

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

СТАНОВИЩЕ

от проф. д.пс.н. Соня Карабельова

на докторската дисертация на тема:

„СТРЕС И БЛАГОПОЛУЧИЕ ВЪВ ВИСОКОРИСКОВА СРЕДА“

Автор на дисертационния труд: Бисерка Петкова Зарбова

Бисерка Зарбова е редовен докторант по Психология на здравето след успешно издържан конкурс през 2016 г. към Катедрата по Обща, експериментална, развитийна и здравна психология.

Дисертационният труд на Бисерка Зарбова е в областта на динамично развиващата в практиката научно-изследователска област на психологията на здравето. Една от основните цели на психологията на здравето е ориентирана към превенция и подобряване на здравословния начин на живот, като поставя акцент върху ефективното справяне в стресова ситуация, което повишава чувството за благополучие.

Темата се за стреса е централна в психологията и една от най-често проучваните. Актуалността на изследваната проблематика се определя от динамиката на съвременния живот, който поставя на изпитание ресурсите на личността за справяне в ситуации с по-високо равнище на преживяване на стрес и изисква прилагането на ефективни копинг стратегии. Значимостта на тематиката се повишава и факта, че стресът се приема като болестта на XXI в. и допринася за развитието на здравословни проблеми. В този смисъл може да се разглежда и интензивният изследователски интерес към разпространеността и

ефектите на стреса и справянето с него, които имат значение за оптималното психично функциониране на личността.

Фокусът в тези интерпретативни рамки е върху изясняване на взаимовръзките между стреса, стратегиите за справяне и чувството за благополучие в рамките на психологията на здравето.

Дисертацията е разработена в рамките на 193 стандартни страници и съдържа две части, структурирани от гледна точка на теоретичното и емпиричното изследване на проблематиката. Важно е отбележа, че в дисертацията са използвани 132 литературни източника, като 112 от тях са на английски език, предимно от последните 10-15 години. Цитираните източници са релевантни и представителни за изследваната проблематика.

В теоретичната част на дисертационното изследване е представен задълбочен анализ на подходите за стреса, стратегиите за справяне и тяхната взаимовръзка с чувството за благополучие през медиращите ефекти на личностните характеристики. Оригинален момент е описанието на личностната черта майндфулнес, която е относително слабо проучена. В такъв аспект допълнителната цел на дисертационния труд е ориентирана към ефектите на майндфулнес като опосредстващ конструкт във взаимодействието със стреса и благополучието, което все още е по-слабо изследвано както в световен мащаб, така и в българския социокултурен контекст.

Теоретичната постановка на дисертационното проучване акцентира не само върху традиционните, но и съвременните подходи за стреса, търсенето на ефективни стратегии за справяне през призмата на личностните черти като опосредстващ фактор за повишаване на чувството за благополучие във високорискова среда. Важно е да обърна внимание на факта, че това е първото по рода си изследване за българската социокултурна среда, което търси връзката и детерминантите на моделите на стреса и стратегиите за справяне, модерирани от майндфулнес като личностна характеристика. В този смисъл докторантката се позовава на огромното разнообразие и богатство от поведенчески и психологически прояви, свързани с тях, които имат специфичен характер. Те засягат както глобални, така и личности възприятия, но и практически подбуди и проблеми, свързани с негативните последици от стреса във високорискова среда. В специализираната литература фокусът е предимно върху редуцирането на стреса за повишаване на благополучието, познаването и прилагането на стратегии за справяне със стреса във всекидневието. Като цяло емпиричните проучвания от перспективата на систематичния подход, които отчитат съвкупността на моделите за стреса, копинг стратегиите и благополучието през опосредстващата роля на личностните черти и по-специално на майндфулнес са относително малко.

Основното допускане се отнася до директните и индиректните ефекти на личностните черти и по-специално на компонентите на майндфулнес върху преживяването на стрес, използването на копинг

стратегии, както и чрез тяхното опосредствано влияние върху благополучието.

От прегледа на анализа в теоретичната част на дисертацията прави впечатление, че изложението на факторите за повлияване е последователно от гледна точка на комбинаторното им естествено наслагване във функционални модели, което обуславя взаимовръзките между тях.

От всичко представено в теоретичната част може да се направи заключението, че Бисерка Зарбова притежава способност да анализира и синтезира обемен научно-изследователски материал, което показва силен стремеж към задълбочаване на теоретичните знания и умения за прилагането им в практиката.

Във **втора глава** на разработката докторантката представя теоретичната рамка на проучването, целта, хипотезите, задачите, процедурата на емпиричното изследване, използваните инструменти и методи за проверка на изследователските хипотези. Б. Зарбова си поставя за цел да верифицира допускането за връзката на стреса, копинг стратегиите и благополучието през опосредстващата роля на личностните характеристики и по-специално на майндфулнес във високорискова среда.

За реализацията на целите и задачите на дисертационния труд е осъществена адаптация за българската социокултурна среда на използваните въпросници за измерване на:

Въпросник за измерване на личностната черта майндфулнес (FFMQ) (Baer et al., 2006), който включва 39 айтема с петстепенна Ликъртова скала за оценка.

