

## РЕЦЕНЗИЯ

на

дисертационен труд за присъждане на образователната и научна степен „Доктор“ по професионално направление 3.2. Психология (Психология на здравето) на Бисерка Петкова Зарбова към катедра „Обща, експериментална, развитийна и здравна психология“, СУ „Св. Климент Охридски“

**Тема на дисертационния проект:** „Стрес и благополучие във високо рискова среда“

**Изготвил рецензията:** доц. д-р Ергюл Таир, Департамент Психология, ИИНЧ-БАН

### *Представяне на кандидата*

Бисерка Зарбова е докторант по научна специалност 3.2. Психология (Психология на здравето) от 2015 година в СУ „Св. Климент Охридски“. Притежава магистърска степен по психология от СУ „Св. Климент Охридски“ (1993 г.) и по Мениджър управление и развитие на човешките ресурси (2004 г.) от Училище по мениджмънт към Нов български университет. Отличава се с дългогодишен опит в областта на психодиагностиката и подбор на кадри (1994-2010г.). Притежава управленски опит като началник сектор „Психодиагностични изследвания“ (2010-2013г.) и като директор на Института по психология на МВР (2013-2015г.). Има преподавателски опит в Училище по мениджмънт – НБУ, както и участия в редица национални и международни научни, образователни и административни проекти.

### *Актуалност и значимост на разработвания научен проблем*

Представеният от Бисерка Зарбова дисертационен труд е научно-изследователски проект, който проследява взаимното влияние на два основни за психология на здравето конструкта – стрес и благополучие. Докторантката успешно защитава не само значимостта на изследваната тематика, но и нейната

актуалност, поставяйки акцент не само върху медиращите фактори на връзката стрес-благополучие във високо рискова среда, но проучвайки привличащата интерес през последните години личностна черта майндфулнес и ролята ѝ върху равнищата на стрес и благополучие.

#### *Характеристика и оценка на дисертационния труд*

Дисертацията е построена върху ясна концептуална основа, като са спазени всички изисквания, касаещи както планирането и провеждането на психологически изследвания, така и разработването и представянето на този вид научни трудове. Дисертацията е с общ обем от 193 страници, структурирани в три глави, в които се включват увод, теоретична част, дизайн и резултати от емпиричното изследване, заключение и библиографска справка. В приложение са предоставени използваните методи. Работата е онагледена с помощта на 18 таблици и 42 графики. В библиографската справка преобладават източниците на латиница – 112, докато тези на кирилица са 20, напълно релевантни на изследваната проблематика.

В увода Бисерка Зарбова въвежда основните понятия в дисертационната си разработка и защитава актуалността на избраната тема. Акцентира върху състоянията на изследванията в областта и цитира резултатите от съвременни изследвания. Аргументира необходимостта от многомерен подход за подобряване и поддържане на психичното здраве, отчитащ взаимното влияние между изследваните конструкти. Моделът на взаимодействие между възприетия стрес, стратегиите за справяне и равнище на благополучие се фокусира върху високо рисковата среда.

В теоретичния обзор докторантката умело представя същността, подходите за изследване и взаимоотношенията между изследваните конструкти. На първо място са разгледани дефиниции и подходи за изучаване на стреса, като се акцентира върху интерактивния подход и транзакционната

теория за стреса. Представени са основните методи за измерване на стреса. Подробно и задълбочено се разглежда майндфулнес като личностна черта, детерминираща стреса. Анализирани са същността и моделите за измерване на майндфулнес, като се представят и ползите от него. Майндфулнес е характеризирани като състояние, личностна черта, но най-вече като многофакторен конструкт. Описани са множество налични методи за измерването му и механизмите на въздействие. Изложението се допълва от задълбочено и аналитично представяне на копинг стратегиите и дейностите за управление на стреса. В съответствие с целите на работата на второ място са разглежда благополучието и връзките му със стреса. Изведени са двете основни изследователски парадигми – хедонистичната и евдемоничната, като се акцентира върху комбинирания подход. Докторантката в характерния си задълбочен стил проследява и резултати от множество изследвания, базирани на представените подходи, като специално внимание е отделено на методите за измерване на благополучието.

Представеният теоретичен обзор е доказателство за широтата в познанията на докторантката, за отлично и задълбочено познаване на множество теоретични подходи и емпирични резултати.

