

# OPONENTSKÝ POSUDOK

na habilitačnú prácu  
v odbore Psychológia

## Online závislosti v kontexte psychosociálneho fungovania

**Mgr. Juraja Holdoša, PhD.**

Mgr. Juraj Holdoš, PhD. predkladá svoju habilitačnú prácu "**Online závislosti v kontexte psychosociálneho fungovania**" v odbore psychológia na Filozofickej fakulte Trnavskej univerzity v Trnave.

**Cieľom habilitačnej práce** je, ako to deklaruje sám autor, predstaviť históriu pojmu online závislosti, poukázať na typy závislosti a modely jej vzniku, analyzovať rizikové a protektívne faktory spojené so závislosťou, upozorniť na možnosti diagnostiky a intervencie pri tomto jave a priniesť zistenia zo slovenských a zahraničných výskumov, ako aj výsledky získané v rámci svojho systematického dlhoročného empirického výskumu.

**Výber témy habilitačnej práce** hodnotím vysoko pozitívne. Odborných prác zaoberajúcich sa problematikou online závislosti je síce v našich slovenských aj českých podmienkach viac, ale nevenujú sa tejto problematike z uhla pohľadu teórie, modelov, faktorov, dôsledkov a výskumných zistení v rámci veľkého množstva vlastných kvantitatívnych výskumov.

Už v úvode môjho posudku chcem zdôrazniť a zároveň oceniť, že takto koncipovaná habilitačná práca prináša veľké množstvo odborných poznatkov a informácií, výsledkov zahraničných a slovenských výskumov v predmetnej oblasti, ako aj autorove vlastné výsledky výskumov, ktoré sú mimoriadne cenné pre rozvoj psychológie - pre jej teóriu, vedu, výskum aj spoločenskú prax. Práca zároveň kladie viacero závažných metodologických otázok dôležitých pre ďalšie skúmanie problematiky online závislosti na internete v budúcich výskumoch.

### 1. Formálna úroveň habilitačnej práce

Predkladaná habilitačná práca má spolu 246 strán textu. V prvých 90 stranách práce sa nachádza popis a analýza teoretických východísk riešenej problematiky online závislosti a ďalších 156 strán obsahuje výber 12 publikovaných jedinečných prác autora v danej problematike spolu so záverom práce a jej bibliografiou. Teoretické východiská autor v habilitačnej práci spracoval do 12 kapitol a 20 podkapitol.

Habilitačná práca má tiež kvalitnú úpravu (formát, riadkovanie, veľkosť písma, číslovanie strán a i.) a obsahuje všetky požadované náležitosti včítane tabuliek, grafov, záveru a literatúry uvádzaných vo vybratých publikovaných príspevkoch v druhej časti habilitačnej práce.

### 2. Odborná úroveň habilitačnej práce

Habilitačná práca rieši výrazne aktuálnu tému dneška, a to tému online závislosti v kontexte psychosociálneho fungovania jedincov. Ide vlastne o multidisciplinárnu tému, ktorú v súčasnosti uchopujú psychológovia, pedagógovia, sociológovia, lekári aj psychiatri a riešia ju z pohľadu prevencie, diagnostiky, intervencie aj liečby. Ide o tému, ktorá sa stáva čoraz viac diskutovanou, najmä v (školskej) politike. Túto problematiku považujem skutočne za vysoko významnú a „každý“ odborný vklad do nej za zvlášť potrebný.

Oceňujem dlhoročné systematické úsilie Mgr. Juraja Holdoša, PhD. venovať sa výskumne téme online závislostí, zároveň komplexne analyzovať online závislosti na internete využitím výsledkov empirických kvantitatívnych výskumov s dôrazom na populáciu detí, dospelých a mladých ľudí, ktorí tvoria v tomto smere najzraniteľnejšiu skupinu jedincov.

Kladne hodnotím, že autor habilitačnej práce sa orientuje veľmi dobre v odbornej tematike a v jej dostupných informačných zdrojoch, z ktorých vo svojej práci vychádza a z ktorých čerpá.

Pri definovaní pojmu rozoznáva pojem závislosti na internete a pojem excesívne používanie internetu a poukazuje na ich istú odlišnosť, aj keď ako sám ďalej zdôrazňuje, oba koncepty majú podobný, niekedy až prekrývajúci sa význam. Autor sa prikláňa k chápaniu Marka Griffithsa, priekopníka tohto pojmu a upozorňuje na to, že kým „závislosť od internetu je koncept spojený s klinickým kontextom a určením diagnózy, prípadne s terapiou, excesívne používanie internetu sa používa v neklinickom kontexte, napr. v spojení s edukáciou a prevenciou u detí a dospelých“ (s.13).

Zároveň autor vo svojej výskumnej práci vychádza zo 6-komponentového prístupu Griffithsa a v habilitačnej práci uvádza (s.15 a 16) kritériá na označenie závislosti na internete (významnosť v živote jedinca, zmena nálad, tolerancia, abstinénčné príznaky, konflikt a relaps).

