

РЕЦЕНЗИЯ

от проф. д-р Минко Хаджийски на дисертационен труд на Таня Димитрова на тема „АЛЕКСИТИМИЯ И КОПИНГ В ЖИВОТОЗАСТРАШАВАЩА СИТУАЦИЯ. ИЗВАДКА ОТ БЪЛГАРСКИ ВОЕННИ И ПОЛИЦЕЙСКИ СПЕЦЧАСТИ: ПСИХОЛОГИЧНА ГРИЖА И КОНСУЛТИРАНЕ”

с научен ръководител проф. д.пс.н. Теодора Стоева

Научна област 3. Социални, стопански и правни науки

Професионално направление 3.2. Психология

Конструктът „алекситимия“, макар и познат и дискутиран в психологическата и в клинична литература още от втората половина на миналия век, у нас не е представен подобаващо на неговото значение, особено в контекста на екстремалните ситуации, свързани с адекватни поведения за оцеляване. Неговата близка връзка с друг, мощно навлязъл в академичната и научноизследователска практика феномен, “емоционалната интелигентност“ и дори съдържателното припокриване в известна степен, очевидно го оставят малко в страни от актуалната психологическа тематика. В този смисъл опитът на докторантката Таня Димитрова да постави акцент върху алекситимията и то в аспекти на копинга, психометричното изследване и помощ при опасни и емоционално натоварени професии е необходим и сам по себе си приносен, за нашата теория и практика.

Депозираният дисертационен труд е със съдържателен обем 181 страници и цялостен общ обем 204 страници. Те са структурирани във въведение, четири основни раздела, заключение, библиография и ограничения. В представения текст са включени още списък на шестте публикации по темата и самооценка на кандидата за научните приноси.

Библиографската справка показва ползването на 246 специализирани източника, между които 16 на кирилица, 230 на латиница, заедно с Интернет източниците. Преценявам теоретичната база на разработката като впечатляваща, изключително информативна, особено актуална и подходяща по академичен характер, съобразно целите на изследването.

Считам, че темата е не само дисертабилна, но и доста нетривиална за българското научно пространство, а в предоставената възможност за популяризирането ѝ в, психологическата и психотерапевтичната практика виждам определен принос на този труд.

Въведенитето ерудирано повежда и адекватно ориентира читателя в неговия специфичен замисъл. Още тук и макар в шрих, моделът на изследваното явление е ясно представен в ракурса на динамиката на дефинитивните понятия, свързани с алекситимията. Точно е уловен и разкрит механизма относно естеството, проявлението, начинът на действие, формирането на различни психологични, психопатологични и личностни нагласи и поведения. Категорично се заявява, че целта на дисертационния труд е свързана с проверка на хипотезите, че завишените стойности на алекситимията благоприятстват включването в професии с висока социална значимост и че справянето с животозастрашаващи стресори е специфично по своята същност и не бива да се идентифицира със справянето с ежедневен стрес. Наред с това авторката навежда към практическата, в частност психотерапевтична или консултативна страна, свързана с особено стресови състояния и подпомагане на копинг стратегиите. Така конструктът се представя като личностна черта, която трябва да се изследва за да се има предвид в животозастрашаващите ситуации, изборът на професия с повишен риск за живота и изведждане на конкретни предложения за психологични консултативни практики. Така се аргументира убедително актуалната значимост на изследвания проблем.

Теоретичната част на изложението/ II ч. от текста / е дадена в три проблематични кръга.

В първия е представена изключително детайлизирана и високо информативна интерпретация на ключовата величина „алекситимия”, включително етиология, научно дискутиране, връзка с други конструктори и клинични проявления. Специално е обърнато вниманието на консултативния ракурс, като един труден и дискуссионен проблем, следствие на личностната застъпеност.

