

ВІДГУК

офіційного опонента

доктора психологічних наук, професора, професора кафедри соціальної психології, Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Коваленко Алли Борисівни

на дисертаційне дослідження Ремесник Наталі Юріївни

«Особливості психологічної корекції самоприйняття людей

з надмірною вагою», подане на здобуття наукового ступеня

доктора філософії за спеціальністю 053 – «Психологія»

(05 – Соціальні та поведінкові науки)

Актуальність проблеми самосприймання і самоприйняття людиною власного тіла та пошуку можливостей для самовдосконалення не знижується тривалий час та буде нагальною ще довгі роки. Зовнішність людини відіграє важливу роль при сприйманні її іншими людьми, належить до систем невербальної комунікації (фізіономіка). Ні для кого не секрет, що суб'єктивна привабливість людини сприяє її позитивнішому сприйманню з боку інших людей та приписуванню позитивніших особистісних рис.

У вступі чітко окреслено науковий апарат роботи: актуальність проблеми дослідження, мету, завдання, об'єкт та предмет, зв'язок з науковими темами, які розробляються в лабораторії психології особистості Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України.

Загальний аналіз дисертаційного дослідження свідчить про його наукову новизну, теоретичну і практичну значущість, що узагальнено відображено у висновках.

Перший розділ «Теоретичні основи дослідження феномена самоприйняття особистості у контексті розладів харчової поведінки та зайвої ваги» окреслює концептуальні засади дослідження, презентує теоретичне узагальнення досліджень феномена самоприйняття особистості на засадах гуманістичного, психодинамічного та позитивного підходу. Дисертантка визначає поняття самоприйняття як складне динамічне утворення особистості, яке містить у своїй

структурі поведінковий, когнітивний та емоційний компоненти; аналізує умови розвитку позитивного прийняття себе; показує позитивний вплив самоприйняття на саморозвиток особистості; виявляє особливості емоційної сфери у людей із зайвою вагою. На основі здійсненого теоретично-методологічного аналізу розроблено теоретичну модель позитивного самоприйняття особистості як багатофакторного емоційно-оцінкового компонента системи ставлень особистості. Констатовано, що позитивне самоприйняття пов'язане з психологічним благополуччям та особистісною автономією, і як психологічний механізм безпосередньо впливає на ставлення людини до власного життя.

У розділі 2 «Емпіричне дослідження психологічних особливостей самоприйняття у людей з надмірною вагою» представлено інформацію щодо концептуальних підходів до вивчення чинників формування порушень харчової поведінки та чинників самоприйняття осіб із зайвою вагою, етапи, процес емпіричного дослідження та описано вибірку досліджуваних. Досить ґрунтовний теоретичний аналіз дав змогу виважено та ретельно підійти до відбору методичного забезпечення, організації емпіричного дослідження та вибірки. Для проведення емпіричного дослідження дисертантка дібрала достатню кількість методичного інструментарію, який адекватний меті та завданням дослідження і дає змогу всебічно вивчити досліджуваний феномен.

Вибірка досліджуваних склала 184 особи, із них 137 жінок і 45 чоловіків віком 18-55 років, середній вік – 35 років. До неї увійшли особи з різним індексом маси тіла: з недостатньою, нормальною та надмірною вагою.

Дисертанткою одержано цікаві наукові факти з досліджуваної проблеми. Так, результати емпіричного дослідження свідчать про зв'язок між недостатнім прийняття себе та нездоровими харчовими звичками. На сприймання образу власного тіла негативно впливають недоліки самоприйняття, яке, у свою чергу, визначається соціальними стандартами привабливості, очікуваним ставленням з боку інших людей та задоволеністю власним життям. Позитивне самоприйняття впливає на сприймання образу власного тіла, психологічне благополуччя та є чинником саморозвитку особистості. Чинниками позитивного самоприйняття

особистості є аутосимпатія, здатність підтримувати добрі стосунки з іншими людьми; активна діяльнісна позиція.

Виявлено значущі відмінності між особами із зайвою та нормальною вагою. Особи із зайвою вагою мають знижений рівень самоприйняття; нижчий контроль діяльності; схильність до бездіяльності; розмитість і нечіткість цілей; невдоволеність собою; схильність до самокритики; відчуття відчуженості від інших людей; замкненість у стосунках з іншими.

Предикторами розвитку розладів харчової поведінки є: бажання досягати високих особистісних результатів та схильність до перфекціонізму; функціональні, холодні стосунки між батьками чи сварки між ними і, як наслідок, невміння проявляти до себе любов і ніжність; суттєвою особливістю екстернальної харчової поведінки є надмірна зацікавленість зовнішніми стимулами, незважаючи на сигнали голоду чи ситості; поєднання низки факторів: слабе вміння контролювати себе, активний чи пасивний спосіб життя, вплив генетичних чинників чи поєднання екстернальної та емоціогенної поведінки. Зниження самоприйняття відбувається за рахунок дефіциту в емоційній сфері та в сфері контактів, дистанціювання чи невміння вирішувати проблемні ситуації у близьких стосунках; проблемних, холодних чи функціональних взаємини у батьківській сім'ї; невміння або небажання зайняти у проблемній ситуації проактивну позицію.

Третій розділ «Методологічні засади розвитку позитивного самоприйняття особистості засобами позитивної психотерапії» презентує теоретичну модель комплексної програми розвитку позитивного самоприйняття особистості. Врахування результатів теоретичних розвідок та емпіричного дослідження дало змогу комплексно підійти до розроблення програми розвитку позитивного самоприйняття особистості як чинника корекції розладів харчової поведінки. Програма заснована на методології гуманістичного та психодинамічного підходів і спрямована на розвиток позитивного самоприйняття за рахунок використання внутрішніх ресурсів особистості.

