

РЕЦЕНЗИЯ
ЗА ДИСЕРТАЦИОННИЯ ТРУД НА
БИЛЯНА ИВАНОВА БЪЗОВСКА

На тема ПРОМЯНА НА НАЧИНА НА ЖИВОТ И БЛАГОПОЛУЧИЕ
за присъждане на образователната и научната степен доктор

Обща характеристика

Дисертационният труд е структуриран в три глави, с увод и заключение в традиционния модел и обхваща 258 страници, 80 таблици и 60 фигури и приложение. Глава 1 разглежда теоретичните подходи; Глава 2 е посветена на теоретичната рамка на изследването. Глава 3 описва емпиричното изследване. Използваната литература обхваща 149 източника, основно съвременни от последните 20 години.

Актуалност на темата

Разработката е много актуална в съвременната перспектива, основава се на биопсихосоциалния модел и психология на здравето, посветена е на отраженията на субективно възприятие на динамиката и бързо променящите се контекстуални промени, които поставят изисквания към хората в активна възраст и провокират цикъл на копинг стратегии в търсене на оптимален вътрешен баланс между професионалния и личния живот. Докторантката обосновава избраната парадигма на преход от фокус върху избягване и лечение на болестта към саморегулация и организация на позитивното здраве, което е в унисон със съвременния поглед към психичното благополучие като цяло. Качеството на живот се възприема в голяма степен като ангажиране с и поддържане на позитивно преживявано благополучие. Актуалността на избраната тема е безспорна и докторантката заслужава поздравление за смелостта да навлезе в този недостатъчно изучен въпрос в търсенето на обяснителен модел.

Структура на дисертационния труд

Основен акцент в дисертационния труд е понятието дауншифтинг. Авторката разглежда предпоставките за зараждане на дауншифтинга като възникващи в отговор на динамиката на социалните и икономическите условия и отражението им на субективно ниво върху различни по социален и икономически статус групи. Проследява се основата и хронологията на развитие на феномена и различните му форми на проявление. Представени са няколко различни погледа, които изследователите използват в разграничаване на различните форми на дауншифтинга спрямо готовността за предприемане на лични промени в начина на живот и различния начин, по който хората преминават през този цикъл на вземане на решение, реализация, изживяване на последствията и окончателен избор. Авторката обвързва предпоставките и предшестващите форми на понятието дауншифтинг, представя различни позиции за концептуализирането на феномена и разглежда етапите на процеса. По този начин се получава цялостна рамка, подкрепена с обширно представени изследвания по темата. На базата на различните представени подходи Биляна Бъзовска извежда основните характеристики, които обединяват описанията на феномена дауншифтинг.

В теоретичния модел са разгледани и личностните аспирации и теориите за самодетерминацията. Описани са резултати от кроскултурни изследвания. Последният параграф от теоретичната глава обобщава актуалността на проблема във връзка с опазване на околната среда и ценностите, поробителското поведение и промените в него. Главата завършва с някои определения за благополучието от хедонистичната и евдемонистичната перспектива. Впечатление прави подходът на докторантката не на противопоставяне на двете тенденции, а в намирането и обвързването на техните допирни точки, което демонстрира осмисляне на връзките и търсене на интегративен обяснителен модел. По много обоснован начин са съчетани различните подходи към изучаване на

благополучието, като са включени всички съвременни концепции. Похвална е степента на вникване във взаимовръзките и паралелите между двете основни направления, които докторантката е съумяла да представи много точно и ясно, демонстрирайки изследователска задълбоченост. Докторантката успява да обоснове недостатъчно изучените въпроси за връзките между дауншифтинг, ориентацията към вътрешните и външните аспирации, екологичните убеждения и психичното благополучие.

Интересен параграф, разгледан от докторантката, се отнася до субективните фактори и универсалните стъпки на преживяване на предприетата промяна. Този въпрос е особено важен и може да има висока приложна стойност и осигуряван е на подкрепа. Важен момент, акцентиран от докторантката в тази връзка, е основният мотив – търсене на баланс, а не аскетизъм, когато потвърждава осъзнатостта на избора.

Личните мотиви въпреки субективната специфика на възприемане на ситуацията в различните жизнени домейни, отново остава в известна степен в рамките и на индивидуалните предпочитания, и на средовите детерминанти. Обширно са представени водещи изследвания за Австрия и Холандия. Това е много положително и би спечелило, ако се обвърже с конкретна информация за културата в търсене на евентуални връзки с културата в България. Това би могло да допринесе за задълбочаване на анализа на представените в трета глава резултати.

Разгледаната връзка с личностните аспирации е в тясна връзка с хуманистичното направление, операционализирано в теорията за самодетерминацията и други мотивационни теории. Авторката търси баланса между субективните и универсалистките фактори и по-скоро тяхното единствено и взаимно преплитане. Представен е богат материал в подкрепа с направени изследвания, които в по-директна и косвена степен обясняват проявите на новото поведение. Вътрешната и външната мотивация са силно взаимозависими и често в по-кратък или по-дългосрочен план се променят и трансформират, затова интегративният подход, избран от докторантката, заслужава признание.

