

СТАНОВИЩЕ

от доц. д.н. Стоил Мавродиев, ЮЗУ „Н. Рилски“

на дисертационен труд за присъждане на образователната и научна степен „доктор“ по:
област на висше образование 3. Социални, стопански и правни науки професионално
направление 3.2. Психология докторска програма „Позитивна психология“

Автор: Катерина Валериева Атиас

Тема: „Взаимовръзки между психично здраве, благодарност и майндфулнес в контекста
на кърменето“

Научен ръководител: проф. д-р Кирилка Тагарева, ПУ „Паисий Хилендарски“

1. Общо представяне на процедурата и докторанта

Дисертационният труд на Катерина Валериева Атиас е насочен към защита пред научно жури след изпълнение на активностите, заложи в индивидуалния ѝ план. Процедурата по разработване и представяне на труда отговаря на всички изисквания на Закона за развитието на академичния състав в Република България и правилника на университета. Докторантката е представила всички необходими документи.

2. Актуалност на тематиката

Темата на дисертационния труд – взаимовръзките между психичното здраве, благодарността и майндфулнес в контекста на кърменето – е изключително актуална в съвременния научен и социален контекст. Позитивната психология, като сравнително ново направление, акцентира върху благополучието и оптималното функциониране на индивида, а не само върху патологията. Изследването се фокусира върху следродилния период – време на значителни предизвикателства за майките, където психичното здраве играе ключова роля за развитието на детето и семейството като цяло.

Според Световната здравна организация (СЗО), позитивното родителство е ключов защитен фактор за психичното здраве, а кърменето се препоръчва като биологичен и културен феномен с протективни ефекти. В България липсват систематични изследвания на майчиното благополучие и следродилната депресия в контекста на кърменето, което прави труда на Атиас пионерски в национален мащаб. Актуалността се подчертава от пандемичните ефекти, където данни от 2022–2023 г. показват 22.5–23.5% засегнати майки от следродилна депресия. Изследването адресира празнини в литературата, като интегрира позитивни черти като благодарност и майндфулнес, които могат да служат като буфери срещу негативни измерения на психичното здраве. Това има пряко значение за политики в областта на майчиното здраве, подкрепя на кърменето и превенция на психични разстройства.

3. Познаване на проблема

Докторантката демонстрира дълбоко и всеобхватно познаване на проблема. В първата глава е представена солидна теоретична рамка, която обхваща ключови конструкти: психично здраве като двуфакторен модел (благополучие и психопатология), процъфтяване (според модели на Кийс, Селигман, Хъпърт и Вандеруийл), следродилна депресия, благодарност и майндфулнес. Литературният обзор е базиран на 422

източника, включително класически (Seligman, 2011; Keyes, 2007) и съвременни (WHO, 2022; Nahn-Holbrook et al., 2018), което показва широка ерудиция.

Атиас успешно интегрира интердисциплинарни перспективи от психология, антропология и обществено здраве, като подчертава биокултурния характер на кърменето и ролята на социалната подкрепа. Проблемът е анализиран в български контекст, където липсват данни за майчиното процъфтяване, и се идентифицират празнини в литературата – например, оскъдни изследвания на позитивните измерения на психичното здраве по време на кърмене. Това познаване позволява формулирането на оригинална основна хипотеза и седем специфични хипотези, които адресират връзките между променливите. Докторантката показва високо ниво на компетентност и способност за критична оценка на съществуващото знание.

4. Методика на изследването

Методиката на изследването е добре структурирана и адекватна за постигане на целите. Изследването е проведено на два етапа: пилотно (за адаптация на инструменти) и основно (емпирично проучване с 422 майки с деца до 12 месеца). Използвани са стандартизирани скали с висока надеждност: Единбургска скала за следродилна депресия (Cronbach's alpha 0.861), Скала за процъфтяване на Динър (0.892), GQ-6 за благодарност (0.843) и MAAS за майндфулнес (0.842).

Статистическият анализ включва дескриптивна статистика, корелационен анализ (Spearman), регресионен анализ, t-тест и U-тест на Ман-Уитни, което е подходящо за данните. Извадката е представителна за български майки (средна възраст 32.4 години, предимно високообразовани), събрана онлайн чрез социални мрежи. Етичните аспекти са спазени, с информирано съгласие. Методиката позволява проверка на хипотезите и извличане на надеждни заключения.

