

# РЕЦЕНЗИЯ

от проф. дпсн Румяна Крумова-Пешева

на Дисертационен труд за присъждане на образователна и научна степен „доктор“

по научна специалност 3.2. Психология (Психология на здравето)

на тема: „Тежки преживявания в детството и здравно поведение в зрелостта“

разработен от: Михаела Белорешка

с научен ръководител: проф. дпсн Соня Карабельова

Адаптивността или дезадаптивността на индивида имат разнородна етиология, в която винаги присъстват причини от биологично, социално и психологично естество. Тези причини в голяма степен са свързани с генетични предиспозиции, с трансгенерационно предавани модели и в значителна степен - с афективни аспекти от ранното детство. Михаела Белорешка разработва дисертационен труд, посветен на идеята за тежките и травматични преживявания в детството, които закономерно водят до разнообразни емоционални кризи, до тежки психични и соматични разстройства и влияят сериозно върху функционирането и качеството на живот на индивида. Подобна научна тема притежава дълга изследователска история, но въпреки това, предлага и доста нови възможности и перспективи за проучване в съвременната реалност.

Дисертационният труд на Михаела Белорешка се състои от 254 страници и включва увод, три глави, обобщение и заключение, използвана литература и приложение, в което е представен инструментариумът на емпиричното изследване. Данните са илюстрирани посредством 66 таблици и 34 графики. Литературната справка включва 15 източника на български и 422 – на английски език. Всички цитирани заглавия са напълно релевантни на

разглежданата в дисертацията проблематика. Показват също задълбочения интерес на докторантката по избраната тема. Авторефератът е разположен на 57 страници и представлява синтезирано и информативно резюме на разработката с главните акценти в нея. Представени са 6 авторски публикации, от които 3 са самостоятелни и 3 - в съавторство, както, 5 участия в международни и български научни форуми и 1 участие в научно-изследователски проект.

Във въведението на дисертацията авторката разглежда напълно обосновано въздействието на ранния травматизъм върху начина на живот и здравното поведение в зряла възраст. Подчертава като резултати от това въздействие редица нездравословни механизми за справяне с проблемите и дистреса, голям брой нарушения в отношението и начина на хранене, както и болестта като „отговор“ на ранните тежки детски преживявания.

В първа глава на разработката се разглеждат голям брой теоретични подходи относно травматични преживявания в детството, както и взаимовръзки с модели на хранително поведение в зряла възраст. Михаела Белорешка проследява закономерно и в исторически порядък разнообразни възгледи относно влиянието на психичните феномени за възникването на редица функционални и органични нарушения. Представени са концепции на Шарко, Жане, З. Фройд, А. Фройд, Боулби и др. Авторката обръща специално внимание върху видовете психични травми в детството, механизмите на трзвматизация, симптомите в отговор на травматизма и др. Предлага дефиниция и епидемиология на тежките преживявания като убедително анализира и проблематизира проучвания в различен социо-културален контекст. По подходящ начин се позовава също на редица съвременни възгледи, концептуализиращи връзките между хроничния стрес и здравето. Включени са теориите за генерализираната небезопасност, за социалната безопасност и особено - за токсичния стрес като определящ редица психични и соматични декомпенсации. Докторантката убедително доказва в теоретичната, а също и в емпиричната част на дисертацията си, че продължителното излагане на стресогенни събития в резултат на семейна дисфункция, насилие и систематичен тормоз е възможно да доведе до постоянно активиране на стресовия отговор у индивида.

В първа глава са посочени логично и рискови и протективни фактори. Подчертано е значението на био-психо-социалния модел на здравето, който се явява рамка за разбиране и

интерпретиране на редица проблеми и трудности на съвременния човек. Михаела Белорешка разглежда задълбочено и аргументирано въпроса за въздействието на тежките преживявания в детските години за развиването на рисковите за здравето поведения и реакции. Ролята на кумулативния ефект на тези преживявания води до чувството за неблагополучие, до тежки екзистенциални кризи със сериозен депресивен и тревожен резултат, както и до възникването на разнородни физически заболявания. По убедителен и рефлексивен начин авторката описва също връзката между тежките преживявания в детството и моделите на дезадаптивно хранително поведение, свързвайки ги с процеси на дисоциация, патологични преживявания и склонности, празнота, неудовлетвореност и др. Обръща внимание върху наднорменото тегло и затлъстяването като особено рискови фактори за „отключването“ на голям брой соматични болести. Представеният обзор на психологичните теории от последните десетилетия, свързани с ранния травматичен стрес, е изключително изчерпателен и интерпретативен прочит в територията на изследваната проблематика.

