

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:

„ПРОМЯНА В НАЧИНА НА ЖИВОТ И БЛАГОПОЛУЧИЕ“

Автор на дисертационния труд: Биляна Иванова Бъзовска

Биляна Бъзовска завършва през 2010 г. бакалавърска степен по Психология, а през 2013 г. и магистърска степен по Психология в СУ „Св. Кл. Охридски“. 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.

Представената за рецензиране дисертация е в областта на утвърдената в практиката научно-изследователска област на психологията на здравето, чиито идеи и теми непрекъснато се обогатяват и развиват. Основна цел на психологията на здравето е свързана с подобряване на здравословния начин на живот, повишаване на индивидуално-психологическата ценност на здравето и чувството за благополучие.

Темата на разработката е значима от гледна точка на оптималното психично функциониране и повишаване на чувството за благополучие. Актуалността на проблематиката се повишава от факта, че проучването е ориентирано към изследване на доброволната промяна в начина на живот, водеща до получаване на по-ниски доходи - дауншифтинг, личностните аспирации, екологичните убеждения и благополучието.

В тези интерпретативни рамки акцентът е поставен върху изясняване на взаимовръзките между дауншифтинга, ориентацията към

вътрешните и външни аспирации, екологичните убеждения и благополучието в рамките на психологията на здравето.

Дисертацията е разработена в рамките на 258 стандартни страници и съдържа две части, структурирани от гледна точка на теоретичното и емпиричното изследване на проблематиката. Още в началото бих искала да изтъкна фактът, че Б. Бъзовска използва 149 литературни източника само на английски език, тъй като проблематиката е твърде нова и до този момент не са открити публикации на български език. Цитираните източници са релевантни и представителни за изследваната проблематика.

В теоретичен план целта на дисертационното изследване представя задълбочен анализ на понятието дауншифтинг, неговите основни характеристики, причините, довели до желанието за промяна на начина на живот, пречките за нейното реализиране и основните етапи в преживяването на процеса на трансформация. Теоретичната постановка се фокусира върху движението за доброволна скромност, което се възприема като предшественик на дауншифтинга. Искам да подчертая, че това е първото по рода си изследване за българската социокултурна среда, като за термина дауншифтинг докторантката се позовава на огромното разнообразие и богатство от поведенчески и психологически прояви, на много и различни ценности, свързани с него, които имат специфичен, но и дуалистичен характер. Те засягат както глобални, така и личности възприятия, идеалистични, но и практически подбуди и проблеми, свързани с организацията на света или собствения дом. В този смисъл се включват убеждения и прояви в поведението, които са в унисон или в разрез с идеите на материалната скромност и дауншифтинга. Основните ценности на промяната в начина на живот са свързани с постигането на материална простота в различни аспекти от живота, контрол върху собствените действия и по-малка зависимост от големи, сложни институции, осведоменост и грижа за състоянието на околната среда, личностното израстване. Основното тезисно допускане е, че между ценностите на доброволната скромност, вътрешните личностни аспирации и екологичните убеждения ще съществува връзка, като всички те ще се влияят положително върху благополучието.. Теоретичният модел на дисертационното изследване е обогатен и с допускането за директни и индиректни ефекти на личностните характеристики върху аспирациите и екологичните убеждения.

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 Биляна Бъзовска демонстрира изявен стремеж към задълбочаване на знанията и уменията си. Тя с лекота усвоява теоретични конструкции и понятийни схеми, като проявява способност от обемен научно-изследователски материал да синтезира конкретни и потенциално приложими идеи.

Във **втора глава** на разработката Б. Бъзовска 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 дауншифтинга като начин на живот, различните личностни аспирации, водещите екологични убеждения и благополучието.

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

Скала, измерваща проявите на доброволната скромност (Voluntary Simplicity Scale), разработена от Бернхарт Рейндж (Range, 2002) на базата на оригиналния въпросник на О. Ивата (Iwata, 1997).

Индекс на аспирациите на Т. Касер и Р. Райън (Kasser & Ryan, 1993, 1996), създаден за измерване на важността на вътрешните (самоприемане, афилиация и включеност в общността) и на външните аспирации (финансов успех, популярност, имидж) в живота на човека.

Нова екологична парадигма, разработена от Р. Дънлоп и колеги (New Ecological Paradigm, Dunlap, et al., 2000), която е ревизирана и подобрена версия на въпросник, създаден от Р. Дънлоп и К. Ван Лиъри през 1978 г. (New Environmental Paradigm, Dunlap & Van Liere, 1978).

Скала за удовлетвореност от живота на У. Павот и Е. Динър (Pavot & Diener, 1993) за измерване на когнитивния компонент на субективното психично благополучие като глобална оценка на живота.

Въпросник за евдемоничното благополучие, разработен от Уотърман и колеги (Waterman et al., 2010) за изследване както на субективни елементи на благополучието, свързани с преживяване на себеизразяване, породено от успех в изпълняване на личния потенциал, така и на обективни аспекти, засягащи постигането на значими цели, свързани с осъзнаване и развиване на силните страни на човека и използването им за намиране на смисъл и посока на живота му.

Въпросник за измерване на личностните черти (BFI-10) по модела „Големите пет” на Рамстед и Джон (Rammstedt & John, 2007).

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

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

Изследването е проведено в периода 2015-2017 г., като респондентите са 304 души между 23 и 61 годишна възраст. За целите на проучването те са групирани според демографските признаци пол, възраст, образование, местоживеене, семеен статус, дауншифтъри и контролна група.

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 Биляна Бъзовска 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 отбележа коректното отношение към резултатите от емпиричното изследване, въз основа на което Б. Бъзовска 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 оригинален модел, който интегрира широко приети модели за концептуализация на благополучието с цел изясняване на взаимовръзките им с доброволното решение за промяна на начина на живот, който води до получаване на по-ниски доходи. В тази насока изключително полезен за изследователската практика е предложеният теоретичен анализ за изследване на дауншифтинга и движението за доброволната скромност.

2. Висока оценка заслужава емпиричната верификация на съвременните изследователски постижения, което обогатява наличната информация и осигурява нов задълбочен поглед въз основа на разкриването на медиаторните взаимовръзки между изследваните феномени. Като цяло, прави впечатление високата професионална компетентност и изследователска култура на Биляна Бъзовска, което ѝ позволява да постигне пълно 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 Биляна Бъзовска 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 четири самостоятелни публикации, които адекватно отразяват основните изследователски постижения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Смятам, че работата е написана коректно и културно. При разработката на докторската дисертация Б. Бъзовска демонстрира висок професионален стил и 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 професионалния 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 Биляна Иванова Бъзовска.

12.03.2018 г.
гр. София

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