Въпросник за измерване на благополучието (COMPAS-W) на Гат и колеги (Gatt et al., 2014), състоящ се от 26 твърдения с петстепенна Ликъртова скала за оценка.

Въпросник за измерване нивото на стрес (PSS-14) (Cohen et al., 1983), адаптиран за български условия (Silgidjian et al., 2004). Той съдържа 14 твърдения с петстепенна Ликъртова скала за оценка.

Въпросник за оценка на предпочитаните стратегии за справяне със стреса (COPE) (Carver et al., 1989), адаптиран за българската социокултурна среда (Русинова-Христова, Карастоянов, 2000). Въпросникът се състои се от 53 твърдения с четиристепенна Ликъртова скала за оценка.

Кратък вариант на личностен въпросник по модела на „Големите пет“ (The Mini-IPIP) (Donnellan et al., 2006), адаптиран за български контекст (Karabeliova et al., 2016). Въпросникът включва 20 твърдения с петстепенна Ликъртова скала за оценка.

Основното изследване е проведено през 2017 г. върху извадка от 418 души – по-голямата част от които са жени. Изследваните лица са между 21 и 70 годишна възраст. За целите на проучването те са групирани според демографските признаци пол, възраст, образование, местоживееене, семеен статус, тип организация, заемана позиция в

йерархията на организацията, възприятие за рисков характер на средата.

Поставените в изследването цели и задачи, както и характерът на предполагаемите зависимости между изследваните конструкти, определят статистическите методи, които са използвани при обработката на получените тестови резултати. Те включват честотно разпределение, дисперсионен, корелационен и медиаторен анализ, а също така факторен и айтем анализ.

Получените резултати са описани коректно на високо професионално ниво. Представените в табличен и графичен вид данни от емпиричното изследване дават възможност за ясно отграничаване на значимите взаимовръзки между изследваните феномени. Много добро впечатление правят обобщението на резултатите и изводите от емпиричното изследване, които показват компетентността на Бисерка Зарбова да анализира и интерпретира резултати от емпирични психологически изследвания и да прави заключения за социалната практика. Всичко това показва подчертан задълбочен изследователски интерес към разглежданата проблематика.

Искам да обърна внимание също така на коректното отношение към резултатите от емпиричното изследване, въз основа на което Б. Зарбова извежда и формулира някои ограничения на изследователския подход и насоки за бъдещи изследвания.

Основните приноси на дисертацията могат да бъдат обобщени по следния начин.

1. В теоретичен план е осъществена огромна изследователска работа и е изграден модел, който интегрира широко приети модели за концептуализация на подходите за стреса, копинг стратегиите, личностните характеристики и благополучието, като е включен и най-съвременния подход, който се свързва с майндфулнес като личностна черта.

2. Висока оценка заслужава емпиричната верификация на съвременните изследователски постижения, което обогатява наличната информация и осигурява нов задълбочен поглед въз основа на разкриването на директните и индиректните ефекти на личностните характеристики и по-специално майндфулнес през равнището на преживян стрес и използваните стратегии за справяне чувството за благополучие във високорискова среда. Като цяло, прави впечатление високата професионална компетентност и изследователска култура на Бисерка Зарбова, което ѝ позволява да постигне съответствие между теоретичната и емпиричната постановка на дисертационния труд.

3. Организацията и провеждането на дисертационното изследване е реализирана в съответствие с най-новите постижения на изследователската практика в психологията на здравето. В този контекст значим принос е професионално осъществената адаптация на представителни за изследователската практика

инструменти, което е важен аспект за психологията на здравето от гледна точка на межкултурните сравнения.

4. Дисертационният труд на Бисерка Зарбова съответства на най-високите постижения на съвременната психология на здравето и има висока екологична валидност.

Препоръките ми към разработката са предимно от техническо естество и не могат да се отразят на отличните ми впечатления от разработката. Ако трудът се предложи за печат, което убедено предлагам, вероятно ще бъде необходимо да се направят някои допълнения в анализа, които се отнасят до практическото приложение на резултатите от проучването.

Представената от докторантката справка за научните приноси и авторефератът отразяват основните положения и постижения на дисертационния труд. По темата на дисертацията са представени три публикации като две от тях са на английски език, които адекватно отразяват основните изследователски постижения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Смятам, че работата е написана коректно и културно. При разработката на докторската дисертация Б. Зарбова демонстрира добър професионален стил, като показва компетентност и умения да анализира теоретични подходи и емпирични данни, въз основа на които да прави съответните значими изводи и заключения за социалната практика. Също така смятам, че представеният дисертационен труд представлява цялостно и актуално изследване в значима област на съвременната психология. Научните приноси са от методологичен, теоретичен и приложно-практичен характер.

Като имам предвид актуалността на темата на дисертационния труд, успешно проведеното емпирично изследване и професионалният теоретичен анализ на изследователските данни, предлагам на уважаемите членове на Научното жури да гласуват за присъждането на образователната и научна степен „доктор” по професионално направление 3.2. Психология (Психология на здравето) на Бисерка Петкова Зарбова.

05.03.2019 г.
гр. София

Подпис:
(проф. д.пс.н. С. Карабельова)