

СТАНОВИЩЕ
за дисертацията

**АЛЕКСИТИМИЯ И КОПИНГ В ЖИВОТОЗАСТРАШАВАЩА СИТУАЦИЯ.
ИЗВАДКА ОТ БЪЛГАРСКИ ВОЕННИ И ПОЛИЦЕЙСКИ СПЕЦЧАСТИ:
ПСИХОЛОГИЧНА ГРИЖА И КОНСУЛТИРАНЕ**

представена за защита с цел да се получи образователната и научна степен
ДОКТОР в професионално направление: 3.2. „Психология“ (Консултативна
психология)

Докторант: Таня Димитрова

Изготвил становището: доц. д-р Диана Циркова

В консултативната и клинична психологична практика нараства броят на клиентите, които имат трудности в разпознаването и преработката на емоциите и афективните си преживявания. Но дали алекситимията може да бъде мислена само и единствено като нежелана личностна черта? Тръгвайки от този въпрос, Таня Димитрова избира тема, която засяга връзката между алекситимия и практикуване на професии с висок риск за живота. Вторият въпрос, който тя си поставя е дали завишената алекситимия е еднозначно обвързана с неефективно справяне с животозастрашаващи стресори или могат да се търсят други връзки и то в една специфична професионална област, свързана със опазване на мира и сигурността. Докторантката си поставя за цел да бъдат изведени конкретни предложения за психологически консултативни практики чрез анализ върху взаимодействието между алекситимията, копинга в животозастрашаваща ситуация и избора на професия с непосредствен риск за собствения живот. Изборът на тема е резултат от професионалното формиране на докторантката, въпросите, които тя си поставя в ежедневната практическа работа с клиенти и сериозното теоретично проучване на изследваната област. В резултат на тази предварителна работа, формулираната тема е свързана с актуалните съвременни изследвания на алекситимията и връзките ѝ с други психологични конструкти. Трябва да бъде отбелязано, че темата е значима за научно-изследователския процес в областта на психологическото познание и надграждаща за професионалния път на Таня Димитрова.

Трудът е в обем от 215 страници и изпълнява всички изисквания за подобен вид научна разработка. Състои се от една теоретична и две емпирични глави, литературен обзор и приложения. Използвани са 265 литературни източника на български и английски език. Докторантът е представил списък с шест публикации /четири на български и 2 на английски език/ по темата на дисертацията. Те са публикувани в научни издания или са представени на различни форуми.

Теоретичната част, основана на достатъчно богат литературен обзор е разгърната около няколко основни области. Първата е изясняване на понятието алекситимия и включва следните компоненти: обзорно представяне на понятието алекситимия; психометричните инструменти за нейното измерване, конструирани до настоящия момент; представена е ефективността от консултативните практики и оценката на терапевтичния процес в редица изследвания, посветени на тази тема. Във втората област

докторантката работи върху теоретичното представяне на връзката алекситимия, високорискови дейности и избор на професия. Тя конкретизира професиите на спецслужителите в МВР и МО и обвързването на професионалния избор със специфичен личностов профил. В третата област на теоретичния обзор е представена същността на понятието „копинг“ и инструмента СОРЕ, като достатъчно надежден за изследване на справянето при диспозиционен и ситуативен стрес; връзката между справяне и алекситимия; изяснена е и специфичната връзка между алекситимия и справяне при животозастрашаващ стресор.

За постигането на основната цел на дисертационния труд е организирано и проведено емпирично изследване, дефинирани са неговите цели и задачи, формулирани са три основни хипотези. Хипотезите са изведени в логическо съответствие с поставените цели, изборът на методики и дефинираните групи от изследвани лица. Първата и втората хипотеза се отнасят до факторната структура и психометричните характеристики на два от инструментите, които докторантката адаптира за български условия. Те включват съответно три и две подхипотези. Третата хипотеза отразява връзката между нивата на алекситимия и избор на копинг, в контролната и експерименталната групи. Тя включва три подхипотези. Организацията на емпиричното изследване е направена чрез пилотно (осъществено с 240 изследвани лица, съставляващи контролна група) и същинско изследване (с 1216 изследвани лица). Във всяко са разграничени и детайлно описани подетапите на провеждане. Изследователският инструментариум е подбран внимателно и адекватно, съответно на задачите, които си поставя докторанта. Прави впечатление богатството на подобрения инструментариум. Емпиричното изследване включва 11 инструмента, като два от тях са напълно нови за България.

Спазени са всички процедури отнасящи се до етичните норми при провеждане на психологически изследвания.

Използваните статистическите процедури, включват набор от факторни анализи, корелационни анализи, линейни регресионни анализи. Те са съответни за използвания методически инструментариум и проверка на хипотезите, а анализът на получените резултати е детайлен и убедителен.