Апробація програми показала, що вона сприяє розвитку в її учасників здатності регулювати власні емоції, зниженню емоційного напруження,

покращенню саморозуміння та самоприйняття, підвищенню самоповаги та довіри до себе. Доведено ефективність розробленої програми з використанням адекватних методів математичної статистики.

Дисертаційне дослідження Ремесник Н. Ю. має беззаперечну *наукову новизну* та *теоретичну значущість*, що полягають у використанні системного підходу для розгляду феномена самоприйняття особистості як чинника розладів харчової поведінки; у побудові теоретичної моделі самоприйняття особистості як холістичного феномена; у розкритті психологічних особливостей та закономірностей взаємозв'язку між самоприйняттям, образом тіла та наявністю надмірної ваги; з'ясовано роль внутрішніх ресурсів розвитку позитивного самоприйняття особистості; показано, що позитивне самоприйняття особистості досягається шляхом актуалізації її внутрішніх ресурсів.

Практичне значення отриманих результатів дослідження полягає в тому, що визначені структура та психологічні особливості розвитку позитивного самоприйняття як чинника корекції розладів харчової поведінки особистості; запропонований методичний інструментарій для психодіагностики особистісних чинників порушень харчової поведінки; доведено взаємозв'язок між розладами харчової поведінки та внутрішніми ресурсами особистості, що дає можливість застосовувати отримані результати дослідження в корекційних програмах покращення якості життя, сприяння самореалізації, психологічному благополуччю тощо.

Положення дисертації можуть бути використані при розробці програм навчальних дисциплін з психологічного консультування, основ психотерапії, соціально-психологічного тренінгу, що сприятиме підвищенню якості професійної підготовки фахівців соціономічних професій.

Обсяг дисертації складає 239 сторінок, з яких основний обсяг – 188 сторінок. Список використаних джерел складає 174 найменування, з яких 125 – іноземною мовою. Робота містить 37 таблиць, 4 рисунка та 8 Додатків.

Результати дисертаційного дослідження мають достатньо широку апробацію на 8 наукових заходах різного рівня та викладені в 7 наукових публікаціях, серед яких 1 стаття в зарубіжному науковому періодичному

виданні, включеному до міжнародної наукометричної бази Scopus; 3 статті в наукових періодичних фахових виданнях з психології, включених до переліку, затвердженого МОН України (категорії Б), 2 з яких входять до міжнародних наукометричних баз; 3 публікації в інших наукових виданнях та матеріалах наукових конференцій.

Оформлення дисертаційної роботи відповідає чинним нормативним вимогам, вона логічно побудована та має класичну структуру. Якісно здійснений теоретичний аналіз проблеми, використано адекватні стосовно поставлених завдань методи дослідження, достатня кількість досліджуваних, належний аналіз та узагальнення отриманих емпіричних результатів свідчать про їх *достовірність*, а також *наукову обґрунтованість* сформульованих у дисертації наукових положень та підсумкових висновків. *Завдання*, поставлені дисертанткою на початку дослідження, *виконані повною мірою*. Високий рівень аналізу результатів теоретико-емпіричного дослідження свідчать про *оволодіння здобувачем методологією наукової діяльності*.

Позитивно оцінюючи загалом зміст, теоретичне та практичне значення результатів дисертаційного дослідження, вважаємо за потрібне висловити деякі зауваження та пропозиції:

1. Дані таблиці 1.1., в якій презентовано результати дослідження первинних та вторинних актуальних здібностей, потребують, на наш погляд, детальнішого пояснення та інтерпретації. Доцільно було б на прикладах показати, як ці здібності можуть проявлятися.

2. У ході дослідження самоприйняття осіб із зайвою вагою авторка зосереджується на широкій вибірці досліджуваних. На нашу думку, цікаві результати можна було б одержати, поділивши вибірку на вікові групи.

3. Програма психологічної корекції самоприйняття зосереджена на розладах харчової поведінки в осіб із зайвою вагою. Разом з тим, існуючі розлади харчової поведінки включають, зокрема, й булімію, за якої особа не має зайвої ваги, але досить критично ставиться до себе і тому потребує психологічної корекції.

4. Програма психологічної корекції самоприйняття осіб із зайвою вагою передбачає переважно групові методи роботи, залишивши поза увагою індивідуальну роботу. Вважаємо, що цей напрям роботи потребує наукової деталізації.

Висловлені зауваження не зменшують загального позитивного враження від дисертаційної роботи, не знижують наукової цінності викладених у ній наукових результатів, а носять рекомендаційний характер та загалом не впливають на загальну високу оцінку рівня теоретико-емпіричного дослідження.

Загальний висновок та оцінка дисертації щодо присудження ступеня доктора філософії.

Дисертаційна робота Ремесник Н.Ю. «Особливості психологічної корекції самоприйняття людей з надмірною вагою» відповідає вимогам «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 12.01.2022, а також вимогам наказу Міністерства освіти і науки України від 12.01.2017 №40 «Про затвердження вимог до оформлення дисертацій». Виходячи із вищезазначеного, Ремесник Наталя Юріївна заслуговує присудження їй наукового ступеня доктора філософії у галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки за спеціальністю 053 Психологія.

Доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри соціальної психології,
Київський національний університет імені
Тараса Шевченка

 Коваленко А. Б.



