

Recenzja
rozprawy doktorskiej mgr Jolanty Starosty
pt. Affective and cognitive predictors of binge-watching among young adults,
napisanej pod kierunkiem dr hab. Bernadetty Izydorczyk, prof. UJ

We współczesnych, wysoko rozwiniętych społeczeństwach w ślad za postępem cyfrowym i dostępnością różnych platform streamingowych, umożliwiających człowiekowi korzystanie „na żądanie i bez ograniczeń” (poza wniesieniem konkretnej opłaty) z bogatej oferty masowo produkowanych filmów i seriali pojawiły się nowe zjawiska powiązane z tym sposobem spędzania wolnego czasu. W 2013 w publikacjach popularno-naukowych pojawia się określenie binge-watching (jak na razie, termin ten nie znalazł zadowalającego przekładu na język polski), początkowo definiowane jako jednorazowe oglądanie co najmniej dwóch i więcej odcinków serialu. Podobnie jak w wielu innych przypadkach, najpierw klinicyści słuchający pacjentów skarżących się na rozliczne negatywne konsekwencje nadmiernego angażowania się w oglądanie seriali, później badacze zaczęli weryfikować twierdzenie, że występują takie wzorce oglądania, które spełniają kryteria nieadaptacyjnych sposobów angażowania się w jakąś czynność. Poszukiwania odpowiedzi na pytanie o normatywność vs nienormatywność tego typu zachowań podążały w dwóch kierunkach. Jedne koncentrowały się oszacowaniu negatywnych konsekwencji biologicznych, psychologicznych i społecznych częstego i wielogodzinnego oglądania kolejnych odcinków serialu; drugie na zidentyfikowaniu kryteriów nienormatywnego wzorca oglądania, na podstawie ogólnych i specyficznych wskaźników diagnostycznych stosowanych w opisach zespołów zaburzeń obsesyjno-kompulsywnych i/lub różnych zespołów uzależnienia behawioralnego. Po ustaleniu najważniejszych kryteriów różnicujących normatywne i nienormatywne wzorce oglądania seriali badacze przystępują do poznania dystalnych i proksymalnych przyczyn dezadaptacyjnych wzorców zachowania.

Rozprawa doktorska mgr Jolanty Starosty pt. *Affective and cognitive predictors of binge-watching among young adults* podejmuje bardzo aktualne problemy kliniczne i społeczne, których efekty mogą posłużyć trafnemu formułowaniu diagnozy klinicznej i oddziaływaniom profilaktycznym. Dysertacja to trzy opublikowane artykuły w czasopismach naukowych oraz autoreferat, omawiający najważniejsze osiągnięcia naukowe we wskazanym tytule rozprawy obszarze. Artykuły są tematycznie związane z obszarem badań mgr J. Starosty, a dwa z nich prezentują konceptualizację projektów badawczych oraz uzyskane wyniki badań koncentrujące się na wyjaśnieniu znaczenia dysregulacji emocjonalnej w patomechanizmie utrzymywania się problematycznego binge-watchingu. Są to trzy następujące artykuły:

Starosta, J., Izydorczyk, B. (2020). Understanding the phenomenon of binge-watching—A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, doi:3390/ijerph17124469.

Starosta, J., Izydorczyk, B., Wontorczyk, A. (2021). Anxiety-Depressive Syndrome and Binge-Watching Among Young Adults. *Front. Psychology*, 12, 689944. doi: 10.3389/fpsyg.2021.689944

Starosta, J., Izydorczyk, B., Sitnik-Warchulska, K., Lizińczyk, S. (2021). Impulsivity and Difficulties in Emotional Regulation as Predictors of Binge-Watching Behaviours. *Front. Psychiatry*, 12, 743870. doi: 10.3389/fpsyt.2021.743870

Pierwszy artykuł pt. *Understanding the phenomenon of binge-watching—A systematic review*, opublikowany w interdyscyplinarnym czasopiśmie *International Journal of Environmental Research and Public Health* w 2020 roku, autorstwa J. Starosty i B. Izydorczyk (udział J. Starosty określono na 70%) jest poświęcony przeglądowi literatury, który przeprowadzono zgodnie z ogólnymi zasadami Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses-PRISMA. Obejmuje publikowane w latach 2013-2020 wyniki badań naukowych, które zawierały opisy i próby wyjaśnienia genezy zjawiska binge-watchingu w perspektywie klinicznej, socjodemograficznej i psychologicznej. W ostatecznym algorytmie kwerendy użyto dwóch słów kluczowych – „binge-watching” i „binge-viewing” (zrezygnowano ze słowa „addiction”), wyszukano 2373 artykułów, a po zastosowaniu kryteriów włączania i wyłączenia pozostało 29 publikacji spełniających wymagania. Wyłączono z analizy artykuły poświęcone kulturowym i marketingowym uwarunkowaniom binge-watching.

