



Uniwersytet  
**ŁÓDZKI**

Wydział Nauk o Wychowaniu

Instytut Psychologii

Aleja Rodziny Scheiblerów 2 90-128 Łódź

tel: (0-42) 635-6659

Prof. dr hab. Nina Ogińska-Bulik  
Instytut Psychologii UŁ

**Rada Naukowa Instytutu Psychologii  
WNS Uniwersytetu Śląskiego**

Recenzja osiągnięcia naukowego zatytułowanego *Rozregulowane odżywianie w ujęciu kryteriów domeny badawczej: Rozumienie procesów motywacyjno-emocjonalnych przez pryzmat uzależnień*, związanego z postępowaniem habilitacyjnym dr Moniki Stojek

Dr Monika Stojek ukończyła studia w zakresie psychologii w USA (najpierw w roku 2006 Bachelor of Science, a następnie w roku 2010 Master of Science na Kennesaw State University, Georgia). Doktorat z filozofii w zakresie psychologii klinicznej otrzymała na Wydziale Psychologii University of Georgia, Athens w USA, w 2015 roku za pracę zatytułowaną *Stress, cues, and relative reinforcing value of food: An addiction model of disregulating eating*.

Habilitantka jest profesorem Uczelni i kierownikiem Laboratorium Traumatyzacji, Zdrowia i Odżywiania w Instytucie Psychologii Uniwersytetu Śląskiego. Jest także profesorem w Department of Psychiatry and Behavioral Sciences Emory School of Medicine Atlanta, Georgia, w USA. W latach 2014-2015 była rezydentką Konsorcjum Medycznego University of Georgia oraz Szpitala Weteranów Sił Zbrojnych (Georgia, Augusta, USA).

Dr Stojek była stypendystką (w latach 2011-2014), wykonawczynią (w latach 2009-2012) projektów realizowanych na Wydziale Psychologii Georgia University w USA, a także kierownikiem projektu realizowanym na tejże uczelni (lata 2012-2014) zatytułowanym *Stress, Cues and Relative Reinforcing Value of Food: An addiction Model*.

## **Dorobek naukowy**

Dorobek naukowy dr Stojek obejmuje łącznie 36 publikacji. Po doktoracie zostały opublikowane 22 prace (20 artykułów i dwa rozdziały w międzynarodowych podręcznikach), z tego dziewięć wchodzi w skład cyklu. Liczba cytowań wszystkich tekstów (według Google Scholar) przekracza 2200, a indeks Hirscha wynosi 24.

Należy także wskazać na udział dr Moniki Stojek w projektach międzynarodowych realizowanych głównie w USA. Aktualnie Habilitantka jest kierownikiem projektu (grant OPUS w ramach NCN): „Związek pomiędzy symptomami PTSD, zachowaniami żywieniowymi i zdrowiem fizycznym: korelaty zapalne, kardiometaboliczne i psychofizjologiczne”. Habilitantka prezentowała także referaty i plakaty, głównie na międzynarodowych konferencjach naukowych.

Na osiągnięcie naukowe zatytułowane *Rozregulowane odżywianie w ujęciu kryteriów domeny badawczej: Rozumienie procesów motywacyjno-emocjonalnych przez pryzmat uzależnień* składa się cykl 9 artykułów opublikowanych w latach 2017-2022. Wszystkie zostały przygotowane we współautorstwie, a udział Habilitantki w opracowaniu poszczególnych tekstów był zróżnicowany. Dr Stojek była pomysłodawczynią i pierwszą autorką siedmiu z nich.

Wśród publikacji wchodzących w skład cyklu dwa artykuły mają charakter teoretyczny, a siedem prezentuje wyniki badań własnych. Wszystkie teksty zostały zamieszczone w zagranicznych czasopismach, w większości mających charakter specjalistyczny (jak np. *Nutrients*, *Appetite*, *Journal of Abnormal Psychology*), charakteryzujących się (poza jednym) wysoką punktacją i wysokim IF. Łączna liczba punktów z publikacji wchodzących w skład cyklu (zgodnie z punktacją MNiSW) wynosi 1080.

