

СТАНОВИЩЕ

за дисертацията „**НАГЛАСИ КЪМ ХРАНЕНЕТО, МОДЕЛИ НА ХРАНИТЕЛНО ПОВЕДЕНИЕ И БЛАГОПОЛУЧИЕ**“, представена за защита с цел да се получи образователната и научна степен **ДОКТОР** по научна специалност: 3.2. Психология (Психология на здравето)

Докторант: Ивета Тонева Пилева

Написал становището: проф. Енчо Герганов, д-р

Представената за защита дисертация е посветена на един все още по-слабо разработен проблем в научната област Психология на здравето, а именно проблемът, свързан с изследването на хранителните нагласи, моделите на хранително поведение и връзките им с личностните характеристики и субективното благополучие. Ивета Пилева е направила задълбочен и многоаспектен преглед на литературата по тези проблеми, като се е фокусирала както върху теоретичните модели, така и върху емпиричните изследвания за тяхната верификация. В теоретичната част е разгледала подробно четирите модела на хранително поведение и техните концептуални структури, като развитийните модели излагане, социално учене и асоциации; когнитивните модели убеждения, отношение и ценности; екологичния модел, чиито основни компоненти са приемът на храна и изразходване на енергия, модерирани от физиологичната адаптация в периодите на енергиен дисбаланс, от една страна, и факторите на средата, от друга страна; моделът загриженост за теглото и същностните му компоненти. Докторантката е представила развитийните модели на хранително поведение в рамките на три теории – теорията за достъпността, теорията за социалното учене, теорията за асоциативното учене, както и в контекста на изследванията върху ефекта на храната като награда. Тези теории и изследвания са разгледани подробно и са изтъкнати съществените им концептуални компоненти, които са пряко свързани с развитийните модели на хранително поведение. Освен това е направен преглед на множество експериментални изследвания, чиито резултати потвърждават описателните и прогностичните им характеристики. Тук са описани и по-конкретни модели на хранително поведение, като емоционално хранене, пропускане на храненията, ниско-маслено хранене, планиране на храненията и нездравословно хранене. Когнитивният модел е изграден върху теорията за планираното поведение и теорията за обмисленото действие. Двете теории са предложени от Айзен и Фишбайн за измерване на социалните нагласи и по-специално за обяснение на връзката между поведение на социална нагласа към определен обект и извършване на конкретни действия с него. В този модел фокусът е върху когнициите на индивида. Той разглежда степента, до която когнициите могат да предвидят и обяснят поведението. От изследванията се установява слаба връзка между здравния локус на контрол и хранителното поведение. Според прегледа на литературата, която авторката е направила в дисертацията си, проучване на моделите на хранене в Европа установява връзка между убежденията за важността от специфични хранителни практики и прилагането им. Повечето изследвания се основават на социално когнитивните модели, а именно посочените вече две теории – теорията на планираното поведение и теорията на обмисленото действие. Двете теории се прилагат

към моделите на хранително поведение и като средства за предвиждането му, и като основни инструменти при интервенцията за промяната му. Докторантката е дала схема на структурата и елементите както на теорията за обмисленото действие (фиг. 2, с. 25), така и на теорията за планираното поведение (фиг. 3, с. 26) по Ogden, 1996. Тези схеми и структури дават логически добре обвързани конструктори, изграждащи съответните теории, и експлицират основните им съдържателни компоненти.