Отделено е внимание на личните аспирации, на значението на семейната среда, както и влиянието на културата. Похвален е и начинът на отделяне на резултатите, получени в страни в различно икономическо състояние и стабилност, които неминуемо определят различни копинг стратегии. Като цяло е добре да се съкрати теоретичния материал, като бих отправила препоръка, разбира се, ако бъде приета от докторантката, параграфите да завършват с няколко изречения обобщение. Липсва и ясно декларирана позиция защо авторката се е спряла на тези именно модели и връзката между изучаваните конструкти от гледна точка на теориите. Видовете поведения, насочени към опазване на околната среда например биха могли да се разглеждат като допълнителна подкрепа и да не бъдат изведени толкова подробно отделно, което в известна степен води до разводняване на фокуса и текста.

Използваните инструменти за изследването напълно отговарят на поставените цел и задачи и са предпоставка не само за апробирането на нови методи, но и са основа за широките резултати, представени относно взаимовръзките между изследваните концепти в търсенето на нова екологична парадигма. Моделът на изследване включва много обширни по същността си насоки. Много добре е изведена илюстративно теоретичната рамка на изследването. Хипотезите произтичат от задачите и са адекватно формулирани. Инструментите за изследване са скала, измерваща проявите на доброволна скромност, индекс на аспирациите, новата екологична парадигма, скала за удовлетвореност от живота, въпросник за евидемонично благополучие, въпросник за измерване на личностните черти, скала за оценка на позитивния и негативния афект. Изследването е проведено с 304 изследвани лица, които са попълнили внушителния инструментариум, давайки възможност в изследователски план да се получат не само нови интересни резултати, но и да се адаптират нови въпросници. Много добър избор е съпоставянето на групата дауншифъри с контролната група, което очертава интересни различия.

В представянето на емпиричните резултати Биляна Бъзовска е успяла да представи многобройните установени връзки и влияния. Коректно са описани резултатите, без свръхинтерпретация и с достатъчна степен на аргументираност. Обобщените графични модели на опосредствано влияние са много илюстративни за сравнение на между групите дауншифтьри и контролната група. Аналогично илюстративно са представени в модели различията в опосредстваното влияние за психичното благополучие в сравняваните групи.

Препоръки

Всички препоръки са от техническо, а не съдържателно естество. Те са изцяло пожелателни с цел подобряване на структурата на текста, по-ясното разграничение и извеждане на основните моменти.

Теоретичната част впечатлява с добрата структура и ясно изложение. Лични си, че на нея е посветено повече време. Предложението ми е за по-смислово и съдържателно обединяване на подпараграфите. Някои са прекалено малки и могат да се обединят. Така например, фактори, влияещи върху благополучието, могат да се групират на вътрешни и външни и в скоби да бъдат изброени (личностни характеристики, индивидуални различия, емоции и др.). Много места търпят значителни съкращения.

Много подробно са описани най-големите международни изследвания по темата. Те биха могли от описателния вариант да се представят във вид на заключения в съдържателен план, който открива нови изследователски полета.

Би могло вместо разглеждане и представяне на различни модели да се представи таблица със съдържателните характеристики на описваното явление и извеждане на общи и различни моменти. Аналогично може да се направи по-визуално ясно разграничение между факторите на средата, които са характерни за съвременното консуматорско общество и реакциите, които това провокира в различни представители от населението, очертани в материала като хора основно от средната и по-устроената класа.

Относно мотивите те също могат да бъдат съдържателно групирани по няколко критерия – доброволно и принудително, на плод на външни предиктори – поява на детето в семейството и лично осъзнати и преднамерено търсени. Интересен момент, който в момента липсва, е ако съществува възможност за разграничаване на продължителността на поддържане на нагласата на дауншифтьрите. Движението за доброволна скромност, прието от докторантката като предшественик на дауншифтинга, може да бъде представено като лична позиция на търсене на такава връзка посредством намиране на общите допирни токи в рамката на промените в социалния контекст каква е връзката между външната и вътрешната мотивация и техните трансформации и преливания. Стремещт към автономност има значимо по-специфични вътрешни мотиви и обмисленост в сравнение с моделите на поведение, които остават обвързани с подкрепата на външни фактори.

При представяне на резултатите от проведени изследвания в други държави докторантката дава подробна описателна информация, която може да бъде редуцирана и съдържателно фокусирана. Отново като търсене на общото в различните подходи и резултати, тъй като именно те в допирните си точки създават общата обяснителна картина на феномена.

Разбира се, когато става въпрос за нова тема, която не е подкрепена с различни доказателства и резултати, е ясен стремежът на докторантката да подкрепи своята позиция. Също така, кратките подпараграфи напр. 4.5.1. и 4.5.2 и редица други биха могли да бъдат съдържателно обединени. Това важи например и за обобщение на резултатите по възраст и пол, а не представянето им в отделни подпараграфи. Привързаността и възрастовото съзряване в известна степен са индиректно свързани с изучаваните променливи и феномени.

