти, без яких жодний прийом не буде працювати, а саме: тип розладу харчової поведінки; конкретна причина розладу; основна спрямованість корекційних впливів (не стільки на корекцію тіла, скільки на формування продуктивних особистісних рис та закріплення позитивної харчової поведінки), виявлення особистісних особливостей суб'єкта з порушеннями харчової поведінки.

Результати дослідження та його висновки є достовірними. Дослідження базується на якісному аналізі достатньої кількості наукових літературних джерел, обробці емпіричних даних адекватними методами математичної статистики, застосуванні процедур кореляційного та

факторного аналізу.

Логічним завершенням дисертаційного дослідження є обґрунтовані дисертанткою висновки, що відповідають поставленим завданням та становлять певний внесок у розробку теорії та практики психологічної науки. Отримані в ході дослідження результати можуть бути успішно використані при розробці спеціалістами психологічних тренінгів та корекційних програм, спрямованих на надання соціально-психологічної допомоги особам, що спрямовані на оптимізацію власної харчової поведінки.

Акцентуючи увагу на достатньо високому науковому рівні дисертаційної роботи Капталан Наталі Михайлівни як в теоретичному, так і практичному аспектах, слід висловити *окремі зауваження та побажання*:

1. В цілому заслуговує позитивної оцінки проведений дисертанткою теоретико-методологічний аналіз проблеми дослідження, який включає вивчення як сучасних зарубіжних, так і вітчизняних досліджень. Проте недостатньо виправданою і змістовною видається структурування матеріалів розділу 1 не за змістовими аспектами досліджуваного феномену, а за критерієм зарубіжні/вітчизняні дослідження. Крім того, не зовсім виправданим видається розміщення моделі типу особистості з порушеннями харчової поведінки у тексті розділу 3.

2. Виникає питання щодо методів дослідження, охарактеризованих у 2.1. Зокрема, дисертанткою зазначено, що використовувалися спостереження та метод експертних оцінок, але при описі цих методів подано тільки загальні їх характеристики, не описано процедуру і особливості використання цих методів конкретно у цьому дослідженні. Так, у випадку спостереження це мав би бути план спостереження із обґрунтуванням його критеріїв, у випадку експертної оцінки – на що саме була спрямована ця оцінка і в який спосіб вона здійснювалася.

3. Представлення емпіричних даних в тексті розділу 3 також викликає кілька запитань. Так, у Табл. 3.1 містяться дані, які характеризують «дослідницький варіант» і «діагностичний варіант», але немає роз'яснень, що

мається на увазі. Деякі графічні об'єкти (зокрема, Таблиці 3.2 і 3.3) не містять даних про значущість відмінностей між групами досліджуваних, з чого стає незрозуміло, чи ці відмінності є статистично значущими.

4. Робота містить орфографічні та граматичні помилки, деякі граматичні конструкції є не дуже вдалим для сприйняття тексту, також у тексті зустрічаються неточності перекладу психологічних термінів.

Проте висловлені зауваження та пропозиції не впливають на загальну високу оцінку дисертацій, яка є зразком ретельного, змістового і добре проведеного дослідження. Зроблені у роботі висновки становлять вагому теоретичну цінність. Слід наголосити на самостійності дослідження, авторському формулюванні теоретичних засад роботи, оригінальності та винахідливості у розробленні поставлених завдань.

Дисертаційна робота Капталан Наталі Михайлівни «Психологічні особливості порушення харчової поведінки» є самостійною, завершеною науково-дослідною роботою, яка за актуальністю, науковою новизною, практичним значенням, обсягом проведених досліджень відповідає вимогам Постанови Кабінету Міністрів України «Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії», затвердженого постановою Кабінету Міністрів України №44 від 12 січня 2022 року, а її авторка заслуговує присудження ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 – Психологія у галузі знань «Соціальні та поведінкові науки».

Офіційний опонент:

доктор психологічних наук, професор,  
доцент кафедри психології розвитку  
Київського національного  
університету імені Тараса Шевченка

Лілія  
Вікторівна  
НАРАУЛЬНА  
23.12



ЯБЛОНСЬКА