

СТАНОВИЩЕ

Дисертация на тема: СТРЕС И БЛАГОПОЛУЧИЕ ВЪВ ВИСОКОРИСКОВА СРЕДА

Докторант: Бисерка Петкова Зарбова

Изготвил становището: доц. Павлина Петкова, дм

Дисертацията на Бисерка Зарбова е върху сложната и широкообхватна в изследванията област на стреса и благополучието във високорискова среда, но с включване на модерния аспект на майндфулнес оценка. Научното изследване през тази нетрадиционна концепция е специално постижение на докторантката!

Дисертацията съдържа: Обем: 193 страници Литература: 112 заглавия на английски език; 20 заглавия на български език Таблици: 18; Фигури: 42;

В първа глава на дисертационния труд са представени основните теоретични подходи към изучаване на стреса, стратегиите за справяне със стреса и благополучието, майндфулнес като концепция и съвременни аспекти на научните изследвания в редица страни. Със специален акцент е представен транзакционния изследователски подход, където динамиката на когнитивното оценяване и механизмите за справяне, се случват в хода на взаимодействието между индивида и средата и са в основата на стресовото преживяване. Това предполага развиване на уменията за рефлексия на преживяванията чрез тяхното разпознаване и назоваване, за осмисляне на случващото се в перспективата на конкретния контекст, за осъзнаване на собствените нужди и избор на адекватни за ситуацията действия. Тези умения се свързват с личностната черта майндфулнес, която се разглежда като фактор във взаимодействието между феномените стрес и благополучие.

В отлична системна последователност Зарбова представя разгръщането на концепцията майндфулнес като внимание, осъзнатост, недооценъчност, актуални мисли и усещания, емоции, преживявания, поставени в рамката на „настоящия момент“. Тази времева рамка насочва към описването на майндфулнес като психично състояние, отличаващо се с целенасочено внимание към актуалната ситуация, произтичащите от нея сетивните усещания, мисли и емоции, които непосредствено с осъзнаване на

преживяването за тях, се освобождават, без да бъдат натоварвани с ценностен смисъл или бъдещи очаквания. Много добре са представени основните насоки за концептуализиране на понятието майндфулнес съобразно същността, съдържанието и структурата на конструкта, като „метакогнитивно умение“, което се постига чрез прилагане на медитативни техники. Подробно са представени и съвременните психологични инструменти за изследването на този конструкт.

Втората глава представя организацията на изследване, където на база представения обзор е изградена основна цел на изследването за извеждане на обяснителен модел за поддържане на оптимално психично здраве на индивида в условията на високорискова среда. Добре формулирана е една генерална хипотеза с пет спомагателни подхипотези.

Инструментариумът е подчертано обемен, съдържа поредица скали, които се прилагат в пилотни количествено и качествени изследвания и основно изследване с пет скали, всичките те са релевантни към поставените цел и задачи. В пилотните изследвания са участвали 115 лица и в основното 504 лица, всички те разпределени в нерискова и рискова група спрямо индивидуалната оценка на всеки по отношение на упражняваната професия.

Третата глава представя резултатите от емпиричните проучвания на връзките между стреса, копинг стратегиите и благополучието.

Най-напред са анализирани данните от пилотното количествено и качествено изследване, след това на основното. В качествено изследване са интерпретирани данните от изследване на група китайски студенти, при които се разкриват специфични за източната култура особености на преживяване на стреса, нагласите към професията, регулацията на поведение, самоконтрол, благополучие, подсилени от обвързаните с бързия икономически растеж в страната и характерните за китайското общество високи изисквания към академични знания и личностно развитие, тревога за собственото представяне, напрежение при осъществяване на ежедневни задачи, безсъние, мобилизация за действие и справяне с трудностите.

В следваща част много детайлно са представени характеристиките на използваните инструменти, взаимовръзките между отделните феномени в общата извадка: стрес, копинг, благополучие, майндфулнес. Следват поредица сложни статистически анализи, които разкриват специфични директни и индиректни ефекти на личностната характеристика майндфулнес върху

благополучието. След това директни и индиректни ефекти на личностната характеристика майндфулнес върху благополучието, опосредствани чрез стреса и копинг стратегиите. В отделна подчаст подробно са представени данните за статистически анализи и потвърждаване на мултифакторната факторната структура на въпросника майндфулнес, където факторите са пет и той е с добра валидност. За проверка на конвергентната валидност и външната надеждност на отделните скали от въпросника за майндфулнес в български условия, са приложени корелационни анализи между изведените пет фактора и петте дименсии на личностните черти по модела на „Големите пет“.

В следващите части на анализи са представени: корелационни коефициенти между стрес, копинг стратегии и благополучие за цялата извадка и корелационни коефициенти между всички изследвани феномени за цялата извадка. Анализирани са взаимовръзки между изследваните феномени при респондентите, оценяващи работата си като високорискова. Изключително интересни и с новаторски стил на интерпретации са представени директните и индиректни ефекти на личностната черта майндфулнес върху благополучието, майндфулнес върху благополучието, опосредствани чрез копинг стратегиите и стреса при общата извадка.

Подробни сложни анализи са направени и върху опосредстваното влияние на отделните дименсии на майндфулнес: описание, наблюдение, осъзнаване без оценяване, осъзнато действие, осъзнаване без реакция върху благополучието с медиатори общата скала за равнище на стрес и трите копинг стратегии.

На втори план са представени отново опосредстваното влияние на дименсиите на майндфулнес върху благополучието с медиатори трите копинг стратегии в общата извадка, след това при респондентите, оценяващи средата като високорискова. Детайлно са анализирани директни и индиректни ефекти на елементите на майндфулнес върху равнището на благополучие с медиатор равнището на стрес, ефекти на преживяването за стрес върху равнището на благополучие между двете нива на риск в професията.

Докторантката изгражда обобщен модел на опосредстваното влияние на петте скали на майндфулнес върху благополучието при медиатори общото ниво на стрес и прилаганите копинг стратегии. При всичките пет скали на майндфулнес – „Описание“, „Наблюдение“, „Осъзнаване без оценяване“, „Осъзнато действие“ и „Осъзнаване без реакция“ се установяват значими

нестандартизирани коефициенти, които показват наличие на индиректен ефект на всяка от скалите върху зависимата променлива през действието на две или повече от четирите медиаторни променливи. През всички свои етапи на анализ, докторантката прави съпоставка с данните от изследвания на други автори, като разкрива сходства и различия, които удачно интерпретира през социално-психологичния и културов контекст.

Изведените приноси в автореферата съответстват на прецизните анализи и психологични интерпретации.

Дисертацията на Бисерка Зарбова е великолепен еталон за докторската степен и представя постигнатите от нея отлични умения за провеждане на научно изследване със сложни статистически анализи, психологични интерпретации и обобщения насочени към практиката на психологично консултиране! Всичко това заслужава поздравление!

Към разработката нямам съществени критични бележки. Препоръчвам на докторантката да изготви практическо ръководство по темата, което ще завърши и осмисли на професионално ниво тази разработка!

В заключение и с професионална убеденост, предлагам на уважаемите членове на Научното Жури да гласуват на Бисерка Зарбова образователната и научна степен „Доктор“ по научна специалност 3.2. Психология (Психология на здравето)!

8.03.2019 г.

София

Изготвил становището:

доц. П. Петкова