Oceňujem, že v práci sa nachádzajú aj ďalšie iné poznatky tvoriace teoretické východiská riešenia daného problému, ktoré sú v slovenskej odbornej literatúre nové, napr. nájdeme tu poznatky o druhoch závislostí od internetu, o modeloch závislostí, o faktoroch závislostí (individuálnych, rodinných, spoločenských) a o dôsledkoch závislého používania internetu. V našich slovenských podmienkach považujem za úplne nové podrobnejšie charakterizovanie viacerých modelov závislosti na internete, starších, ale aj úplne nových, akými je model kompenzačný, situačný, neurobiologický, kognitívno-behaviorálny, syndrómový, komponentový a model I-PACE (model interakcie človek-afekt-kognícia-exekúcia). Práve v komponentovom modeli Griffithsa, ako píše autor, sa zvyrazňuje bio-psycho-sociálny proces vzniku všetkých závislostí. Autor tiež uvádza, čo pozitívne hodnotím, naše, predovšetkým svoje vlastné, ale i viaceré zahraničné výskumy a ich zistenia týkajúce sa individuálnych a sociálnych dôsledkov excesívneho používania internetu a závislosti a ich dopadov na duševné zdravie a wellbeing jedincov.

V habilitačnej práci zverejnené výsledky výskumov spolu s využívanými diagnostickými nástrojmi pri skúmaní závislostí od internetu a ich spoľahlivosti upozorňujú na isté rezervy a limity v diagnostike excesívneho používania internetu, a to ako celkovo, tak najmä u detí, čo sám autor považuje za veľkú výzvu v ďalšej psychologicknej práci a skúmaní závislosti od internetu v budúcnosti. Potvrdzuje sa, že väčšina diagnostických metód, najmä dotazníkov, škál a klinického interview, sa využíva v populácii vysokoškolákov a stredoškolákov, už menej žiakov základných škôl, najmä tých mladších než 14 rokov. Pritom práve táto populácia, ako sa osobne nazdávam, je najzraniteľnejšia a najrizikovejšia. Školská prax a odborní a pedagogickí pracovníci škôl upozorňujú už dlhodobo na to, že práve deti 10-12 ročné trávajú na internete denne niekoľko hodín, počas víkendov aj 4-6 hodín.

Vysoko pozitívne hodnotím kapitolu týkajúcu sa efektívnosti intervencií pri excesívnom používaní a závislosti od internetu. Autor podčiarkuje využívanie poradenstva, prevencie a terapie a prináša poznatky z oblasti intervencií zo zahraničných odborných literárnych zdrojov (Nemecko, Turecko, Holandsko, Česká republika a i.). Je cenné, že v práci sa nachádza prehľad druhov terapie závislosti od internetu a spomína sa predovšetkým rodinná terapia, terapia realitou, pracovná terapia, farmakoterapia, kognitívno-behaviorálna terapia. Práve kognitívno-behaviorálna terapia, ako podčiarkuje autor v habilitačnej práci, sa ukazuje ako jedna z najúčinnějších a najefektívnejších terapií. Zároveň však autor podotýka, že zatiaľ neprebádaný je nový trend využívať pri liečbe závislostí umelú

inteligenciu. Sám predpokladá, že môže ísť o veľmi efektívny intervenčný postup, ktorý však čaká na hlbšie preskúmanie v blízkej budúcnosti.

Habilitačnú prácu Mgr. Juraja Holdoša, PhD. považujem zároveň za veľkú výzvu pre psychológov, najmä tých psychológov, ktorí pracujú s mládežou, aby aj oni boli motivovaní pracovať resp. pokračovať v práci na tejto problematike. Preto dávam na zváženie autorovi, aby poznatky uvedené v habilitačnej práci, ako aj v publikovaných príspevkoch, spracoval do monografie, ktorá by bola pokračovaním oponovanej práce, v ktorej by sa zvlášť zameril na poskytnutie poznatkov, návrhov, odporúčaní, rád, nápadov, námetov na rozvíjanie a skvalitňovanie diagnostiky, prevencie a intervencie pri zvládaní online závislostí v kontexte psychosociálneho fungovania detí a mládeže, a tým pomohol predovšetkým pomáhajúcim profesiám v školskom prostredí optimálne riešiť online závislosti u žiakov základných a stredných škôl.

### **Otázky do diskusie**

1. Aké sú autorove najbližšie zámery a ciele pri skúmaní a riešení danej problematiky online závislosti v kontexte psychosociálneho fungovania?
2. Ktoré výskumné zistenia vo vlastných výskumoch prispievajú, podľa názoru autora, k pozitívnemu posunu pri riešení online závislostí u detí a mládeže?

### **Záver**

Starostlivé preštudovanie, posúdenie a zhodnotenie habilitačnej práce Mgr. Juraja Holdoša, PhD.

**"Online závislosti v kontexte psychosociálneho fungovania"** ma vedie k týmto záverom:

Habilitačná práca:

- nadväzuje na práce zahraničných aj slovenských odborníkov zaoberajúcich sa predmetnou problematikou a obohacuje slovenskú psychológiu o nové aspekty a nové rozmery
- obsahuje autorove tvorivé poznatky a skúsenosti v danej oblasti, ktoré potvrdzujú jeho teoreticko-metodologickú a odbornú-praktickú spôsobilosť v danom odbore
- má výraznú vedecko-výskumnú, ako aj aplikačnú hodnotu.

**Konštatujem, že predkladaná habilitačná práca Mgr. Juraja Holdoša, PhD. spĺňa kritériá stanovené na tento druh prác. Po posúdení jej odbornej kvality a úrovne, ako aj po zhodnotení požadovaných aktivít uchádzača v rámci habilitačného konania, navrhujem, aby Mgr. Jurajovi Holdošovi, PhD. bol udelený titul „docent“ v odbore psychológia.**

V Bratislave, 9.1.2023

Prof. PhDr. Eva Gajdošová, PhD., oponent