Във втория проблематичен кръг концепцията за алекситимията е умело свързана с високорисковите дейности и поведения. Придържайки се към личностния принцип, фактологично и аналитично Димитрова, прави сполучлив опит за свързване на лицата с висока алекситимия със склонност към силни преживявания. А от там и връзките между алекситимията с търсенето на усещания и високорискови дейности. Преминавайки през анализ на някои професионални дейности в контекста на личностни особености, тя естествено стига до извода, че може да се търсят връзки между тази личностна черта и избора на професии, при които явно или непосредствено се застрашава собствения живот. Всичко това се прави с уговорката, че липсват специални изследвания по въпроса, което повишава собственото авторство за връзките между алекситимия, търсене на усещания и високорискови дейности. Що се касае до психологическата намеса, авторката категорично указва, че към момента липсва консултативна рамка, която да обединява наличната информация, в търсене на специфичен подход, насочен към справянето с високите нива на този конструкт. И естествено няма изградена стратегия за психологична грижа и консултиране, насочена конкретно към алекситимията при лица, упражняващи такива професии.

Третият пролематичен кръг свързва конструкта с естествените копинг стратегии и стилове за справяне. В него се прави теоретично-аналитичен преглед на различни виждания, свързани със стреса и реакциите. Започвайки от класическия „общ адаптационен синдром“ на Х.Селие, през транзакционно-когнитивния модел на Лазарус и други теории, се стига до извода, че копингът е мултидетерминантен процес, чието изследване изисква повече психометрични инструменти. Най-важните са описани, заедно с връзките между личностните черти и реакциите на стресорите, в социодемографски план. Интересно е очертаното от авторката виждане че Алекситимията е форма на ситуативен копинг, когато стресорът е от високорангово субективно значение. В този смисъл, макар Алекситимия и копинг да са различни категории, те имат връзка, която позволява прогнозиране на поведението в емоционален, поведенчески и социален аспекти. Фактът, че взаимодействието Алекситимия –Копинг е комплексен процес, който не е разчетен достатъчно пълно, навежда на това, че трябва допълнителни изследвания, особено в животозастрашаващи ситуации, по-специално в професионални области, където се проявяват по-често.

Определено считам, че теоретичната рамка на дисертационния труд не само обогатява модела на алекситимичното влияние, но дава солидна основа за емпирични изследвания.

Емпиричното изследване е представено в III- та част на труда. Същото е ясно и точно формулирано по отношение на цели, задачи, организация, методика и хипотези.

Целите са три и отразяват многопластовия съдържателен характер на изследователския замисъл. Най-кратко могат да се свържат с допълнително изследване на споменатите „бели“ петна в тази материя,

адаптиране на съществуващите инструменти и разработване на консултативен модел за работа с клиенти.

Организацията предвижда два етапа /пилотен и същински/, като всеки от тях има по три подетапа. Това усложняване е продиктувано от необходимостта от психометрични процедури за проверка на надеждност и валидност на двата основни инструмента с извадка от различни категории респонденти.

Инструментариумът е подбран целенасочено и удачно с оглед на изследователските цели и имплицитни задачи. Той включва наред със специалните тестове за алекситимия и редица личностни и клинични въпросници и анкета. Всички те са аргументирани подобаващо.

Хипотезите на изследването са три според предварителните допускания относно инструментите за измерване на алекситимията и избора на копинг. За по-голяма детайлност и яснота, поради наличието на две изследвани групи и различните тестови величини, същите са ранжирани в подхипотези.

Резултатите от това сложно по характера си изследване са показани и обсъдени в част IV на дисертацията. За целта са използвани две статистически програми. Данните са получени, чрез няколко вида анализи, в т.ч. корелационен, конфирматорен и експлораторен факторен, линеен регресионен. Опитани са по етапно, отделно за пилотното и за същинското изследване и онагледени таблично. Двете изследвания завършват с обобщения, като ограниченията в пилотното са зачетени в същинското. Проверката е извършена с добре аргументиран и съобразен със спецификата на изследването богат инструментариум. Обсъждането /с. 140-146/ показва потвърждаването на трите основни хипотези, заедно с техните ранжировки.