Екологичният модел е насочен към влиянието на биологичното поведение и средово-медианите фактори върху моделите на хранително поведение. Авторката с подобна на предишния случай дълбочина разглежда неговите компоненти и различните категории средови фактори, които влияят върху хранителното поведение. Специален раздел е посветен на личностните черти и връзката им с моделите на хранително поведение. Ивета Пилева е представила различни модели за личностните черти, но се фокусира върху модела на „Големите пет“, който е един от най-новите и масово разпространени при изследванията в психологията на личността. Напълно естествено е да се очаква, че тъкмо личностните черти от „Големите пет“ ще окажат пряко или косвено (модераторно) влияние върху моделите на хранително поведение. Според докторантката „Адекватността на „Големите пет“ на различни езици и в различни култури е изключително важна, за да може да се приеме тази класификация за валидна. Допускането за наличие на универсални културни разбирания по отношение на описание на индивидуалните характеристики и различия, е в основата на стремежа към прилагането на „Големите пет“ в различни култури и на различни езици.“ (с. 32). Въз основа на изводите от подробния анализ, който авторката прави на модела на личностните черти „Големите пет“, тя стига до напълно основателното решение да използва този модел за установяване на взаимовръзки с моделите на хранително поведение и нагласите към храненето, включително новия феномен Орторексия нервоза. (с. 33). В съответствие с целите и задачите на изследването си Ивета Пилева разглежда подробно на теоретично и емпирично равнище както връзката между емоции и поведение, така и конструкта емоционално хранене. Обособяването на този теоретичен конструкт е важна предпоставка за по-задълбочено изследване на хранителното поведение. Сред факторите, които оказват влияние върху емоционалното хранене тя посочва на първо място стреса. Според множество изследвания, които авторката разглежда, стресът влияе върху вида на избраната храна. Например, в изследване е установено, че когато са под стрес, жените консумират по-сладки и мазни храни. Други фактори на емоционалното хранене са депресията и скуката. Докторантката основателно стига до извода, че за емоционалното хранене е важно да се отчита и класификацията на емоциите според валентността им (положителни и отрицателни), степента на възбудимост и интензитет, за които има емпирично установени доказателства, че влияят върху хранителното поведение. Например, гневът е емоция с негативна валентност, висока степен на възбудимост и специфични когнитивни и поведенчески предиспозиции. Изследванията показват, че той се свързва с повишена мотивация за хранене както при мъжете, така и при жените и често е самостоятелен фактор, предизвикващ хранене при самооценъчните методики на изследване. Авторката отделя специално внимание и на сравнително новия конструкт орторексия нервоза като модел на хранително поведение. Въз основа на семантично-концептуален анализ на различни дефиниции на този конструкт, тя стига до следното обяснение на това понятие „Орторексия нервоза е нова концепция, свързана с нарушение на поведението на хранене (Catalina et al., 2005) и се състои в патологична obsesia към биологично чисти храни (Fidan et al., 2010),

което може да причини значителни диетични ограничения (Babicz-Zielinska, 2006) и което може да доведе до obsесивни мисли за храна, емоционално недоволство и силна изолация (Catalina et al., 2005); Mathieu, 2005; Bratman, 1997).“ (с. 51). Докторантката приважда данни от множество изследвания за разпространението на това нарушение на поведението на хранене. Взаимовръзките на храненето със субективното благополучие е също част от планираното дисертационно изследване. Затова Ивета Пилева разглежда подробно този конструкт както на теоретично равнище, така и в експериментален план. Във връзка с това представя различни теории за щастието, удовлетвореността от живота и субективното благополучие. Разглежда и съществения въпрос за измерването им.

Във втора глава на дисертацията си докторантката обосновава теоретичния модел и формулира целите, задачите и хипотезите на изследването си. Във връзка с избор на теоретичен модел тя пише: “На базата на проведеня анализ върху емпиричните изследвания в психологическата литература, посветени на моделите на хранителни поведения и нагласи към храненето и техните взаимовръзки с благополучието, самооценката и личностните черти, е изготвена теоретична рамка, включваща шест основни конструкта. Моделът на настоящото изследване обвързва предполагаемите връзки между различните хранителни поведения, нагласи към храненето, личностни черти, самооценка и аспекти на благополучието, погледнати през призмата на новия екологичен подход към изследване на храненето. Екологичната парадигма поставя храненето в един по-широк контекст, като акцентира върху влиянието на биологичното поведение и средово-медианите фактори върху моделите на хранително поведение.“ (с. 72). В рамките на този модел тя формулира целта, задачите и основните хипотези на своето изследване. Основната цел на изследването ѝ е „да се проследи наличието на връзка и степента на взаимодействие между нагласите към храненето и различните модели на хранително поведение с благополучието – субективно и евдемонично.“ (с. 73), а главната хипотеза е „да се установят различни форми на взаимодействие между изследваните конструкти на база на техните разнообразни форми на проявление. По-конкретно утвърдено е влиянието на личностните характеристики и самооценката върху благополучието. Водещ изследователски интерес е да се проследи наличието и природата на тези връзки от гледна точка на нагласите към храненето и моделите на хранително поведение.“ (с. 73). Главната хипотеза е декомпозирана в пет по-конкретни хипотези. За проверката им са формулирани шест изследователски задачи. За да изпълни поставените задачи и да провери формулираните хипотези, докторантката операционализира теоретичните конструкти в модела си до равнището на измеряеми променливи. Изследователският ѝ инструментариум включва девет въпросника за измерване на: моделите на хранително поведение; нагласите към храненето; obsесивните нагласи към здравословно хранене (орторексия нервоза); щастието; петте личностни черти от „Голямата петорка“; самооценката по Розенберг; удовлетвореността от живота; евдемоничното благополучие; позитивния и негативния афект. Повечето от тези инструменти не са адаптирани на български език и докторантката се е справила с тази трудна задача. Освен това тя изследва психометричните характеристики на въпросниците надеждност по Алфа на Кронбах, факторната им структура и др., които са с много добри показатели. Освен въпросниците за измерване на теоретичните конструкти тя събира и социодемографски данни на 298-те участници в изследването.