Резултатите потвърждават хипотеза 1, като подхипотеза 1.1 и 1.3 са потвърдени частично, а подхипотеза 1.2 е потвърдена напълно. Потвърждава се пет-факторната структура на инструмента, която е в съответствие с теоретично заложената и го прави по-ефективен при изследователски и практически задачи от досега използвания инструмент TAS-20. Хипотеза 2 също е потвърдена, като подхипотеза 2.1 е потвърдена напълно, а 2.2 частично. Нейното доказване потвърждава необходимостта от по-прецизно измерване на справянето с високорискови стресори, когато животът на личността е в опасност. Хипотеза 3, както и трите подхипотези, също са потвърдени от резултатите. Хипотезата потвърждава, че алекситимията не е обвързана еднозначно с неефективно справяне, а по-скоро е индикатор за необходимост от добре структурирана рамка на поведение.

В глава III от дисертационния труд са изведени приложенията на данните в консултативната практика. Всички подчасти на трета глава оформят различни предложения към консултативната рамка. Предложени са конкретни стъпки за

консултативния процес в два вида рамки. Рамка, специфично насочена към алекситимията, съобразена с валентността на афекта и широкообхватна консултативна рамка, фокусирана върху справянето с животозастрашаващи стресори. С голяма прецизност са изведени разликите в стъпките, включени в диагностичната част и в изработването на консултативен план в двата различни случая. Специално място е отделено на консултативния подход, насочен към лица със завишена/висока алекситимия, изправени пред животозастрашаващ стресор.

Докторантката доказва по емпиричен път, че при избора на терапевтична рамка, трябва да се отчитат фокуса върху оценка на стресора, фокуса върху копинга, както и някои социално-демографски характеристики като възраст и пол. От изключително значение за консултативната практика не само в когнитивно-поведенческия подход е оценката на функцията, която дадена личностна черта или състояние имат за психичното функциониране на субекта. Един от най-важните изводи направени в тази част е, че при планирането на психологичната работа терапевтът трябва да може да отчете функцията, която алекситимията изпълнява спрямо животозастрашаващия стресор. Едва след това той трябва да вземе решение дали ще работи за нейното редуциране. Изводите, до които достига докторантката придават на нейната работа дидактична стойност. Ето защо смятам, че цялостния труд може да се разглежда като дидактичен за формиране на консултативни умения при терапевти от когнитивно-поведенческата школа.

Подходът за анализ, който е използван се основава на когнитивно-поведенческата парадигма, в която е психотерапевтичното формиране на докторантката. Именно в третата част от своята докторска работа Тая Димитрова по впечатляващ начин показва способността си за преработка на психологическата теория и свързването ѝ с психотерапевтичната практика.

В докторския труд могат да бъдат отбелязани следните **приносни моменти**:

В областта на теоретичните идеи:

- Изложено е цялостно и задълбочено проучване на конструктите алекситимия, копинг и животозастрашаващ стресор. Предложени са редица референтни изследвания, които могат да послужат при подготовката на бъдещи дипломанти и докторанти по психология и сродни науки.
- Очертана е рамка, обясняваща процеса за справяне с животозастрашаващи стресори, която взема под внимание както оценката на стресора, така и механизма за справяне.

В областта на психодиагностиката:

- Адаптиран е на български език нов психологически инструмент за изследване на алекситимия „Въпросник за алекситимия на Пърт“ (PAQ), което позволява по-задълбочена изследователска практика, както и по-прецизна диагностична и консултативна работа;
- На колегиалната психологическа общност са предложени сравнения на психометричните характеристики на двата най-често използвани инструмента за

оценка на алекситимия (TAS-20) и (PAQ), което им позволява да вземат информирано и адекватно за целите си решение при избора на инструмент;

- Адаптиран е копинг инструмент към спецификата за справяне с животозастрашаващ тип стресори. Това дава възможност да се преодолее ограничението, което налага прилагането на копинг категории, извлечени при проучване на ежедневен стрес. Инструментът ще обогати методологическите възможности на изследователите в това специфично поле. Той ще послужи и на психолозите правещи подбор и консултиране на клиенти, работещи в сферата на високорискови и животозастрашаващи ситуации.

В областта на преподавателската академична дейност:

- Дисертационният труд предполага изработването на модел за провеждане на семинарни и практически занятия в курсовете по „Консултативна психология“, „Психология на личността“, както и в тясно специализирани магистърски програми, свързани с националната сигурност.

В областта на практическото психологично консултиране:

- Изработване на различни модели за психологически подбор и развитие на кадрите в МВР и МО.

- Изработване на специализирани програми за превенция на негативния ефект от животозастрашаващите стресори върху физическото и психичното здраве на работещите в структури, свързани със сигурността и отбраната.

- Изработване на програми за психологическа грижа към участвали в животозастрашаващи операции ветерани, служители на МВР и МО

- Разработване на стратегии за ефективно справяне по време на изпълнение на служебните задължения при високорискови професии чрез индивидуално психологично консултиране, съобразено със специфичния профил на клиента.

- Цялостният труд може да се разглежда като дидактичен и да служи за формиране на консултативни умения при терапевти от когнитивно-поведенческият подход.

Мнението ми за дисертационния труд е изцяло позитивно и въз основа на високите оценки, които давам за научните приноси, представени в дисертацията, предлагам на Таня Димитрова да се присъди образователната и научна степен ДОКТОР. Призовавам и останалите членове на Научното жури да гласуват за това предложение.

Дата:

04.05.2024

Изготвил становището:

/доц. д-р Диана Циркова/