

## **РЕЦЕНЗИЯ**

**От Професор Радка Иванова Масалджиева, дм**  
**Катедра „Управление на здравни грижи“**  
**Факултет по обществено здраве, Медицински университет -**  
**Пловдив**

на дисертационен труд за присъждане на образователната и  
научна степен **'доктор'**

по научна специалност: 3.2. Психология  
(Психология на здравето)

**Автор: Петя Вескова Пандурова**

на тема: „ Психосоциални корелати на наднорменото тегло и  
затлъстяването“

СУ „СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ“, ФИЛОСОФСКИ ФАКУЛТЕТ  
КАТЕДРА „ОБЩА, ЕКСПЕРИМЕНТАЛНА, РАЗВИТИЙНА И ЗДРАВНА  
ПСИХОЛОГИЯ“

**Научен ръководител:** проф. д.пс.н. Соня Карабельова

### **Кратки професионално-биографични данни за докторанта**

Петя Вескова Пандурова е бакалавър по психология от Нов Български Университет, София и магистър по психология на здравето от Софийски университет „Св. Климент Охридски“. От следдипломното си обучение в България и чужбина тя има придобита квалификация на психодрама-терапевт и обучение по Интегрални констелации и техники, както и обучение за работа с TEMAS - методика за изследване на когнитивни, личностни и афективни функции при деца и юноши. 2012 г.- 2013 г. придобива опит като консултант при нарушения на храненето. От 2014 г. до момента работи като психолог и психотерапевт. От 2019 година тя е докторант по Психология на здравето в Софийски университет „Св. Климент Охридски“.

Научно-изследователската дейност на Петя Пандурова от последните години показва траен интерес към хранителното поведение и промяната на поведението. Представена е информация за участие в два научни проекта и два научни форума с три научни съобщения. Минималните национални изисквания за образователната и научна степен „доктор“ за областта на докторантурата, според Правилника за прилагане на Закона за развитието на академичния състав в Република България, изискват 30 точки. В автореферата докторантката е описала публикации, които носят общо 33.3 точки, като две от публикациите са „под печат“.

### **Актуалност и значимост на темата**

Тематиката на представения научен труд се разполага в рамките на здравното поведение и неговите последствия и в конкретния случай – психосоциални измерения на затлъстяването и наднорменото тегло. В психологията на здравето хранителното поведение и теглото могат да бъдат разположени върху континуум от здравословно до рисково хранене или разстройства на храненето/ и от нормално до под- или наднормено тегло, със съответните здравни рискове и последици – добро здраве или заболявания.

Затлъстяването е сред значимите проблеми на общественото здраве заради високата си честота и добре установената в проучвания връзка със сериозни хронични заболявания, сред които хипертония и други сърдечно-съдови заболявания, метаболитни нарушения, артрит, ракови болести и нарушения на съня (Clark & Goldstein, 1995).

В биопсихосоциалния модел на здравето - концептуална основа на психологията на здравето, здравето и болестта имат биологични, психологически и социални компоненти и диагностиката, лечението и превенцията трябва да вземат предвид и трите аспекта. Здравето зависи от нагласи, емоции и личностни характеристики. Представеният за обсъждане дисертационен труд на Петя Вескова Пандурова отчита биопсихосоциалната перспектива и поставя и търси отговор на важни въпроси относно наднорменото тегло и затлъстяването. Актуалността и значимостта на описаната проблематика и необходимостта от нейното научно проучване са добре аргументирани от докторантката. Темата на

дисертацията и нейното проучване могат да допринесат за по-ефективни програми за промяна на здравното поведение, както и за успешна психотерапия при проблеми с хранителното поведение и теглото.