В част V-та се разглежда *практическата приложимост* на получените резултати за психологическото консултиране. Намирам тази част от труда за особено важна, тъй като всякакви научни и методологически достижения биха били самоцелни, ако не помагат за допълване или промени в психологическата практика. Към този проблем авторката подхожда, както и в цялостния дисертационен труд, ясно и категорично, демонстрирайки дълбоко познаване на проблематиката, добро владение на терминологията и респектиращ професионализъм. На базата на резултатите от изследването на алекситимията при представители на рискови професии от силовите ведомства е разработена обща схема за консултативна помощ. В нея диагностиката е приоритетна процесуално и съдържателно, като наличието и тежестта на тази личностна черта се идентифицира в 4 специфични стъпки. При доказана такава с проверените и адаптирани инструменти, се прилага подробен консултативен план, който предвижда работа с най-изразените затруднения, отчитайки валентността на емоционалните стимули и реакции, наличието на евентуална депресивност, удовлетвореността от живота и дистрес.

Поради важноста на справянето със животозастрашаващи стресори се предлага *специална концептуална рамка за консултиране*. Същата е вариант на кризисна интервенция, поради силното влияние на стреса, който блокира привичните стратегии за справяне. Поради това и цялата е свързана с овладяване по начин, който да превърне случилото се във възможност за личността. Нормално, фокусът е насочен към изследване на стресора и копинга. Поради връзката на копинг стратегиите с елементите на психичното здраве се препоръчва консултативният процес да се насочва върху избягващото и проблем-насоченото справяне. В случай на установена висока алекситимия, в зависимост от валентността на афекта се

препоръчва съответен подход –когнитивно-поведенчески или екзистенциално-хуманистичен.

В този контекст заслужава да се отбележи критичния анализ на институционалната психологическа грижа за служителите, изложени на стресови и застрашаващи ситуации в дейността на МО и МВР. Причини като насоченост към професионална пригодност и „натренирането“, вместо към психическо здраве, негарантирана конфиденциалност и опасност от стигматизиране и търсене на външна помощ, са дадени като определящи. Неотчитането на връзката между травмиращия опит и степента на алекситимия, също се сочи като недостатък на психологическата помощ.

За преодоляването на тези недостатъци, авторката предлага *интегративен подход* , който включва малко използвани в стандартното проблемно ориентирано консултиране прийоми и техники, като компютърна когнитивно-поведенческа терапия, групови и индивидуални психообразователни сесии, лично самоосъзнаване (private self-consciousness) , спорт и хумор.

Заключението обобщава най-важните страни на изследването, касаещи надеждността на използваните /адаптирани и преводни/ инструменти -РАQ , COPE и TAS-20 , влиянието на завишените нива на алекситимия върху професионалното представяне и насочване на служители в спецзвена на МО и МВР и копинга в стресови ситуации. Реабилитира се алекситимията като „нежелана“ личностна , най-вече по отношение на копинг стратегиите във високорискови ситуации. Заедно с това се дават насоки за бъдещи изследвания, относно връзките на алекситимията с удовлетвореност от живота, валентността на афекта, честотата на излагане на стресори и приложимостта в консултативната практика.

Приносителите на този труд са изчерпателно и аргументирано формулирани от авторката. Обобщено и с риск от повторение могат да се представят така:

- Изследване на един малко познат и неотчитан конструкт във връзка с работата на специфична професионална група;
- Адаптиране и доказване на надеждност и валидност на специализирани психометрични инструменти за диагностика на алекситимия;
- Установяване на връзки и зависимости на тази личностна черта с копингстратегии в рисков, животозастрашаващи ситуации;
- Съставяне на концептуална рамка и предлагане на интегративен подход за психологическа интервенция.

Бележки . По съществуващото на дисертационния труд нямам критични бележки. По отношение на изискванията за цитиране и коректно позоваване на автори намирам, че разработката съвършено покрива критериите и отговаря на стандартите.

Заключение. В заключение, заявявам категоричното си основание да предложа на уважаемото жури да гласува решение за присъждане на ОНС „доктор“ на Таня Димитрова в Професионално направление 3.2. Психология.

14.05. 2024г.

Рецензент:.....

В. Търново

/проф. д-р Минко Хаджийски/