Artykuł odpowiada standardom stawianym przeglądowi wyników badań nad wskazanym obszarem zainteresowań. Mgr J. Starosta i współautorka dokonały zarówno analizy, jak i syntezy podejmowanych w artykułach problemów badawczych, wskazując na różne tematy badań, ich metodologię oraz na rozbieżności uzyskiwanych rezultatów. Warto podkreślić, że próbowały bardziej szczegółowo zanalizować te zagadnienia, które były ważne w planowaniu dalszych badań nad tym zagadnieniem. Obok innych kwestii, wskazały na podejmowane próby, niestety przynajmniej na razie nie zakończone uzgodnieniem definicji i wskaźników binge-watchingu (celem wyodrębnienia istotnych kryteriów wzorców oglądania seriali), tworzenia różnych typologii binge-watcherów, na niską trafność zewnętrzną badań (prawie wszystkie przeprowadzono na studentach) oraz różnorodność stosowanych metod badań, co uniemożliwiało prowadzenie metaanaliz uzyskanych wyników. Stwierdzono, że badania psychologiczne koncentrują się z jednej strony na negatywnych konsekwencjach zdrowotnych, z drugiej na czynnikach osobowościowych współwystępujących z binge-watchingiem. Bardzo interesujące z perspektywy klinicznej, w niewielkim stopniu skomentowane przez Autorki powtarzające się w kilku badaniach wyniki wskazujące na stosunkowo silne związki binge-watchingu z fear of missing out, uzależnieniem od gier wideo czy Internetu. Wyniki te podważają przekonanie, że binge-watching, podobnie jak inne uzależnienia od technologii może być postrzegany jako zachowanie o niezbyt wysokim poziomie szkodliwości społecznej i psychologicznej.

Przegląd badań nad różnymi psychospołecznymi aspektami binge-watchingu stał się solidną podstawą do sformułowania założeń kolejnego projektu badawczego zaprezentowanego w drugim artykule pt. Anxiety-Depressive Syndrome and Binge-Watching Among Young Adults. Został on opublikowany w czasopiśmie *Frontiers in Psychology* w 2021 roku, autorstwa Jolanty Starosty, wraz z dwoma współautorami - B. Izydorczyk i A. Wontarczykiem (udział J. Starosty określono na 60%). We wprowadzeniu artykułu poruszono istotne na podstawie rezultatów badań kwestie rozróżnienia po pierwsze, przyczyn od konsekwencji, po drugie, epizodycznego od problematycznego (nazywanego także uzależnieniem, szkodliwym czy nienoramytnym) binge-watchingu. Rozróżnienie to jest istotne, ponieważ zgodnie z dotychczasową wiedzą z obszaru psychopatologii należy założyć, że inne czynniki osobowościowe i kontekstualne, a co za tym idzie mechanizmy (patomechanizmy) leżą u podłoża pojedynczych epizodów oglądania dwóch lub więcej odcinków serialu na raz niż utrwalonego, powtarzającego się wzorca oglądania seriali. W