**Познаване на проблема.** Замисълът, обосновката, организацията и интерпретацията на проучването, в основата на дисертацията на Пандурова, показват убедително много добро запознаване на докторантката с разработвания проблем. Той е описан и анализиран теоретично и проучен експериментално – с впечатляваща задълбоченост. В психологията и психологията на здравето затлъстяването е многофакторен проблем, който може да бъде успешно проучван само с релевантен научен дизайн, разработен след детайлно запознаване със съществуващите до момента постижения и проблемни области. Пандурова е представила цялостен и изчерпателен преглед и на постиженията, и на трудностите за изследване на наднорменото тегло и факторите, които влияят върху него. Дизайнът на този научен труд отговаря на изискванията за психологическо проучване на проблем с такава специфика – с множество налични подходи за анализа му и голям брой влияещи фактори. Към наднорменото тегло и затлъстяването е подходено през призмата на екоповеденческия подход, който позволява обединяване на психологически и социални аспекти при изследване на здравното поведение – в конкретния случай – храненето и физическата активност. Конструктите, заемащи важно място в проблематиката на дисертацията, са представени подробно в литературния обзор, в подбраната методика, както и в обработката и интерпретацията на резултатите.

Докторантката показва и много добро познаване на скалите за измерване и оценка на хранителното поведение, физическата активност и фактори със значимо влияние върху тях, прилагани в проведените до момента научни изследвания, както и изискванията за приложение на психометрични инструменти и обработка на получените резултати.

#### **Методика на изследването**

Теоретичният изследователски модел, представящ заложените в изследването променливи, включва факторите, за които се предполага влияние върху хранителното поведение и физическата активност, като

ведещи поведенчески компоненти, свързани с наднорменото телесно тегло. Този модел позволява хипотетизиране на връзки между анализирани психологически, социални и средови фактори.

Дизайнът на проучването е подробно описан. Той е внимателно обмислен, последователен и балансиран. Етапите на експерименталната процедура са подробно описани.

Осъществено е пилотно проучване на 562 изследвани лица с основна цел валидиране на инструментариума и тестване на теоретичния модел и последващо основно емпирично проучване на 712 изследвани лица, с помощта на интернет платформата „Google forms“ и на хартиен носител, което позволява обхващане на респонденти с различни характеристики. Изследваните лица са подходящо подбрани и групирани на основа социодемографски характеристики, което благоприятства възможността да се правят валидни изводи от проучването.

Методите обхващат: Два въпросника, разработени за конкретните цели на дисертационното проучване и оптимизирани след пилотното проучване; 1. *Въпросник за хранително поведение и физическа активност* и 2. *Въпросник за социална подкрепа на здравословен стил на живот* (Пандурова & Карабелъова, 2022), както и 3. Въпросник за убежденията за наднорменото тегло (Wamsteker et al. 2005); 4. Холандски въпросник за хранително поведение (DEBQ, van Strien et. al., 1986); 5. Ревизирана българска версия на Въпросник за генерализирана Аз-ефикасност (Schwarzer & Born, 1997; Stamova et al., 1993); 6. Кратка версия на въпросник за личностните черти (BFI, John & Srivastava, 1999; Стоянова & Карабелъова, 2020); 7. Аналогова скала за ранжиране на силуети (Thompson & Gray, 1995); 8. Въпросник за подкрепа на здравословния стил на живот от околната средата (Пандурова & Карабелъова, 2022) 9. Скала за удовлетвореност от живота (SWLS, Pavot & Diener, 1993; Иванова, 2011).

Подборът на методи показва изключително сериозно отношение към поставената цел и професионален подход към проучването на проблема.

Използваните статистически методи са впечатляващо богат набор и съответстват на събраните данни и целите. Приложени са методи за проучване на психометричните характеристики на въпросниците, включително факторен анализ; корелационни анализи; стъпков регресионен анализ; тестове за сравнение на формираните групи от респонденти и съответно за проучване ефекта на социодемографските фактори върху основните променливи. Изборът и цялостното приложение на тези методи демонстрира висока статистическа грамотност.

### **Характеристика и оценка на дисертационния труд и приносите**

Представеният дисертационен труд съдържа 186 страници, с 32 таблици и 34 графики и 37 страници - използваната литература и приложение. Приложението съдържа изследователския инструментариум – 11 скали. Литературата е главно на английски език – 305 източника и 18 заглавия на български език. Съдържанието е организирано в три глави - обзор, емпирични изследвания и резултати; обобщение и заключение, литература и приложение.