Publikacje powstały w efekcie współpracy naukowej, głównie międzynarodowej. Poruszana w nich problematyka dotyczy zaburzeń odżywiania i uzależnień, z uwzględnieniem czynników motywacyjnych, takich jak negatywna emocjonalność, wyuczone reakcje na bodźce czy procesy podejmowania decyzji oraz i stresu i traumy. Prowadzone badania odnoszą się do rozregulowanego odżywiania się z perspektywy neurobiologicznej teorii uzależnienia.

Habilitantka w swoich pracach posługuje się terminem rozregulowane odżywianie się. Określenie to traktuje jako pojęcie zbiorcze, które odnosi się do problematycznego jedzenia, wiążącego się z negatywnymi konsekwencjami (przyrost masy ciała, pogorszenie stanu zdrowia zarówno fizycznego jak i psychicznego) oraz do zachowań związanych z zaburzeniami odżywiania. Terminem *rozregulowane odżywianie* Habilitantka obejmuje utratę

kontroli nad jedzeniem, napadowe objadanie się, uzależnienie od jedzenia czy jedzenie pod wpływem emocji. Dr Stojek oparła swoje podejście do problemu rozregulowanego odżywiania na modelu poznawczo-behawioralnym (CBT), który jest także podstawą leczenia zaburzeń odżywiania, na teorii utraty kontroli nad jedzeniem oraz neurobiologicznej teorii uzależnień, która odwołuje się do badań opartych na neuro-obrazowaniu i pracy obwodów neuronalnych w ustaleniu mechanizmów utraty kontroli nad jedzeniem.

Habilitantka uwzględniła podejście do badania diagnoz psychologicznych opartych na danych empirycznych, zgodnie z którym konstrukty psychopatologiczne można mierzyć używając „jednostek analizy” na poziomie behawioralnym, neurobiologicznym czy genetycznym w zakresie sześciu domen. W pierwszym artykule, opublikowanym w roku 2022 w *Current Addiction Reports* (**“Examination of individual differences in susceptibility to food addiction using Alcohol and Addiction Research Domain Criteria (AARDoC): recent findings and directions for the future”**), Habilitantka zaproponowała to podejście w odniesieniu do cyklu przejawiającego się w uzależnieniach.

Przedmiotem analiz dr Moniki Stojek w zakresie rozregulowanego odżywiania jest zagadnienie znaczenia bodźców, co może być także istotnym wskaźnikiem powodzenia w leczeniu zaburzeń odżywiania. Znaczenie bodźców zostało ujęte w postaci stronniczości uwagi oraz względnej wzmacniającej wartości jedzenia.

Znaczenie stronniczości uwagi jest rozumiane jako skłonność do kierowania uwagi na bodźce, które nabierają szczególnego znaczenia (głównie w wyniku wcześniejszych procesu warunkowania). Zagadnieniu temu poświęcony jest drugi artykuł wchodzący w skład cyklu z roku 2018 opublikowany w czasopiśmie *Appetite* (**„A systematic review of attentional biases in disorders involving binge eating”**), który jest przeglądem literatury dotyczącym stronniczości uwagi u osób, które doświadczają utraty kontroli nad jedzeniem. Przeprowadzony przegląd badań pozwolił Habilitantce na wyciągnięcie wielu wniosków, w tym tego, że osoby stosujące zachowania kompensacyjne w sytuacji utraty kontroli nad jedzeniem charakteryzują się innym przebiegiem procesów poznawczych. I tak, u osób z bulimią znaczącymi są bodźce związane z wagą lub kształtem ciała i bodźce zagrażające. Z kolei, osoby bez zachowań bulimicznych kierują swoją uwagę na nagradzające właściwości pokarmów, czyli przejawiają stronniczość w kierunku wysokokalorycznych pokarmów.