wyjaśnieniu uwarunkowań osobowościowych problematycznego binge-watchingu uznano zmienne lęk (jako stan i cecha) i depresję, co zostało nazwane zespołem lękowo-depresyjnym oraz motywację do oglądania (rozrywkowa, radzenia sobie z samotnością, informacyjna, społeczna, spędzenia czasu, uciezkowa). Zbadano on-line 645 osób, między 19-30 rokiem życia, w większości studentki. Analiza ścieżek pokazała, że wartość predykcyjna zespołu lękowo-depresyjnego problematycznego binge-watchingu jest średnia, jednocześnie ulega ona znacznemu osłabieniu przy uwzględnieniu motywacja jako zmiennej pośredniczącej. Zespół lękowo-depresyjny okazał się najsilniejszym predyktorem takich objawów binge-watchingu, jak siła reakcji emocjonalnej, utraty kontroli oraz negatywnych konsekwencji społecznych i zdrowotnych. Wyniki są bardzo interesujące, mogą znaleźć zastosowanie w promocji zdrowia psychicznego i profilaktyce, jednak pozostaje dla mnie niejasne, jaka jest ich wartość wyjaśniająca patomechanizmu utrzymywania się tego typu wzorca oglądania. Nad niektórymi zagadnieniami zastanawiają się także Autorzy artykułu, co można zauważyć w Dyskusji wyników. Po pierwsze, czy zespół lękowo-depresyjny jest przyczyną czy negatywnym skutkiem oglądania, po drugie czy w grupie znalazły się osoby tylko o wysokich wynikach Kwestionariusza Problematycznego Binge-Watchingu? Wnioskuje, co pośrednio można stwierdzić na podstawie charakterystyki badanych (s. 6 artykułu), że grupa jest bardzo heterogeniczna pod względem nasilenia binge-watchingu. Uzasadniona jest zatem hipoteza, którą potwierdzono badaniami nad różnymi uzależnieniami behawioralnymi, że inny jest mechanizm (w tym motywacja) i patomechanizm normatywnego lub szkodliwego, uzależnionego binge-watchingu. Powstaje pytanie, dlaczego Autorzy nie zweryfikowali tej hipotezy na podstawie uzyskanych wyników badań. ⁴

Ostatni artykuł wchodzący w skład dysertacji pt. *Impulsivity and Difficulties in Emotional Regulation as Predictors of Binge-Watching Behaviours* (2021) został także opublikowany w czasopiśmie *Frontiers in Psychology* w 2021 roku. Współautorami artykułu są także B. Izydorczyk, K. Sitnik-Warchulska i S. Lizińczuka (udział J. Starosty określono na 60%). Założenia projektu badawczego odwołują się do twierdzenia, że dysregulacja emocjonalna, zwłaszcza impulsywność jest jednym z głównych czynników ryzyka rozwoju i utrwalania się patomechanizmu uzależnienia od substancji psychoaktywnych i behawioralnych. W omawianym artykule weryfikowano hipotezę o wartości predykcyjnej impulsywności, trudności w regulacji emocji i motywacji do oglądania seriali w sposób problematyczny. Zbadano on-line 645 osób, między 19-30 rokiem życia, w większości

studentki (prawdopodobnie jest to ta sama grupa badanych, co w artykule drugim). Do badania zmiennych użyto metod charakteryzujących się wystarczającym poziomem dobroci psychometrycznej. Zastosowano analizę regresji metodą krokową dzięki czemu stwierdzono, że problematyczny binge-watching wyjaśniają takie zmienne, jak: trudności kontroli impulsów, brak przezorności oraz motywacja związana ze spędzeniem wolnego czasu, obniżeniem poczucia samotności, poszukiwanie informacji i rozrywkowa. Okazały się one stosunkowo słabymi predyktorami liczby oglądanych odcinków podczas jednej sesji oraz częstości sesji binge-watchingu w miesiącu. Biorąc pod uwagę konfigurację istotnych predyktorów różnych przejawów problematycznego oglądania seriali można wnioskować, że nie tyle impulsywność (uwarunkowana w znacznej mierze biologicznie i temperamentalnie), co raczej trudności w regulacji emocji, polegające na braku świadomości przeżywanych emocji, trudności z kontrolą impulsów, deficytach strategii regulacji emocjonalnej i braku przezorności stanowią o problematycznym korzystaniu z platform streamingowych.

Moje wątpliwości i pytania dotyczą pewnych kwestii, głównie tych, które wydają się ważne z perspektywy dalszych badań nad zjawiskiem normatywnego i nienormatywnego binge-watchingu. Zastanawiam się nad zasadnością rozdzielenia w obu prezentowanych badaniach, a co za tym idzie w metodzie pomiaru, istoty i konsekwencji binge-watchingu od pomiaru zachowań binge-watchingowych, czyli liczby oglądanych odcinków serialu i częstotliwość sesji. Pojawia się pytanie, **co** mierzy kwestionariusz problematycznego binge-watchingu, na podstawie którego ocenia się cechy i konsekwencje psychospołeczne oglądania, bez wiedzy o liczbie oglądanych odcinków i częstotliwości tychże zachowań i odwrotnie, **co** szacuje się, gdy mierzy się tylko liczbę oglądanych odcinków i częstotliwość sesji? Chociaż definicja i kryteria wyodrębnienia normatywnego vs nienormatywnego binge-watchingu wydaje się trafna to nie znajduje ona pełnego odzwierciedlenia w konstrukcji metody oraz jej zastosowania.