Литературният обзор е фокусиран върху: 1. Разпространението на затлъстяването и наднорменото тегло и тенденциите в него; 2. Наднорменото тегло като рисков фактор за заболявания; 3. Теоретични схващания за затлъстяването и наднорменото тегло. Представени са публикации, в които се дискутират модели и тенденции във връзка с наднорменото тегло и затлъстяването, хранителното поведение и физическа активност, както и подходите за тяхното проучване. Анализирани са психосоматичната теория, теориите за външния ефект и за когнитивно ограниченото хранене; спираловиден и екологичен модел, както и хомеостатична теория за наднорменото тегло и затлъстяването и моделът „стрес – възнаграждение“ . Прегледът на литературни източници е логично структуриран, задълбочен и последователен и демонстрира добросъвестно и мотивирано запознаване с темата. Впечатляваща е способността на докторантката за анализиране, съпоставяне, обобщаване и извеждане на важни изследователски проблеми, за включване в анализа на множество

понятия и модели, както и за точно използване на препратки, които позволяват по-пълноценното възприемане на текста.

Запознаването с теоретичните възгледи за проучваната проблематика дава основание за извеждане на пет хипотези по отношение на социодемографски влияния върху хранителното поведение и физическата активност, телесното тегло и тяхната връзка с психологически, социални и средови фактори. Хипотезите са много подробно представени и обяснени.

Целта и задачите са ясно формулирани и съответстват на заглавието и на съдържанието на работата. Водещата цел е изследването на връзките и взаимодействието между хранителното поведение, физическата активност и наднорменото тегло и затлъстяването, при контрол на ефекта на психосоциални фактори. Използваните въпросници и скали показват висока валидност и надеждност.

Резултатите, обсъждането и изводите са представени съобразно хипотезите на проучването.

Експерименталният модел на настоящия труд е основан на разглеждането на здравното поведение през призмата на екологичния модел за наднорменото тегло, отчитащ влиянието на факторите на околната среда.

В основното изследване са включени 712 респондента на възраст между 16 и 76 години, разпределени в групи, на основа на възраст, тегло и семеен статус.

Резултатите представят влиянието на проучените социодемографски характеристики върху хранителното поведение и физическата активност, както и ролята на факторите - от индивидуален, социален и контекстуален характер.

С корелационните анализи (ниски към умерени корелации) се потвърждава наличието на много взаимовръзки между хранителното поведение, физическата активност и фактори от различни нива, което показва, че екологичният модел е подходяща рамка за проучването.

По отношение ефекта на социодемографските характеристики върху хранителното поведение и физическата активност са изведени следните значими тенденции:

- По-високи нива на здравословно хранене при хората с висше образование, живеещите в столицата и големите градове и при семейните участници. Нездравословното хранене е с по-високи нива при по-младите, при хората със средно образование и ниски доходи.

- По-високи стойности по скалата „Емоционално хранене“ при жените, хората с висше образование и тези от малки населени места.

- По-висока физическа активност при мъжете, по-младите участници, при хората със средно образование и без хронични заболявания.

По отношение на групирането по критерий тегло:

- Изследваните със затлъстяване са демонстрирали най-високи нива на нездравословно, емоционално и външно стимулирано хранене и съответно ниско ниво на здравословно хранене, физическа активност и когнитивно ограничено хранене. Участниците с наднормено тегло имат по-високи нива на емоционално хранене и по-ниска физическа активност.

- При групата с тегло под норма е най-високо нивото на здравословно хранене и физическа активност и най-ниско нивото по скала „Емоционално хранене“.

Частично е потвърждена хипотезата, че при хората с наднормено тегло и затлъстяване се очакват по-високи нива на негативни афективни преживявания, неудовлетвореност от тялото, убеждения за липса на поведенчески контрол върху теглото и по-ниска обща удовлетвореност от живота, социална подкрепа на здравословния стил на живот и подкрепа на здравословния стил на живот от околната среда. Анализът потвърждава тези допускания за хората със затлъстяване, но не потвърждава всички за респондентите с наднормено тегло.

Взаимовръзката между изследваните феномени и влиянието им върху хранителното поведение, физическата активност и теглото са

изследвани с корелационни и регресионни анализи. Резултатите показват, че:

1. хранителните модели, които се свързват с наднорменото тегло и затлъстяването са в положителна корелационна връзка помежду си.

2. те взаимодействат отрицателно със здравословното хранене, когнитивно ограниченото хранене и физическата активност

3. здравословното хранене, когнитивно ограниченото хранене и физическата активност са в положителна корелация, което отразява връзката на здравословната диета с възможността за контрол върху хранителния прием и ангажирането с физическа активност.