Względna wzmacniająca wartość jedzenia może być oceniana różnymi wskaźnikami, które określają ilościowo jak daleko osoba jest gotowa posunąć się żeby zdobyć dany produkt, zanim wysiłek, który włoży w jego zdobycie przeważy jego wartość. W artykule trzecim, opublikowanym w roku 2017 w czasopiśmie *Clinical Psychology Review* (**„Relative reinforcing value of food and delayed reward: discounting in obesity and disordered eating: A systematic review”**), Habilitantka przedstawia systematyczny przegląd literatury

dotyczący tego zagadnienia w kontekście otyłości oraz rozregulowanego jedzenia. Wynika z niego m. in., że względna wzmacniająca wartość jedzenia jest jednym z czynników sprzyjających otyłości. W artykule tym zwrócono także uwagę na tzw. dyskontowanie czasu w kontekście otyłości i zaburzeń odżywiania, odnoszące się do tego, jak szybko dana nagroda traci na wartości wraz z upływem czasu.

Dokonane przeglądy badań pozwoliły Habilitantce nie tylko na potwierdzenie użyteczności znaczenia bodźców w identyfikowaniu osób z problematycznymi nawykami żywieniowymi, ale także na dostrzeżenie pewnych luk w dotychczasowej wiedzy i zaprojektowanie badań, które miały na celu poszukiwanie powiązań między znaczeniem bodźców rozregulowanym odżywianiem i podwyższoną masą ciała. Uwzględniła w nich także znaczenie impulsywności, stresu i traumy w rozregulowanym odżywianiu.

W badaniach, których wyniki zamieszczono w czwartym artykule, opublikowanym w 2018 roku w *Journal of Abnormal Psychology* („**Negative urgency moderates human laboratory stress reactivity**”) sprawdzono, czy negatywna popędliwość jest powiązana z silniejszą reakcją emocjonalną w odpowiedzi na manipulację laboratoryjną oraz czy poziom negatywnej popędliwości moderuje związek między efektami stresu a względną wzmacniającą wartością alkoholu lub jedzenia. Uzyskane wyniki wskazały, że u osób w większym stopniu konsumujących alkohol, tendencja do pochopnych działań w interakcji ze stresem przekłada się na większą gotowość zdobycia alkoholu, niezależnie od ceny. Nie zaobserwowano tego zjawiska w próbie zdrowych studentów bez kompulsywnych zachowań żywieniowych.

Testowano także czy impulsywność, w tym popędliwość, wiąże się z otyłością poprzez mechanizm uzależnienia od jedzenia. Wyniki badań opublikowano w artykule piątym, zamieszczonym w roku 2017 w czasopiśmie *Appetite* („**Multidimensional assessment of impulsivity in relation to obesity and food addiction**”). Potwierdziły one, że popędliwość była pozytywnie powiązana z uzależnieniem od jedzenia, które z kolei pośredniczyło w związku z otyłością. Jednocześnie wykazano, że popędliwość nie była powiązana z otyłością w sytuacji, gdy w modelu nie uwzględniono zmiennej w postaci uzależnienia od jedzenia. Pozwoliło to autorom na sformułowanie wniosku, że uzależnienie od jedzenia może być mechanizmem, który łączy predyspozycje temperamentalne, a głównie tendencje do pochopnego działania, z podwyższoną masą ciała.

Wyniki badań dotyczące emocjonalnego jedzenia w kontekście utraty kontroli nad jedzeniem zaprezentowano w artykule szóstym, opublikowanym w roku 2017 w *International Journal of Eating Disorders* („**Associations of adolescents emotional and loss of control eating with 1-year changes in disorders eating, weight, and adiposity**”). Wykazano, że u młodzieży, która doświadczała utraty kontroli nad jedzeniem w pierwszym

pomiarze, jedzenie pod wpływem emocji pozwalało na przewidywanie wzrostu masy ciała, odsetka tłuszczu i wzrost objawów zaburzeń odżywiania w drugim pomiarze.

