

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

**СТАНОВИЩЕ**

от проф. д.пс.н. Соня Карабельова

на докторската дисертация на тема:

**„НАГЛАСИ КЪМ ХРАНЕНЕТО, МОДЕЛИ НА ХРАНИТЕЛНО  
ПОВЕДЕНИЕ И БЛАГОПОЛУЧИЕ“**

**Автор на дисертационния труд: ИВЕТА ТОНЕВА ПИЛЕВА**

Ивета Пилева завършва през 2007 г. бакалавърска степен по Психология, а през 2013 г. и магистърска степен в Университета на Честър, Великобритания. По време на следването си в бакалавърската степен има един семестър специализация в университета Орхус, Дания. Допълнително завършва и Института за следдипломна квалификация към УНСС със специалност „Бизнес мениджмънт и маркетинг“. След успешно издържан конкурс през 2014 г. тя е зачислена за редовен докторант по Психология на здравето към катедрата по Обща, експериментална и генетична психология.

Дисертационният труд на Ивета Пилева е в сферата на утвърдената в практиката научно-изследователска област на психологията на здравето, чиито идеи и теми непрекъснато се обогатяват и развиват. Доминантната цел на психологията на здравето е ориентирана към подобряване на здравословния начин на живот с акцент върху здравословното хранене, което рефлектира върху повишаване на чувството за благополучие.

Актуалността на темата се определя идеята, че здравословните хранителни модели допринасят за намаляване на риска от сърдечно-съдови заболявания, рак, затлъстяване, диабет тип II, остеопороза и

фрактура на костите, дентални заболявания и др. Значимостта на проблематиката и от се повишава и от факта, че проучването е ориентирано към изследване доминиращите хранителните модели, които са свързани със здравословния начин на живот и водят до повишаване на чувството за благополучие и рефлектират върху оптималното психично функциониране.

Фокусът в тези интерпретативни рамки е върху изясняване на взаимовръзките между нагласите към хранене, моделите на хранително поведение, орторексия нервоза и благополучието в рамките на психологията на здравето.

Дисертацията е разработена в рамките на 186 стандартни страници и съдържа две части, структурирани от гледна точка на теоретичното и емпиричното изследване на проблематиката. Искан да подчертая фактът, че И. Пилева използва 186 литературни източника, като 180 от тях са на английски език, предимно от последните 10-15 години. Цитираните източници са релевантни и представителни за изследваната проблематика.

От теоретична гледна точка целта на дисертационното изследване представя задълбочен анализ на понятието здравословно хранене, различните модели на хранително поведение и техните основни характеристики, нагласите към храненето, връзките им с личностните черти, емоциите и благополучието (субективно и евдемонично). Друг основен фокус е върху едно от най-съвременните понятия в тази проблемна област, а именно орторексия нервоза като част от хранителните модели, който все още е малко изследван както в световен мащаб, така и в българския социокултурен контекст.

Теоретичната постановка на дисертационното проучване акцентира върху моделите на хранително поведение (позитивни и негативни) като един от основните фактори за повишаване на качеството на живот. 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 хранително поведение, като 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 последствията от храненето. В този смисъл се в специализираната литература фокусът е предимно върху нездравословното хранене и предимно върху хранителните разстройства, контрола върху теглото и негативните последствия върху здравето. като цяло, малко са емпиричните проучвания, които отчитат съвкупността на моделите на хранително поведение и тяхната връзка с личностните характеристики и емоционални състояния. Основното допускане се отнася до директните и индиректните ефекти на личностните черти върху нагласите към храненето, моделите на хранително поведение, 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 Ивета Пилева притежава способност за 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 И. Пилева представя теоретичната рамка на проучването, целта, хипотезите, задачите, процедурата на емпиричното изследване, използваните инструменти и методи за проверка на изследователските хипотези. Докторантката си поставя за цел да верифицира допускането за взаимодействие между моделите на хранително поведение, нагласите към храненето, включително и обсебя към биологично чисти храни, с личностните черти и благополучието.