4. с повишаване на негативните емоции се увеличава хранителното поведение, което най-често се свързва с наднорменото тегло и затлъстяването; при здравословното хранене и физическата активност тенденцията е обратна.

5. по отношение на Аз-ефективността, удовлетвореността от живота, социалната подкрепа на здравословния стил на живот от семейството, приятелското обкръжение и контекстуалните фактори се оказва, че нездравословното, емоционалното и храненето, стимулирано от вкусови качества на храната, са в отрицателна взаимовръзка с тези конструкти, а при здравословното, ограниченото хранене и физическата активност са регистрирани положителни корелации.

6. най-ясно изразена взаимовръзка е установена между храненето, физическата активност, „Съзнателност/Целенасоченост“ и „Невротизъм“.

7. резултатите показват, че позитивният афект има предиктивна роля за повишена хранителна консумация, стимулирана от вкусовите признаци на храната. По отношение на ограниченото хранене се отчита отрицателна връзка с нездравословното хранене и положителна - с физическата активност.

8. очертава се значимостта на телесния Аз- образ, съзнателният контрол върху храненето, здравословното хранене и убежденията, свързани с наднорменото тегло.



9. директен ефект за повишаване на теглото имат две тенденции в поведението – понижаване на физическата активност и високи нива на емоционалното хранене.

Резултатите са докладвани ясно, последователно и убедително и са дискутирани през призмата на данни от други авторски колективи, което потвърждава уменията на докторанта за анализ на научни данни и взаимовръзки.

Таблиците и фигурите в дисертацията са с много добро качество и достатъчно на брой.

Формулираните изводи и заключения съответстват напълно на получените резултати и тяхната интерпретация. Изведена е тенденция за групиране на поведения и хранителни модели (здравословни и рискови) - положителна корелационна връзка между тях. Изследването разширява познанията за влиянието на социодемографските характеристики върху хранителното поведение и физическата активност и установява предикторната роля на фактори с индивидуален, социален и контекстуален характер за всяко едно от изследваните хранителни поведения и физическата активност.

Добросъвестно са отчетени ограничения на проуването, на което дисертационният труд се основава – по отношение на извадката, процедурата на събиране на данни и липсата на обективен критерий за оценка на социалната и обезогенна подкрепа на здравословния стил на живот.

Изведените научни приноси на дисертационния труд са съответни на реално осъществената работа. Те са във връзка и с научната новост на замисъла и осъщественото проучване по посока на: по-задълбоченото теоретично разбиране на изследваната проблематика; различията между участниците с наднормено тегло и затлъстяване, по отношение на психосоциалните параметри и нивата на контрол върху храненето; разширяване обхвата на изследваните променливи, свързани с хранителното поведение и физическата активност с контекстуални детерминанти; конструиране на нови количествени скали за хранителното поведение.

Направени са практически препоръки към психотерапията и превенцията на наднорменото тегло и негативните ефекти от него. Резултатите от дисертационния труд имат потенциал да повишат ефективността на консултирането при проблеми на храненето и телесното тегло.

**В заключение** считам, че:

1. Предложената тема е значима и актуална, съдържа научна новост и има потенциал да добави съществен теоретичен и приложен принос за научното знание и консултативната и психотерапевтичната практика.

2. Дисертантката показва сериозно запознаване с литературата и съдържащите се в нея становища, както и способност за обработка на данни и представяне на резултати, задълбочен анализ и формулиране на изводи.

3. Осъщественото проучване и получените резултати допринасят за по-доброто разбиране на проблематиката, свързана с наднорменото тегло и затлъстяването и за по-ефективното им лечение.

Гореизложеното ми дава основание да изразя категорично позитивна оценка по отношение на обема и качеството на извършената работа от Петя Вескова Пандурова, по отношение на предложения дисертационен труд, автореферат и докладаните в тях резултати и приноси. Предлагам на почитаемото научно жури да присъди образователната и научна степен 'доктор' на Петя Вескова Пандурова в докторска програма по Психология /Психология на здравето.

16.08.2023

Проф. Р.Масалджиева, дм

подпис