Втората глава на дисертацията е посветена на постановката на проблема и обосновката на избрания модел. Основната цел на изследването се дефинира като извеждането на обяснителен модел за поддържане на оптимално психично здраве на индивида в условията на високорискова среда (през призмата на взаимовръзката между преживяванията за стрес и благополучие и медиращите я фактори).

Формулирани са пет хипотези, чиято проверка е осъществена с помощта на адекватни психологически инструменти: Въпросник за измерване нивото на стрес; Въпросник за измерване на благополучието; Въпросник за измерване на

личностната черта майндфулнес; Тест за оценка на предпочитаните стратегии за справяне със стреса; Кратък вариант на личностен въпросник по модела на Големите пет.

Реализирани са количествени и качествени пилотни изследвания за проверка на избраните методи. Психометричните характеристики на използваните въпросници както в пилотните, така и в същинското изследване са приемливи за целите на изследването. Поради наличието на множество таблици от факторните анализи бих препоръчала тяхното изнасяне в Приложение към дисертацията, а в основната част стегнато да бъдат представени резултатите от проверката на психометричните характеристики на използваните в пилотните и основното изследване методи.

Реализирана е извадка от 504 лица, като се анализират данните на 418 изследвани лица, предимно жени (343 лица), повечето високо образовани, заети като пилоти, ръководители на полети, лекари, полицаи, мениджъри, експерти и др.

Използвани са коректно широк спектър от анализи за обработка на резултатите, включващи честотен и дисперсионен анализ, корелационен, регресионен и медиационен анализ, наред с анализ за надеждността, както и факторен анализ за проверка на психометричните характеристики на използваните инструменти.

В трета глава последователно са описани множеството получени резултати. Частично се потвърждават очакванията за диференцираща роля на демографските характеристики пол, образование и типа организация по отношение на стреса, докато възрастта, образованието, семейният статус и типа организация не са предиктори за преживяването на стрес и благополучие. Установяват се предпочитания към типа използвана стратегия за справяне със стреса, като най-силна диференцираща роля имат местоживеенето и заеманата

позиция в организацията, следвани от възрастта, пола и типа на организацията. Въз основа на получените резултати се установява, че възприятието за наличие на висок риск в работата и работната среда значимо диференцират предпочитанията към копинг стратегиите, но не и по отношение на равнището на стрес и благополучие. В същото време, налице са положителни директни и индиректни ефекти на личностната черта майндфулнес върху благополучието, като индиректното въздействие се медира от нивото на стрес и прилаганите копинг стратегии.

Множеството резултати са подробно описани и илюстрирани от докторантката и свидетелстват за способността ѝ не само да осъществи редица статистически анализи, но коректно да интерпретира и обобщи получените данни.

#### *Автореферат и приноси на дисертацията*

Представеният автореферат адекватно отразява дисертационната разработка. Наред с теоретичните предпоставки и получените емпирични резултати са изведени основните приносни моменти, сред които заслужава да се отбележи: адаптацията към българския социокултурен контекст на методиката за изследване и оценка на майндфулнес като личностна черта; разкритите медиаторни връзки между стрес, благополучие, копинг стратегии и майндфулнес; както и очертаните приложни насоки за превенция на стреса и повишаване на психичното здраве и благополучието на служителите, ангажирани във високорискова организационна среда. В публикационната активност на докторантката са отразени 3 публикации (една самостоятелна) по темата на дисертацията, от които две на английски език, представени на международен научен форум.

### *Заклучение*

В заключение, смятам че дисертацията е по актуална и значима тема. Представят способностите на докторантката да осъществи задълбочен теоретичен обзор, да планира, организира и проведе самостоятелно научно изследване. Да обработи събраните данни, използвайки широк спектър от статистически методи, адекватно да анализира получените резултати. Коректно да обобщени получените резултати и да изведе приносите на дисертацията. Всичко това ми дава основание убедено да препоръчам на членовете на уважаемото научно жури да присъдят на Бисерка Петкова Зарбова образователната и научна степен „доктор” по професионално направление 3.2. Психология (Психология на здравето).

27. 02. 2019 г.

Рецензент:

(доц. д-р Ергюл Таир)