Podzielam przyjęte w projektach badawczych założenia o różnych ścieżkach rozwoju psychopatologii, także w przypadku oglądania seriali. Zatem w świetle hierarchicznej taksonomii psychopatologii (por. HiTOP), z pewnym uproszczeniem mogę przyjąć, że oba projekty badawcze dotyczyły weryfikacji związków dysregulacji emocjonalnej, polegającej na hamowaniu (tendencja do internalizacji problemów – w stanach lękowych i depresyjnych) lub impulsywności (tendencje do eksternalizacji problemów). Pojawia się pytanie, dlaczego w pierwszym i drugim badaniu inaczej potraktowano zmienną „motywacja oglądania”,

choć graficzne przedstawienie struktury zmiennych było takie samo (por. Rys 1 i 1 w artykułach). W przedstawionym Autoreferacie zabrakło wyjaśnienia zmiany postawionego problemu badawczego lub odniesienia się do tego zagadnienia w dyskusji wyników badań i podsumowaniu Autoreferatu.

Podsumowując, pozytywnie oceniam rozprawę doktorską mgr Jolanty Starosty pt. *Affective and cognitive predictors of binge-watching among young adults*, na którą składają się trzy opublikowane artykuły w czasopismach naukowych oraz autoreferat. Oceny takiej dokonują na podstawie przesłanek merytorycznych, doceniając jednocześnie odwagę Autorki w wyborze słabo opracowanej i mało znanej, acz interesującej i ważnej społecznie i klinicznie problematyki badawczej. Ważna jest kolejność publikowanych artykułów, która stanowi odzwierciedlenie dobrego warsztatu naukowego mgr J. Starosty, najpierw przegląd literatury, na jego tle formułowanie założeń projektu badawczego i ich empiryczna weryfikacja. Zaobserwowałam coraz większą trafność mgr J. Starosty i współautorów w definiowaniu zjawiska binge-watchingu. W kolejnych artykułach formułowano coraz bardziej precyzyjne, odwołujące się do literatury z obszaru uzależnień behawioralnych definicje normatywnych i nienormatywnych sposobów oglądania seriali. Zaproponowana w ostatniej publikacji definicja zawiera trafne przesłanki różnicowania normy od patologii, odwołujące się do najistotniejszych klinicznych kryteriów diagnostycznych. Wskazuje to na wnikliwość badaczki i przykładanie należytej uwagi do konstruowania własnych oraz korzystanie tylko z odpowiednio trafnych i rzetelnych narzędzi badawczych. Pozytywnie oceniam konceptualizację, operacjonalizację zmiennych oraz analizę wyników badań w dwóch projektach badawczych o charakterze eksploracyjnym, które w głównej mierze powstały dzięki wkładowi mgr J. Starosty. Warto podkreślić, że rezultaty badań stały się podstawą tworzenia wiedzy o psychologicznych uwarunkowaniach problematycznego binge-watchingu, która może być wykorzystana w działaniach prewencyjnych i profilaktycznych w zakresie zdrowia psychicznego młodych dorosłych. Dobrze przygotowanie do prezentacji badań naukowych znajduję w autoreferacie mgr J. Starosty. Doktorantka w sposób analityczny przedstawiła swój dorobek naukowy zawarty w trzech artykułach, co potwierdza przygotowanie do samodzielnego prowadzenia badań naukowych. Wydaje się jednak, że samo podsumowanie osiągnięć jest zbyt ogólnikowe, próba zestawienia otrzymanych rezultatów wskazuje na bardziej konkretne ścieżki poszukiwań w zakresie patomechanizmu utrzymywania się problematycznego binge-watchingu.

Biorąc pod uwagę, zarówno pozytywną ocenę, jak i uwagi krytyczne stwierdzam, że dysertacja doktorska pt. *Affective and cognitive predictors of binge-watching among young adults*, składająca się z trzech opublikowanych w czasopismach naukowych artykułów oraz autoreferatu osiągnięć naukowych spełnia warunki określone w art.13.1 ustawy z dnia 14 marca 2003 roku o stopniach naukowych i tytule naukowym. Z całym przekonaniem wnoszę o dopuszczenie mgr Jolanty Starosty do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

Poznań, dn. 21.01.2022

