

## ВІДГУК

**офіційного опонента на дисертацію СМІЛЯНЕЦЬ Тетяни Леонідівни «Психологічні особливості телефонної залежності сучасної молоді», подану на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 Психологія**

**Ступінь актуальності обраної теми.** Виникнення телефонної адикції серед молоді зумовлена впливом не тільки глобальних та національних кризових подій, а й стрімкою цифровізацією усіх сфер життєдіяльності людства. У цих умовах смартфон став основним засобом комунікації, доступу до інформації та підтримання соціальних зв'язків, що значною мірою сприяло поширенню залежності від гаджетів.

Дисертація присвячена вивченню психологічних особливостей телефонної залежності серед молоді. Проблематика фобічної і залежної поведінки багато в чому лежить у площині психотерапії, активно вирішується у межах психоаналітичної, КПТ та інших шкіл. Недолік цього підходу – в його ідеографічності, орієнтації на задоволення потреб індивідуальної психологічної допомоги. Доцільність вивчення монофобії молоді в соціально-психологічному вимірі зумовлена можливістю виокремлення умов і чинників розвитку цього феномену, розроблення підходів до психопрофілактики загострень телефонної залежності у середовищі молоді, обґрунтування загальних засад її психокорекції.

Додаткової актуальності досліджуваній проблематиці додає те, що монофобія не є ізольованим феноменом. Інтерес до дослідження більш широкої категорії страху самотності (або інтолерантності до неї, FOBS) значно посилюється у психології після епідемії COVID-19, про що свідчать тренди за ключовими словами у Scopus і WoS. FOBS вивчається в контекстах стандартів і очікувань у пошуку партнерів й роботи, готовності терпіти несприятливі професійні стосунки, прихильності і залежності від AI-компаньйонів тощо.

Тому з огляду на міждисциплінарність проблематики, високу очікувану практичну значимість результатів, обрану Тетяною Леонідівною тему дисертації слід вважати актуальною.

Тему дисертації затверджено рішенням Вченої ради Національної академії внутрішніх справ від 29 вересня 2025 р., протокол № 21.

**Оцінка наукового рівня дисертації і наукових публікацій здобувача.** В теоретичній частині авторка обстоює три основних твердження:

- телефонна залежність має розглядатись як адиктивна поведінка, в основі якої лежить виражена амбівалентність між активною роботою системи винагороди, швидким досягненням комфорту, втечі від реальних проблем, негативних переживань внаслідок самої залежності а також ігнорування реальності, та відповідної копінг-поведінки по зменшенню дискомфорту;

- молодий вік вік є сензитивним для розвитку телефонної залежності внаслідок низки специфічних особливостей, які активно формуються в цьому періоді: важливість або знецінення емпатії; стандарти товариських стосунків; взяття або перекладання на інших відповідальності, локус контролю; успішність сепарації від батьків або сепараційна тривога; розвиток ціннісно-сміслової сфери тощо;

- телефонна залежність має істотні відмінності від інтернет-залежності, вона має тлумачитись більше як страх втратити гаджет.

Подальше емпіричне дослідження зреалізовано на вибірці з 120 студентів НАВС віком 18-23 роки. За допомогою стандартизованих опитувальників вивчались характерологічні й індивідуально-психологічні особливості, суїцидальні установки досліджуваних, особливості їх функціонування в аспекті телефонної залежності – за допомогою авторської анкети.

Основними результатами емпіричного дослідження слід вважати:

- виявлені характерологічні та індивідуально-психологічні особливості схильних до телефонної залежності молодих людей, зокрема хлопців та дівчат;
- визначені психологічні особливості функціонування схильної до монофобії особистості, що описують зовнішні (режим користування, зміст типової поведінки в мережі інтернет, зміст аудіовізуального контексту що споживається тощо) та внутрішні (феноменологічний простір переживань при користуванні смартфоном та при його реальній відсутності та її загрози; специфіка користування смартфоном як копінг-поведінка; специфіка поведінки у віртуальному просторі, яка є чинником формування залежності від смартфона а також фактором розвитку суїцидальної поведінки).

Підсумком роботи є науково-практичні рекомендації щодо профілактики номофобії, які диференційовані для спільнот серед студентів. Важливим внеском слід вважати розроблену психокорекційну програму, спрямовану на розвиток стресостійкості, зменшення тривожності, формування адекватної самооцінки та становлення особистісної автономії молоді. Програма достатньо детально описана в тексті роботи для зручного використання психологами відомчих закладів вищої освіти.

Зазначене дозволяє констатувати високий науковий рівень дисертації, її структурованість, достатньо повне розкриття у тексті логіки дослідження.

Констатуємо, що оформлення дисертації відповідає встановленим МОН України вимогам.

Наукові публікації Т.Л. Смілянець засвідчують високий рівень оволодіння здобувачкою методологією наукової діяльності. Текст дисертації і наукових публікацій вирізняється високим рівнем аналізу і узагальнень, авторка досконало володіє науковим стилем.

**Новизна представлених теоретичних та / або експериментальних**

результатів, проведених здобувачем досліджень, повнота викладу в опублікованих працях. У дисертаційному дослідженні Т.Л. Смілянець наявні нові наукові результати, важливі для вітчизняної психології. Підтверджуємо, що авторкою вперше:

- розроблено програму психокорекції характерологічних особливостей молоді з вираженою номофобією, яка містить шість занять і спрямована на корекцію депресивних станів, розвиток комунікабельності, зменшення тривожності та діагностованого рівня телефонної залежності;

- визначено низку адиктогенів, які провокують залежність у молоді;

- запропоновано техніки та методики самостійного подолання телефонної залежності молоддю;

- охарактеризовано проблеми виникнення залежностей, які виявляються в адиктивній поведінці молоді;

- обґрунтовано необхідність у розрізненні поняття «інтернет-залежність» та «телефонна залежність» у вивченні психічних розладів.