Във втора глава са представени значими теоретични модели като сериозна обосновка на организацията на емпиричното изследване. Коректно са посочени целта и задачите на изследователския замисъл. Издигнати са 6 научни хипотези. Професионално и убедително са разгледани методът, процедурата и инструментариумът на проучването. Изследването е проведено на два етапа, а методиката е конструирана от 12 въпросника. В основното емпирично изследване са включени 722 изследвани лица, а в пилотното – 13. Подбрани са описателни характеристики за включване като: отношения с родителите, дисфункционална семейна среда, преживяно насилие в семейството, тормоз от връстници, колективен травматизъм и др. Описани са също значими показатели спрямо здравните поведения и здравния статус.

Трета глава на дисертационната разработка е „Анализ и интерпретация на резултатите от изследването“. Данните от пилотното качествено проучване показват ясно и убедително, че изследваните лица безспорно потвърждават наличието на закономерна връзка между тежките преживявания в детските години и физическите проблеми и начина на хранене в зрелостта. Става ясно, че всички интервюирани лица са склонни да откриват съотношението между различни стресиращи събития в детството и промяната в хранителното им поведение, емоционална регулация и телесен имидж. По изчерпателен и

задълбочен начин се дискутира връзката между получените данни и различни други изследвания по въпроса. При пилотното изследване се подчертава ясно, че всички респонденти показват повишена чувствителност спрямо семейната среда, определяща в сериозна степен начина им на хранене във възрастния живот, хранителните навици, дневния режим, изграждането на здравословен или нездравословен модел на хранене и др. Установяват се по-високи нива на сексуално насилие и домашно насилие при жените, а при мъжете се отчитат по-често тормоз от връстниците, насилие в общността и колективно насилие. Нездравословното хранене е с по-високи нива при хора, преживели над четири тежки преживявания в детството, както и при такива, които са изпитвали системен тормоз от свои връстници.

Основното емпирично изследване представлява количествено потвърждение на резултатите от пилотното проучване, както и верификация на издигнатите хипотези. Резултатите от него изцяло обосновано посочват, че тежките преживявания в детството имат връзки със симптомите на стрес, тревожност, депресия, със загрижеността за теглото, невротизма и усещането за нарушен субективен здравен статус; здравословното хранене и здравословната орторексия се свързват положително с удовлетвореността от живота, както и с позитивната оценка на външния вид; предикторите с най-голям ефект върху хранителните модели са телесният имидж, психологичните фактори стрес, тревожност и резилианс, тежките преживявания в детството, емоционалната регулация и личностните черти. Проведен е изключително прецизен анализ на психометричните характеристики на използваните в проучването въпросници и скали. Този анализ показва високата валидност и вътрешна консистентност на използвания инструментариум. С цел изследване на връзките между проучваните феномени са подбрани подходящи статистически методи.

Научните приноси на дисертационния труд са отразени коректно на три равнища - методологично, емпирично и приложно. Категорично може да се каже, че това е първото проучване в България, включващо корелати от различните нива на Пирамидата на тежките преживявания с висока стойност за клиничната практика. Адаптирани за българската популация са 3 нови въпросника за актуални хранителни модели, както и два, измерващи и нагласи към тялото.

Напълно професионално са посочени ограничения на изследването, както и насоки за бъдещи научни проучвания в конкретната професионална сфера. Предложени са препоръки към клиничната практика, свързани с изграждането на интегративна превантивна стратегия с цел оптимизиране на психичното и физическо здраве.

**В заключение:** смятам, че дисертационният труд, разработен от Михаела Белорешка, съдържа много важна научна и приложна стойност в областта на психологичната теория и практика и в частност - в сферата на психодиагностиката, психологичното консултиране и психологията на здравето. В разработката ясно се забелязват сериозните качества на авторката за провеждане на многопластови емпирични изследвания, както и нейните способности за задълбочен и интерпретативен анализ на разнородни психични тенденции и процеси. Проявени са също убедителни възможности и интерес към рефлексивна и интерпретативна позиция спрямо различни интерперсонални и интрапсихични феномени. Всичко това ми дава основание да предложа напълно убедено на уважаемото научно жури на Михаела Белорешка да бъде присъдена научната и образователна степен „доктор“ по научна специалност 3.2. Психология (Психология на здравето).

Изготвил рецензията:.....

(проф. дпсн Р. Крумова-Пешева)

7.10.2024г.

гр. София