

РЕЦЕНЗИЯ

**от проф. д.пс.н. Ирина Зиновиева
Софийски университет „Св. Климент Охридски“**

**за дисертационния труд
на Ивета Тонева Пилева**

**Нагласи към храненето,
модели на хранително поведение и благополучие**

**за присъждане на образователната и научна степен „Доктор“
Професионално направление 3.2. „Психология“**

Актуалност на проблематиката

Дисертационният труд на Ивета Тонева Пилева е посветен на особено важния проблем за здравословния начин на живот и по-специално начина на хранене, който рефлектира върху цялостното състояние на човешкия организъм. Множество изследвания показват, че правилното хранене е ключът към доброто здраве и поддържането на здравословно тегло. То не включва само какво и какви количества човек консумира, но и как се храни, тоест какви са хранителните модели, които избира и следва. Здравословните хранителни модели помагат да се намали риска от редица болести като сърдечно-съдови заболявания, диабет тип II, остеопороза, дентални заболявания.

Както подчертава дисертантката, известните изследванията върху храненето в зряла възраст са свързани предимно с негативните аспекти на храненето: хранителните разстройства, проблемите с контрола върху теглото и последствията от нездравословното хранене. Не са много изследванията, които описват в съвкупност отделните модели на хранене и нагласите към храненето, взаимовръзката им с личностните черти и благополучието. Дисертацията на Ивета Пилева се фокусира именно върху тези аспекти.

Познаване на състоянието на проблема

Дисертационният труд на Ивета Пилева свидетелства за широка ерудиция на своята авторка. Тя е анализирала внимателно и задълбочено значителен брой

изследвания в авторитетни международни научни издания, като е систематизирала постиженията и проблемите в основните направления в третирането на избрания научен проблем. Прави впечатление, че дисертантката умее да дестилира значимото от огромния обем налична литература и да прави адекватни изводи. На основата на литературния обзор, Ивета Пилева създава своя теоретичен модел, който се отличава с интегративен подход, последователност и логичност. Този модел стои в основата на емпиричната работа и в течение на изследванията доказва своята валидност и продуктивност.

Структура на дисертацията

Текстът на дисертацията на Ивета Пилева е от 187 страници. Цитирани са 186 заглавия, предимно на английски език.

Изложението в дисертационния труд е структурирано в кратък увод, три глави, заключение, цитирана литература и приложения. Първа глава съдържа преглед на теоретичните подходи за хранително поведение. Втората глава е посветена на теоретичната рамка на изследването, за основа, на която е приет новият екологичен подход към изследване на храненето. Тази глава включва обосновка на теоретичния модел, цел, хипотези и задачи на изследването. Подробно са представени методът на емпиричното изследване и инструментариумът, както и дизайнът на изследването. За разбирането на проблема се прилага интегративен подход, който съчетава различни хранителни поведения, нагласи към храненето, личностни черти, самооценка и аспекти на благополучието.

В трета глава е представено същинското емпирично изследване на дисертацията за взаимоотношенията на нагласите към храненето, личностни характеристики и самооценка като независими променливи, модели на хранене и разстройства на храненето като орторексия невроза като междинни за модела променливи и резултативни променливи в лицето на субективно и евидемонично благополучие и индекс на телесната маса. Създаденият теоретичен модел е операционализиран в пет хипотези, които са проверени в емпиричното изследване.

Методики на изследване и достоверност на получените резултати

В дисертацията се разглежда подробно процесът на адаптиране на скалите, с които се изследват основните променливи от теоретичния модел. Използвана е значителен брой инструменти, включващи скалите за модели на хранително поведение (EBPQ - Williams & Christensen, 2010), нагласите към храненето (EAT-26), обесивните нагласи към здравословно хранене (орторексия невроза - ORTHO-15), щастието на Соня Любомирски, както и кратката версия на въпросник за измерване на личностните черти от Голямата петорка (BFI-10 - Rammstedt & John, 2007),

скалите за самооценка (Rosenberg, 1989 в адаптацията на Миланов, Карабелъова, 2011), скала за оценка на позитивния и негативния афект (PANAS - Andrews & Robinson, 1991), за удовлетвореност от живота (SWLS - Pavot & Diener, 1993), както и въпросникът за евдемонично благополучие (QEWB - Waterman et al., 2010). Част от тях се използват в български условия за първи път. Проведени са факторен анализ и анализ на вътрешната консистентност на скалите. Представени са характеристиките на българската извадка по скалите на всеки от използваните инструменти, като те са сравнени със стойностите в оригиналните изследвания. Скалите показват много добри психометрични характеристики за българската популация.