Резултатите от това мащабно експериментално изследване са представени и обсъдени в трета глава „Емпирично изследване на взаимодействието между моделите на хранително поведение, личностните черти и благополучието“. Анализите започват с резултатите от измерването на различните модели на хранително поведение. Освен описателните статистики докторантката прилага и методи за статистически изводи, какъвто е еднофакторният дисперсионен анализ. Чрез стойностите на F-критерия на Фишер тя проверява хипотезите за влиянието на различните социо демографски фактори върху всяка скала за измерване на различните аспекти на моделите на хранително поведение. Като независими фактори са взети социо-демографските характеристики пол, възраст, заетост, образование, деца, семейно положение, честота на спортване, продължителност на спортване, а като зависими променливи шестте скали за измерване на моделите на хранително поведение, а именно ниско-маслено хранене, нездравословно хранене, емоционално хранене, планиране на храненията, пропускане на храненията, културно-обусловени модели на хранене. Седем от девет независими социо-демографски фактори имат статистически съществено влияние върху скалата за емоционалното хранене, докато нито един от тези фактори не оказва статистически съществено влияние върху скалата за планиране на храненията. Докторантката е направила задълбочена интерпретация на тези резултати, както и на резултатите от Post Hoc сравненията между средните за различните равнища на независимите фактори, в рамките на избрания теоретичен модел и спрямо формулираните хипотези. Подобен анализ е направен и при скалите за измерване на нагласите към храненето като зависими променливи. При този анализ независимият фактор пол оказва статистически съществено влияние върху субскалите диета, орален контрол и върху общата скала, независимият фактор честота на спортване – върху скалата диета, а независимият фактор деца – върху скалата орален контрол. И тук докторантката прави професионална интерпретация на получените резултати. Статистически значимо влияние върху зависимата променлива орторексия нервоза оказват факторите пол, възраст, деца, семейно положение, честота на спортване, продължителност на спортване и местоживеене. Независимите фактори възраст, заетост, образование и местоживеене оказват статистически значимо влияние върху зависимата променлива скала за евдемоничното благополучие. Интересни са резултатите и от влиянието на независимите фактори върху скалите за субективното благополучие удовлетвореност от живота, скала за щастието, емоционален баланс, позитивен афект, негативен афект. И тук Ивета Пилева е направила адекватна съдържателна интерпретация на получените резултати от дисперсионния анализ.

Една от основните задачи на изследването е да се установят взаимовръзките между моделите на хранително поведение, орторексия нервоза и личностните черти. Резултатите от корелационния анализ на съответните скали са дадени в раздел „2. Взаимовръзки между изследваните феномени“. В таблица 16. Взаимовръзки между моделите на хранително поведение и личностни черти (с. 114) са дадени корелационните коефициенти между седем скали за измерване на моделите на хранително поведение с всяка една от петте скали за измерване на петте личностни черти по модела на „Голямата петорка“ (екатроверсия, сътрудничество, целенасоченост, невротизъм, откритост към нов опит). Статистически значими коефициенти на корелация има най-вече между скалите за моделите на хранителното поведение, от една страна, и личностните черти целенасоченост и невротизъм, от друга страна. Докторантката прави убедителна съдържателна интерпретация на получените значими коефициенти на корелация както в теоретичен план