удосконалено:

- наукове розуміння поняття телефонної залежності молоді з усіма її детермінантами;

- обґрунтування можливості визнання телефонної залежності хворобливим станом, який визначатиметься Міжнародною класифікацією хвороб;

набуло подальшого розвитку:

- наукові підходи щодо розмежування понять «інтернет-залежність» та «телефонна залежність» з огляду на характерологічні особливості сучасної молоді.

Наукові публікації Т.Л. Смілянець достатньо повною мірою висвітлюють основні наукові результати дисертації. Вони оприлюднені у 4 наукових статтях, 8 тезах доповідей на науково-практичних конференціях.

**Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації.** Вивчення тексту дисертації здобувачки свідчить про достатньо повний теоретичний аналіз проблеми дослідження (176 джерел), логічність дизайну досліджування, що включає визначення об'єкту і предмету дослідження, постановку мети і завдань, коректність використання категоріального апарату психології, вибору методологічних засад дослідження, належне обґрунтування дослідницьких методів в емпіричній частині роботи. Це дозволяє оцінити сформульовані у дисертації висновки і рекомендації як науково-обґрунтовані.

Про обґрунтованість положень і висновків дисертації також свідчать наявні 4 опубліковані за нею наукові праці у рецензованих наукових періодичних виданнях.

**Практична значущість результатів дослідження.** Практичне значення дисертації обумовлюється використанням і впровадженням її теоретико-емпіричних матеріалів, науково-практичних рекомендацій та авторської психокорекційної програми. Це належним чином засвідчено актами і довідками, виданими зацікавленими установами, зокрема Національною академією внутрішніх справ (від 06.10.2025); ГО «Всеукраїнське об'єднання протидії булінгу. Мої безпечні друзі» (від 06.10.2025).

Вважаємо, що матеріали дисертації доцільні для використання в системі психологічного супроводу освітнього процесу ЗВО системи МВС України при підготовці поліцейських, а також курсантів інших відомчих ЗВО.

**Оцінка змісту дисертації, її завершеності в цілому.** Дисертація побудована логічно, авторкою обрано традиційну структуру зі вступу, трьох розділів з висновками за кожним, що охоплюють сім підрозділів, загальних висновків, списку використаних джерел.

Дисертація є завершеним рукописом, у якому запропоноване нове вирішення наукової проблеми психологічних особливостей телефонної залежності молоді. Дисертація змістовно і формально відповідає усім вимогам, які висуваються до праць на здобуття освітньо-наукового ступеня доктора філософії з психології.

**Анотація.** Відображає основні тези дослідження. Викладена українською та англійською мовами, містить список публікацій дисертантки за темою дослідження.

**Відсутність порушень академічної доброчесності.** Під час вивчення дисертації та наукових публікацій здобувача фактів порушення академічної доброчесності виявлено не було. Дисертація Т.Л. Смілянець – це оригінальна, самостійно виконана наукова праця.

**Зауваження щодо оформлення та змісту дисертації, запитання до здобувача.** Позитивно оцінюючи роботу в цілому, висловимо деякі зауваження і побажання авторці, що стосуються змісту і оформлення дисертації:

1. У роботі відбувається певне змішення феноменів фобії і адикції. Термін «телефонна залежність» орієнтує на те, що змістом дослідження буде саме фобічний компонент, страхи щодо перебування молоді без смартфонів. Водночас у теоретичному розділі здебільшого телефонна залежність тлумачиться як різновид адиктивної поведінки. Просимо автора прокоментувати це на захисті.

2. Віковий період «молодь» не є чітко визначеним у роботі, зустрічаються дефініції «юнацький вік», «молоде покоління» тощо. Враховуючи, що дослідженням охоплені особи віком 18-23 роки, просимо автора визначити межі молодого віку.

3. Дискутабельним є обсяг вибірки у 120 осіб. Чи достатньо цього для

можливості екстраполяції висновків на генеральну сукупність молоді України?

Втім, викладені зауваження не впливають на загальну позитивну оцінку роботи Смілянець Тетяни Леонідівни, а слугують радше підставою для дискусії під час публічного захисту.

**Висновок про відповідність дисертації встановленим вимогам.** Таким чином, на захист представлена дисертація, в якій одержано нові науково обгрунтовані теоретичні й емпіричні результати, що засвідчують нове вирішення здобувачкою комплексної психологічної проблеми особливостей телефонної залежності сучасної молоді. Дисертація й наукові публікації здобувачки демонструють високий рівень оволодіння методологією наукової діяльності. Дисертація відповідає спеціальності 053 Психологія та вимогам Порядку підготовки здобувачів вищої освіти ступеня доктора філософії та доктора наук у закладах вищої освіти (наукових установах), затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 23 серпня 2016 р. № 261 (зі змінами і доповненнями від 3 квітня 2019 р. № 283), наказу МОН України від 12 січня 2017 р. № 40 «Про затвердження Вимог до оформлення дисертації» (зі змінами від 12 липня 2019 р.) і Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії (постанова Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 р. № 44), а її авторка – Смілянець Тетяна Леонідівна – за результатами проведення публічного захисту заслуговує на присудження ступеня доктора філософії з галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки за спеціальністю 053 Психологія.

**Офіційний опонент:**

кандидат психологічних наук, доцент,  
професор кафедри психології та педагогіки  
навчально-наукового інституту роботи з персоналом  
Національної академії Національної гвардії України

полковник

01.12.2025



Станіслав ЛАРІОНОВ

Підпис полковника Ларіонова С.О. засвідчую,  
Начальник відділу кадрової роботи  
полковник




Костянтин СЕРДЮК