Общият брой на участниците в изследването е 298 човека. Проведени са серия дисперсионни анализи по пол, възраст, заетост, образование, индекс за телесната маса, семейно положение, наличие на деца и честота на спортуване. Чрез тях са установени различия при моделите на хранително поведение, нагласите към хранене, личностните черти и благополучието.

За по-пълно разбиране на взаимните влияния на изследваните конструкти са проведени и серия от корелационни и медиаторни анализи.

Резултатите потвърждават основната хипотеза за взаимовръзките между моделите на хранене, нагласите към храненето и аспектите на благополучието, където положителните модели на хранене се свързват с по-високи равнища на благополучие, а негативните модели на хранене и нагласи към храненето се свързват отрицателно с високите равнища на отделните аспекти на благополучието. Потвърждава се и допускането, че демографските фактори имат значима диференцираща роля за моделите на хранене и нагласите към храненето.

Моделът на изследването, хипотезите и избраните методи за диагностика на включените променливи са убедителни и иновативни. Методите за анализ на получените данни съответстват на общоприетите изисквания. Резултатите са оригинални.

Работата е написана професионално, с добър език и стил. Личи добра теоретична подготовка в областта на дисертационния труд.

Автореферат

Авторефератът отразява адекватно съдържанието на дисертационния труд. Представената от дисертантката самооценка за научните приноси моменти е адекватна и те действително се съдържат в работата.

Публикации по темата на дисертацията и участие в научни проекти

По темата на дисертацията са направени 5 публикации, от които 3 самостоятелни и 2 съвместни с научния ръководител. Това са две студии публикувани от Издателството на Софийския университет, една статия в рецензирано българско списание, един публикуван доклад в сборник от

международни конференции и един доклад в конференция в България. Дисертантката е взела участие като член на научния екип в два научни проекта.

Приносни моменти в дисертационния труд

В дисертацията е използвана екологичната парадигма, която поставя храненето в контекста на средата и биологичното поведение на индивида. Хранителното поведение се анализира в екологичен контекст, който изисква информираност по отношение на последиците от храненето и предполага проследяване на взаимовръзките на хранителното поведение с психологическите детерминанти, които стоят зад него. От тази гледна точка нормалното тегло е функция на другите фактори, а не фиксирана категория.

Друг иновативен момент в дисертацията е включването на личностните черти и самооценката при анализа на хранителното поведение, докато последното се анализира като предпоставка за цялостното благополучие. Установени са и редица медиаторни ефекти.

За първи път в българската психология се изследват и все по-често срещаните обесивни нагласи към здравословното хранене и начин на живот, обединени в концепта „орторексия нервоза“, който в дисертацията се разглежда като един от моделите на хранително поведение. Оказва се, че има личностни черти, които предполагат подобни нагласи. Откритостта към нов опит, например, е свързана с орторексията. В хода на работата е адаптиран и въпросник за измерването на това явление (ORTHO-15).

Друг приносен момент е и включването в изследванията на нагласите към храненето и на моделите на хранително поведение, като съответните въпросници EAT-26 и EBRQ са адаптирани от докторантката за български социо-културен контекст. Това са съвременни инструменти, които могат да подтикнат към бъдещи изследвания в страната по тази проблематика, както и да бъдат използвани при създаването и осъществяването на програми за превенция и корекция на хранителни разстройства.

Следването на екологичния подход подтиква докторантката да включи в модела и други динамични показатели, които се оказват значимо свързани с обесивните нагласи към храненето и с благополучието. Един от тях е честотата на спортуване - колкото по-често спортува човек, толкова по-вероятно е да има склонност към обесивни нагласи към здравословното хранене, но, заедно с това, тези изследвани лица съобщават и по-високи равнища на благополучие.

Струва си да се отбележи и още един резултат, който не е изненадващ, но е важно да бъде установен с научни средства: негативните модели на хранително поведение са отрицателно свързани с практически всички изследвани аспекти на благополучието: субективното благополучие, щастието, евдемоничното благополучие и емоционалния баланс.

Заклучение

На основата на посочените достойнства на работата считам, че дисертацията отговаря на условията за присъждане на научната и образователна степен „Доктор“. Поради тази причина предлагам на Ивета Тонева Пилева да се даде образователната и научна степен „Доктор“ в научната област 3.2. „Психология“.

София, 10 юни 2018 г.

ПОДПИС:

Проф. д.пс.н. Ирина Зиновиева