5. Характеристика и оценка на дисертационния труд и приносите

Първата глава на дисертацията представлява солидна теоретична основа, която обхваща ключови конструкции като психично здраве, процъфтяване, следродилна депресия, благодарност, майндфулнес и връзките им с кърменето. Авторката демонстрира дълбоко познаване на литературата, като се опира на 422 източника, от които 381 са на английски език, което подчертава интернационалния обхват. Силната страна е интердисциплинарният подход, който интегрира перспективи от позитивната психология, обществено здраве и антропология. Например, дефинирането на психичното здраве като двуфакторен модел (благополучие и психопатология) е добре аргументирано с препратки към Keyes (2007) и WHO (2022b), а обсъждането на процъфтяването включва критична оценка на модели като PERMA на Seligman (2011) и континуума на Keyes. Това позволява цялостно разбиране на темата и очертава празнини в литературата, като липсата на изследвания за процъфтяване в контекста на кърменето в България.

Втората глава описва методологията на изследването, включително предмет, обект, цели, хипотези, етапи, инструменти и извадка. Достойнство на труда е структурираният подход: изследването е на два етапа (пилотно с $n=653$ и основно с $n=655$), с комбинация от количествени и качествени методи, което осигурява надеждност. Авторката подробно описва хипотезите (основна и 7 специфични), които са логично извлечени от теорията, и използва стандартизирани инструменти като Edinburgh Postnatal Depression Scale (Cox et al., 1987) и скали за процъфтяване (Diener et al., 2010), с добра вътрешна консистентност (Cronbach's α от 0.744 до 0.892). Статистическият анализ е подходящ (корелации, регресия, t-тестове), а етичните аспекти са спазени чрез доброволно участие и

анонимност. Оригиналността е в адаптацията на инструменти за български контекст и фокуса върху кърмещи майки, което адресира празнина в литературата.

Като критичен момент може да се посочи, че извадката обхваща предимно високообразовани жени от градове със средни доходи, което ограничава генерализацията към по-широка популация в България.

Третата глава представя резултатите, проверка на хипотезите, дискусия, приноси и ограничения. Безспорно силна страна на труда е детайлният статистически анализ, илюстриран с 38 таблици, 7 фигури и 15 графики, което прави резултатите прозрачни и лесни за разбиране. Авторката потвърждава повечето хипотези: например, благодарността и майндфулнесът са позитивни предиктори на процъфтяването (регресионен модел с $R^2=0.392$), а кърменето е свързано с по-ниски нива на депресия. Оригиналността е в емпиричните данни за България – 23.5% следродилна депресия, високи нива на процъфтяване при кърмещи майки и ролята на благодарността като най-силен предиктор за продължаване на кърменето ($\text{Exp}(B)=25.37$). Дискусията е критична, като свързва резултатите с теорията (напр. буферната роля на позитивните черти) и предлага практически насоки за интервенции.

Приемам самооценката на приносите, които са добре очертани в три групи: теоретични, методологични, приложни.

Докторантката има достатъчно на брой публикации по темата, включително статии в сборници и списания.

Няма данни за плагиатство. Считам, че дисертационният труд е лично дело на Катерина Атиас.

6. Автореферат

Авторефератът е добре структуриран и отразява точно съдържанието на дисертацията.

Препоръки за бъдещо използване резултатите:

Резултатите и приносите могат да се използват в образователни програми за психолози и акушерки, в разработване на интервенции за подкрепа на кърмещи майки (напр. работилници за майндфулнес) и в политики на СЗО и национални здравни стратегии.

Заклучение:

Дисертационният труд на Катерина Валериева Атиас е оригинален и е реализиран на високо научно равнище. Докторантката притежава много добра психологична подготовка и изследователски компетентности. Убедено давам положителна оценка, която препоръчвам и на останалите членове на научното жури. Считам, че на Катерина Атиас трябва да бъде присъдена образователната и научна степен „доктор“ по област на висше образование 3. Социални, стопански и правни науки, професионално направление 3.2. Психология, докторска програма „Позитивна психология“ и ще гласувам положително.

09.03.2026

Изготвил становището:

доц. д.н. С. Мавродиев