(в рамките на избрания теоретичен модел на дисертационното изследване), така и в наблюдаваните практики на хранене на хората. Много интересни са резултатите от корелационния анализ на скалите за моделите на хранително поведение с индекса на телесната маса и субективното благополучие. Отново докторантката е направила убедителна интерпретация на получените значими корелационни коефициенти. Като извод за взаимовръзката между тези променливи тя пише: „Удовлетвореността от живота е един от факторите с най-много значими взаимовръзки с моделите на хранене. Тя корелира отрицателно с нездравословното хранене, емоционалното хранене, пропускане на храненията и индекса телесна маса. Същите отрицателни корелации се наблюдават и при щастието, евдемоничното благополучие и емоционалния баланс. От тук може да се направи извода, че хората, които се хранят здравословно, не пропускат основните си хранения, консумират повече ниско-маслени храни и рядко имат епизоди на емоционално хранене, имат по-високи равнища на удовлетвореност от живота, щастие и евдемонично благополучие.“ (с. 118).

Едно от най-интересните изследвания в дисертацията е приложението на медиаторния подход за проучване на индиректните ефекти на личностните характеристики върху скалите за благополучие, опосредствани чрез моделите на хранително поведение. Анализите на тези връзки са направени в четвъртия раздел на тази глава. Докторантката е използвала едномедиаторни модели, за да изследва тези индиректни ефекти. В структурата на едномедиаторните модели като независими променливи са включени личностните черти по модела на Големите пет и самооценката, а като зависими променливи - компонентите на субективното и психологическото благополучие и др. В някои от тези модели като медиатори са включени нагласите към хранене, моделите на хранително поведение и орторексия нервоза. Изследвано е опосредстваното влияние на невротизма върху негативния афект с медиатори емоционално хранене и пропускане на храненията; невротизма върху щастието със същите медиатори; невротизма върху удовлетвореността от живота само с медиатора пропускане на храненията. Във всички тези случаи е установено значимо влияние на медиаторите. В различните модели като независими променливи са включени различните личностни черти по Големите пет, различни зависими променливи по скалите за субективно благополучие и различните модели на хранително поведение като медиаторни променливи. Авторката е направила адекватен и задълбочен анализ на значимите ефекти в тези модели в рамките на своя теоретичен модел и спрямо формулираните хипотези. В последния раздел на тази глава е дала Обобщен модел на директни и индиректни ефекти на личностните характеристики върху благополучието, опосредствано от моделите на хранително поведение (Фигура 49) (с. 141), на който много добре се вижда кои зависими променливи имат положително опосредствано влияние върху съответните зависими променливи през показаните медиатори. Анализите на резултатите от едномедиаторните модели и от обобщения модел на директните и индиректните ефекти на личностните характеристики върху благополучието, опосредствани от моделите на хранително поведение, са направени професионално със задълбочено разбиране на медиаторния подход и във връзка с теоретичните рамки на изследването. В заключението Ивета Пилева обобщава получените резултати с добре поставени акценти на най-значимите от тях както от теоретично гледище, така и за социалната практика.

Дисертацията на Ивета Пилева е задълбочено, многопланово психологическо изследване на нагласите към храненето, моделите на хранителното поведение и

вързките им със субективното благополучие. Докторантката е овладяла методологията на научните изследвания от изграждането на теоретични модели, през операционализацията на теоретични конструктори до измеряеми променливи, както и използването на адекватни и мощни статистически методи за анализ на получените резултати.

Авторефератът предава точно и пълно съдържанието на дисертацията. Справката за приносите отразява реалните научни и научно-приложни постижения в дисертационното изследване. По темата на дисертацията са направени пет публикации в рецензирани научни издания. Те дават на научната общественост достатъчно пълна информация за резултатите от дисертационното изследване.

Въз основа на положителните оценки за научните приноси в дисертационното изследване и за професионалната методологическа подготовка на докторантката предлагам да се присъди на Ивета Тонева Пилева научната и образователна степен ДОКТОР. Предлагам на уважаемите членове на научното жури също да гласуват за това предложение.

София, 16 юни 2018 г.

Подпис:

/Проф. Енчо Герганов, д-р/