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

*Въпросник за модели на хранително поведение (EBPQ)* на Уилямс и Кристенсен (Williams & Christensen, 2010). Той включва шест скали, които описват основни модели на хранително поведение: ниско-маслено хранене, консумация на нездравословни храни, емоционално хранене, планиране на храненето, пропускане на хранения и културно-обусловени хранителни поведения.

*Въпросник за измерване на обсебяните нагласи към здравословно хранене (орторексия нервоза) (ORTHO-15)*, създаден от Донини и колеги (Donini et al., 2005) за измерване на все по-често срещаните обсебяни нагласи към здравословното хранене и начин на живот.

*Въпросник за нагласите към храненето (EAT-26)*. Използвана е кратката версия на въпросника за нагласите към храненето (The Eating Attitudes Test (EAT-26), създадена от Д. Гарнър и П. Гарфинкел през 1979 г.

*Скала за измерване на щастието на Соня Любомирски*, измерваща степента, до която човек възприема себе си като щастлив и удовлетворен от живота (Lyubomirski, 1999).

*Кратка версия на въпросник за измерване на личностните черти от Голямата петорка (BFI-10)* на Рамщед и Джон (Rammstedt & John, 2007).

*Скала за самооценка на М. Розенбърг* (Rosenberg, 1989; Миланов, Карабельова, 2011), която включва 10 твърдения, изразяващи положителни и отрицателни чувства за собствената личност.

*Скала за удовлетвореност от живота (SWLS)* на У. Павот и Е. Динър (Pavot & Diener, 1993) за измерване на аспекта удовлетвореност

от живота на субективното благополучие, адаптирана за българския социокултурен контекст (Иванова, 2013).

*Въпросник за евдемонично благополучие (QEWB)*, съставен от А. Уотърман и колеги (Waterman et al., 2010) за измерване на субективните и обективните елементи на евдемоничното благополучие.

*Скала за оценка на позитивния и негативния афект (PANAS)* (Andrews & Robinson, 1991) за оценка на преживяните емоции.

Теоретичната и методологична обосновка на модела представлява опит за преодоляване на ограниченията на линейността, като това е възможно, тъй като се следва интегративната концептуалност при формирането и на тестовата батерия с цел да се покрийт максимален брой конструктори.

Изследването е проведено през 2016 г. върху извадка от 298 души – две трети от които са жени. Изследваните лица са между 14 и 61 годишна възраст. За целите на проучването те са групирани според демографските признаци пол, възраст, образование, местоживееене, семеен статус, с или без деца. Събрани са и данни за индекса за телесна маса, според който респондентите са разделени в три групи – поднормено, нормално и наднормено тегло. Също така взети предвид честотата и продължителността на спортуване.

Поставените в изследването цели и задачи, както и характерът на предполагаемите зависимости между изследваните конструктори, определят статистическите методи, които са използвани при обработката на получените тестови резултати. Те включват честотно разпределение, дисперсионен, корелационен, регресионен 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 Ивета Пилева 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 И. Пилева извежда и формулира някои ограничения на изследователския подход, както и насоките към 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 моделите на хранително поведение и нагласите към храненето, като е включен и най-съвременния подход, който се свързва с обесивните мисли

за биологични чисти храни. В тази насока изключително полезен за изследователската практика е предложеният теоретичен анализ за на изследване на хранителните модели на поведение и орторексия нервоза.

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 през моделите на хранително поведение като медиатори върху субективното евидемоничното благополучие. Като цяло, прави впечатление високата професионална компетентност и изследователска култура на Ивета Пилева, 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 Ивета Пилева 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 самостоятелни публикации и две в съавторство, които адекватно отразяват основните изследователски постижения.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Смятам, че работата е написана коректно и културно. При разработката на докторската дисертация И. Пилева 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 Ивета Тонева Пилева.

12.06.2018 г.  
гр. София

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