Habilitantka prowadziła także badania dotyczące traumy w kontekście zachowań żywieniowych. Artykuł siódmy, opublikowany w roku 2019 w czasopiśmie *Appetite* („**Association of childhood trauma with food addiction and insulin resistance in African-American women with diabetes mellitus**”), przedstawia wyniki badań odnoszące się do związku między traumą dziecięcą, uzależnieniem od jedzenia a insulinoodpornością u osób z cukrzycą typu 2.

W drugim badaniu dotyczącym tej problematyki postawiono sobie za cel sprawdzenie uzależnienia od jedzenia u osób z PTSD pod względem różnic płciowych i korelatów, takich jak wskaźnik masy ciała, utrata kontroli nad jedzeniem, zachowania kompensujące objadanie się w postaci wywoływania wymiotów, nadmiernych ćwiczeń. Wyniki zaprezentowano w artykule ósmym, opublikowanym w roku 2021 w czasopiśmie *Nutrients* (“**Investigating sex differences in rates and correlates of food addictions status in women and men with PTSD**”). Dostarczyły one danych wskazujących, że osoby z PTSD i uzależnieniem od jedzenia miały wyższą masę ciała i wykazywały bardziej rozregulowane odżywianie oraz doświadczały bardziej dotkliwych symptomów PTSD i depresji w porównaniu do osób z PTSD, ale bez uzależnienia od jedzenia.

Przedmiotem badań Habilitantki było także znaczenie subiektywnego statusu społecznego wśród osób identyfikujących się jako mniejszości etniczne. Celem badań było ustalenie związków pomiędzy statusem społecznym, uzależnieniem od jedzenia oraz masą ciała w grupie osób pochodzących z mniejszości etnicznych. Wyniki zaprezentowano w artykule dziewiątym wchodzącym w skład cyklu “**Subjective social status is associated with disregulated eating behaviors and greater body mass index in an Urban predominantly Black and low-income sample**”, zamieszczonym w czasopiśmie *Nutrients* w roku 2021. Wyniki wskazały, że jednostki z niższym subiektywnym statusem społecznym (statusem odbieranym w swojej społeczności) ujawniały więcej symptomów uzależnienia od jedzenia i wyższy wskaźnik masy ciała.

Ogólnie przygotowane publikacje rozszerzają wiedzę w zakresie problematyki rozregulowanego odżywiania się, uzależnienia od jedzenia i otyłości, zarówno wśród kobiet jak i mężczyzn. Wskazały także na znaczenie procesów poznawczych, impulsywności negatywnej emocjonalności, stresu i traumy. Wyniki mają istotne znaczenie dla praktyki i mogą być przydatne w zakresie leczenia zaburzeń odżywiania, jak i programach interwencyjnych skierowanych na redukcję masy ciała. Wskazują na potrzebę uwzględnienia zmiennych psychologicznych, w tym przeżywanych emocji, stresu, doświadczeń traumatycznych i ich konsekwencji w postaci PTSD w tych interwencjach.

Habilitantka wskazuje, że atutem Jej dorobku naukowego jest prowadzenie badań w różnych grupach klinicznych (weterani wojenni, osoby chore na cukrzycę, osoby reprezentujące mniejszość etniczną), co pozwoliło na uogólnianie wniosków.

Wyniki badań zaprezentowane w opublikowanych artykułach wchodzących w skład cyklu stały się podstawą wytyczenia kolejnego celu badawczego, realizowanego w ramach projektu zatytułowanego „Związek między symptomami PTSD, zachowaniami żywieniowymi i zdrowiem fizycznym: Korelaty zapalne, kardiometaboliczne i psychofizjologiczne, który został sfinansowany przez NCN w konkursie OPUS 21. Z tego obszaru opracowano dwa artykuły, które są w recenzji, a kolejne trzy są w przygotowaniu.