Обосновката на личната позиция на избор би дала директна представа на читателя за избора и комбинирането на описаните концепти и феномени. Това би създало една нишка от самото начало до края на изготвения обширен материал.

Относно 2 глава бих предложила да се озаглави Постановка на изследването. Подпараграфът, описващ медиаторният анализ като същност може да отпадне, предполага се, че читателят е запознат с неговата специфика. В постановката би могла да се изведе рамката на теоретичните подходи в съдържателен аспект и обосновката на избора им от автора. Не става например ясно разграничението на продължителността на възприетата готовност за дауншифтинг. Формулираната цел може по ясно да дефинира двата аспекта на благополучие и само да се редактира. Подхипотеза 1 е имплицитно заложена и може да отпадне. Добре е да се обвърже в по-ясна степен връзката между подхипотезите и поставените изследователски задачи. Резултатите от пилотното изследване, представени в глава 3, биха намерили по –логично място в постановката на изследването при описание на методите. Външната валидност е проверена не посредством използване на друг инструменти, а с корелация между изследваните конструкти, което може да породи въпроси защо е външна, а не вътрешна.

В трета глава са описани резултатите от емпиричното изследване на взаимовръзките между ценностите, личностните аспирации, екологичните нагласи и убеждения и благополучието. Представено е валидирането на някои скали. Тук следва да се отбележи, че въпреки, че не е задължително, е препоръчително да се представят и резултати от български изследвания. Това конкретно следва да отбележим относно използвания въпросник за големите пет, който нееднократно показва, че единият от заложените фактори не се потвърждава за България (вж. Е. Таир).

В последната глава Изводи могат да се направят някои корекции. В момента съдържанието му се прекрива с увода и актуалността на проблема. Бих предложила да се извеждат ясни пунктове на разграничения в табличен вид на различията, установени между групата дауншифтьри и контролната група. Това би помогнало за фокусиране на изводите.

След многобройните данни, както предлага медиаторният анализ, в известна степен отсъстват анализите и обяснителните модели. Това би могло да се изнесе в последната глава изводи, но за момента липсва. Не е ясно

изведен времевият диапазон, през който лицата, включени в изследването, са в позицията на дауншифтъри.

Уводът би могъл да включи част от нещата, които в момента са поместени в заключението. Самото заключение в голяма степен повтаря увода и засяга актуалността на проблема, което е добре да се декларира в началото, за да стане веднага ясно каква е идеята на дисертационния труд. Заключение се може да резюмира получените резултати по хипотези на мета ниво. В този вид то описва актуалността на проблема и е подходящо за увод. Така в малка степен прекрасният материал губи приносните си качества и акцентирани изведени изводи, които могат да залегнат в прогнози и препоръки и да станат основа на бъдещи изследвания. Необходим е един ясен фокус, обяснения и анализ, които да могат да подчертаят акцентите в труда.

Впечатление прави, че няма нито един източник от български автори. Това би могло да подкрепи някои от наблюдаваните резултати и да разшири възможността за интерпретация. Психологическо (психологично) е добре да се замени с психично (здраве, благополучие) както е утвърдено през последните десетилетия.

Всичко казано по-горе не омаловажава големият материал, труда и личната позиция на докторантката и заслужава похвала. Всички отправени предложения са изцяло добронамерени, а не критични и са подчинени на идеята за подчертаване на несъмнените достойнства на авторския труд.

Автореферат

Авторефератът е разположен на 47 страници. Авторефератът отразява съдържанието на дисертационния труд. В него актуалността на проблема е изведена значително по-стегнато и фокусирано. Докторантката е съумяла да представи в обективен план съдържанието на дисертационния труд и да се спре на обосновка защо е избрала съответните концепти и феномени. Материалът е систематизиран и структуриран.

Докторантката има 4 публикации по темата и 2 в по-широк психологически кръг. Участвала е в 4 изследователски проекта.

Приносни моменти

За пръв път в български условия е проведено изследване на лица, предприели доброволна промяна в начина си на живот, което води до редуциране на доход. За целта са адаптирани въпросници. Това отваря нови изследователски полета. Резултатите потвърждават връзката между вътрешната аспирация и преживяването на положителен афект и че стремежът към личностно развитие опосредства влиянието на ценностите, водещи до евдемонично благополучие. Приносните моменти са коректно изведени и очертават значимите възможности за доразвиване на темата, която ще става все по-актуална в контекста на съвременния начин на живот като отговор на адаптацията към средата и личните аспирации.

Заклучение

Като цяло мога да заявя без резерви, че е свършена огромна работа по проблем, който не е достатъчно изучен. Личи самостоятелността в подхода и търсенията на докторантката, а темата на труда е безспорно актуална. Тя би могла да бъде обвързана с много актуални изследвания, свързани с качеството на живот, проактивните стратегии за справяне на стреса, както и в организационна перспектива. Представеният дисертационен труд безспорно отговаря на изискванията за присъждане на научната степен доктор. Всичко това ми дава основания да гласувам „за“ присъждане на Биляна Бъзовска на образователната и научна степен „доктор по психология“.

25.03.2018 г.

доц. д-р Маргарита Бакрачева