### **Inny dorobek naukowy**

Dr Monika Stojek, oprócz artykułów wchodzących w skład cyklu związanego ze staraniami o stopień dr habilitowanego, posiada w swoim dorobku naukowym także inne publikacje. Dotyczą one efektywności terapii popartych dowodami naukowymi odnoszących się do PTSD oraz wdrażania programów interwencyjnych (dwa rozdziały w monografiach i dwa artykuły w międzynarodowych czasopismach), analiz nad biologicznymi i psychologicznymi korelatami zaburzeń związanych z traumą, będących efektem badań przeprowadzonych wśród weteranów amerykańskich sił zbrojnych (dwa artykuły), testowania modelu regulacji emocji i modelu interpersonalnego utraty kontroli nad jedzeniem w grupie dzieci i młodzieży (trzy artykuły), roli więzi społecznych w zaburzeniach odżywiania wśród studentek zamieszkujących wspólnie (jeden artykuł), fizycznych i psychologicznych korelatów funkcjonowania poznawczego u dzieci z nadwagą (jeden artykuł).

Podsumowując publikacje wchodzące w skład cyklu oraz pozostały dorobek naukowy dr Moniki Stojek należy wskazać, że stanowi on istotny wkład w rozwój dziedziny nauk społecznych w zakresie dyscypliny psychologia. Na podkreślenie zasługuje:

- przeprowadzenie badań o charakterze interdyscyplinarnym prowadzonych w zespołach międzynarodowych;
- analiza stosunkowo rzadko podejmowanego na gruncie polskim zagadnienia, jakim jest rozregulowane odżywianie;
- przygotowanie wysokopunktowanych publikacji o zasięgu międzynarodowym;
- przygotowanie tekstów teoretycznych, opartych na przeglądzie badań, będących następnie podstawą badań;
- możliwość aplikacji uzyskanych rezultatów badań (poprzez projektowanie interwencji psychologicznych), co w efekcie może przyczynić się do zwiększenia efektywności terapii prowadzonych wśród osób z zaburzeniami odżywiania, uzależnionych od jedzenia czy zmagających się z PTSD.

Należy także wskazać na pewne niedostatki dorobku naukowego, stanowiącego podstawę starań o uzyskanie stopnia doktora habilitowanego, którymi, według mojej opinii, są:

- tytuł osiągnięcia naukowego, moim zdaniem nie brzmi najlepiej (sądzę, że nie jest zbyt komunikatywny i nie oddaje istoty wszystkich analizowanych zagadnień);
- brak w autoreferacie modelu teoretycznego ujmującego łącznie zaprezentowane zagadnienia, wskazującego na znaczenie procesów poznawczych, emocji, stresu, doświadczeń traumatycznych dla rozregulowanego jedzenia, co w efekcie sugeruje pewien brak spójności prezentowanej problematyki;
- duże zróżnicowanie badanych grup, co moim zdaniem, przy dużej ilości uwzględnionych zagadnień, utrudnia uogólnianie wyników;
- brak przynajmniej jednej pracy przygotowanej samodzielnie.

### **Działalność dydaktyczna, organizacyjna oraz popularyzująca naukę**

Po ukończeniu doktoratu dr Monika Stojek pracowała w trzech placówkach w USA, w tym w charakterze wykładowcy na University of Georgia (w latach 2008-2014). Obecnie, oprócz etatu na Uniwersytecie Śląskim, jest zatrudniona na Wydziale Psychiatrii Emory University School of Medicine w USA.

W USA realizowała różne kursy akademickie głównie na University of Georgia, w tym *Abnormal Psychology*, *Eating disorders*, *Obesity*, *Food addiction*, a także w innych miejscach m. in. *Developmental Psychology*. Ponadto prowadziła wykłady i warsztaty dla rezydentów psychiatrii, studentów medycyny i innych.

W Polsce pełniła funkcję wykładowcy na Uniwersytecie SWPS w Warszawie w ramach programu *Psychology of English* (2018, 2020), a także seminaria z elementami treningu, w tym *PTSD Diagnosis and Treatment*. Aktualnie prowadzi kursy dla magistrantów i doktorantów na Uniwersytecie Śląskim, w tym m. in. wykłady (Pomoc psychologiczna i Psychiatria) oraz seminaria. Prowadzi laboratorium (Trauma, Health and Eating Lab), w którym wspiera dydaktycznie magistrów i doktorów realizujących grant badawczy.

Jest promotorem pomocniczym w trzech doktoratach.

Dr Monika Stojek sprawowała różne funkcje organizacyjne, głównie w USA, w tym uczestniczyła w dwóch komitetach organizacyjnych narodowej fundacji non-profit *Wounded Warrior Project* – sieci centrów akademickich, które specjalizują się w poprawie zdrowia psychicznego weteranów i żołnierzy amerykańskich sił zbrojnych. Recenzowała artykuły zamieszczane w zagranicznych czasopismach (*Appetite*, *Journal of Public Health*, *Plos One*, *Eating Behaviors*, *Obesity*, *Nutrients*, *Mental Health Science*) oraz pełniła funkcję członka komitetu redakcyjnego czasopisma *Mental Health Science*.

Prowadzi także ożywioną działalność mającą na celu promowanie nauki; uczestniczyła m. in. w Śląskim Festiwalu Nauki w Katowicach (2021), w EuroScience Open Form (2024); udzielała wywiadów. Współpracuje z innymi ośrodkami, w tym z naukowcami z Centrum Badawczym Nowych Technik Genomowych Uniwersytetu Śląskiego oraz Instytutu Biologii, Biotechnologii i Ochrony Środowiska.

Dr Monika Stojek prowadzi także działalność praktyczną. Specjalizuje się w zakresie terapii poznawczo-behawioralnej (akredytacja Amerykańskiego Zarządu Profesjonalnej Psychologii). Praktykę kliniczną realizuje m. in. w Anxiety and Trauma Clinic of Atlanta w USA, prowadząc terapię poznawczo-behawioralną dla osób z diagnozami PTSD, zaburzeń obsesyjno-kompulsywnych, lekowych i zaburzeń związanych z kompulsywnym objadaniem się.

### **Podsumowanie i konkluzja**

Podsumowując uznaję, że dorobek naukowy dr Moniki Stojek, obejmujący zarówno wskazane osiągnięcie naukowe w postaci cyklu dziewięciu artykułów naukowych, jak i pozostałe publikacje, jest wystarczający do nadania stopnia dr habilitowanego. Wnosi on istotny wkład w rozwój dziedziny nauk społecznych w dyscyplinie psychologia. Wszystkie publikacje wchodzące w skład cyklu mają zasięg międzynarodowy.

Habilitantka spełnia kryteria Rozporządzenia Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego stawiane osobom ubiegającym się o nadanie stopnia doktora habilitowanego. Posiada stopień doktora. Wykazała się istotną aktywnością naukową w więcej niż jednej uczelni. Uczestniczyła w międzynarodowych konferencjach naukowych. Jest członkiem organizacji i towarzystw naukowych, odbyła staże w zagranicznych ośrodkach naukowych, prowadziła i nadal prowadzi współpracę międzynarodową, a także uczestniczyła oraz kierowała/kieruje projektami badawczymi.

W związku z powyższym wnoszę do Rady Naukowej Instytutu Psychologii Uniwersytetu Śląskiego o nadanie dr Monice Stojek stopnia doktora habilitowanego nauk społecznych w zakresie psychologii.

Łódź, 6.02.2025

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Noj' followed by a long, sweeping horizontal stroke that ends in a small loop.