

Софийски университет „Св. Климент Охридски“

Философски факултет

**Катедра „Обща, експериментална, развитийна и
здравна психология“**

Яна Руменова Петрова

АВТОРЕФЕРАТ

на дисертационен труд на тема:

**ФАНТАЗИЯ, СКЛОННОСТ КЪМ ФАНТАЗИРАНЕ,
СМИСЪЛ В ЖИВОТА И ЕМОЦИОНАЛНА РЕГУЛАЦИЯ
ПРИ ЕКЗИСТЕНЦИАЛЕН ДИСТРЕС**

**за присъждане на образователна и научна степен „доктор“ по научна
специалност 3.2. Психология**

(Културна и диференциална психология)

Научен ръководител:

проф. д.пс.н. Ирина Зиновиева

София, 2025

Дисертационният труд е обсъден и предложен за защита от катедра „Обща, експериментална, развитийна и здравна психология“, Философски факултет, Софийски университет „Св. Климент Охридски“. Дисертацията на тема „Фантазия, склонност към фантазиране, смисъл в живота и емоционална регулация при екзистенциален дистрес“ се състои от 249 страници, от които 204 страници основен текст, 17 страници литература и 28 стр. приложения. Използвани са 81 таблици и 51 фигури. Литературата включва 268 заглавия, сред които 234 на английски и 34 на български език. По темата на дисертацията са направени 4 публикации в научни издания, има участие в 4 национални и 3 международни конференции. В съответствие с минималните национални изисквания са налице **45** точки.

Научно жури:

Председател:

доц. д-р Даниел Петров – Софийски университет „Св. Климент Охридски“ -

Членове:

проф. д.пс.н. Велислава Чавдарова, Великотърновски университет „Св. св. Кирил и Методи“

проф. д.ф.н. Владимир Градев – Софийски университет „Св. Климент Охридски“

проф. д-р Катя Стойчева – Институт за изследване на населението и човека, БАН

доц. д-р Георги Петков – Институт за изследване на населението и човека, БАН

Защитата на дисертационния труд ще се състои на 08.05.2025 г. от 13.00 часа в зала 63 на СУ „Св. Климент Охридски“ на открито заседание на избраното Специализирано научно жури.

Материалите по защитата са на разположение в канцеларията на Специалност „Психология“, 60 кабинет, южно крило на СУ „Св. Климент Охридски“, както и на сайта на университета www.uni-sofia.bg.

СЪКРАТЕНО СЪДЪРЖАНИЕ НА ДИСЕРТАЦИОННИЯ ТРУД	
ВЪВЕДЕНИЕ.....	1
1.1. Актуалност и значимост на проблема	1
1.2. Структура на дисертационния труд.....	2
ГЛАВА ПЪРВА: ТЕОРЕТИЧЕН ОБЗОР	4
2. ФАНТАЗИЯ И ВЪОБРАЖЕНИЕ.....	4
2.1. Въображение	4
2.2. Фантазия	7
3. СКЛОННОСТ КЪМ ФАНТАЗИРАНЕ	12
3.1. Фантазия, реалност и абстракция.....	15
3.2. Съвременни психологически изследвания на характеристики на фантазиращата личност	19
3.3. Когниции	28
3.4. Мотивация	30
3.5. Афект	34
4. ФАНТАЗИРАНЕ	38
4.1. Ангажиране с обекти на фантазията.....	38
4.2. Съдържания на въобразеното.....	39
5. ФАНТАЗИРАНЕ И ПРЕЖИВЯВАНЕ НА СМИСЪЛ.....	40
6. СМИСЪЛ В ЖИВОТА И КОНСТРУИРАНЕ НА СМИСЪЛ	45
7. ЕКЗИСТЕНЦИАЛЕН ДИСТРЕС	50
8. МОТИВАЦИЯ, ЕМОЦИИ И САМОДЕТЕРМИНИРАНО ПОВЕДЕНИЕ.....	54
9. ФАНТАЗИРАНЕ И ЕМОЦИОНАЛНА РЕАКЦИЯ.....	61
10. ЕМОЦИОНАЛНА РЕГУЛАЦИЯ В ТЕОРИЯТА НА САМОДЕТЕРМИНАЦИЯТА	65
10.1. Интегративен стил на емоционална регулация	66
10.2. Регулация чрез контрол и потискане.....	67
10.3. Емоционална дисрегулация.....	67
11. ТЪРСЕНЕ НА УСЕЩАНИЯ	68
ГЛАВА ВТОРА: ПОСТАНОВКА И ОРГАНИЗАЦИЯ НА ИЗСЛЕДВАНЕТО ..	72
11.1. Обосновка на теоретико-емпиричен модел	72
11.2. Цели	72
11.3. Хипотези.....	73
11.4. Метод	76
11.4.1. Дизайн и процедура на провеждане	76
11.5. Изследователски инструментариум.....	77
11.5.1. Пилотно качествено изследване.....	77
11.5.2. Основно емпирично изследване.....	78

11.6.	Респонденти	82
11.6.1.	Пилотно качествено изследване.....	82
11.6.2.	Основно емпирично изследване.....	83
11.7.	Методи за статистическа обработка и анализ на емпиричните данни	84
ГЛАВА ТРЕТА: АНАЛИЗ И ДИСКУСИЯ НА РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ ИЗСЛЕДВАНЕТО		87
11.8.	Пилотно изследване- съдържателен и тематичен анализ на субективните преживявания на фантазиране	87
11.9.	Основно емпирично изследване.....	107
11.9.1.	Структурна организация, вътрешна консистентност и психометрични показатели на използваните въпросници.....	106
11.10.	Структура на фантазията	139
11.11.	Диференциращо влияние на социално-икономически и демографски показатели върху фантазиране, екзистенциален дистрес, емоционална регулация, смисъл в живота и търсене на усещания	143
11.12.	Взаимовръзки между изследваните променливи	146
11.13.	Директни ефекти на фантазиране, емоционална регулация, търсене на усещания и търсене и наличие на смисъл върху екзистенциален дистрес и смисъл в животас	155
11.13.1.	Предиктори на смисъл в живота	156
11.13.2.	Предиктори на екзистенциален дистрес.....	161
11.14.	Модели на медиаторни ефекти	180
11.14.1.	Екзистенциален дистрес	180
11.14.2.	Смисъл в живота.....	189
11.15.	Проверка на хипотезите.....	192
ОБОБЩЕНИЕ И ЗАКЛЮЧЕНИЕ		195
12.	Силни страни и ограничения на изследването.....	203
13.	Насоки за бъдещи изследвания	204
ЛИТЕРАТУРА.....		205
ПРИЛОЖЕНИЯ		222

АКТУАЛНОСТ НА ПРОБЛЕМА

1.1. Актуалност и значимост на проблема

Предизвикателствата в широката контекстуална рамка на съвременния свят поставят нови проблеми пред психичното функциониране и приспособяване към нарастващите изменения в средата на геополитическа и икономическа нестабилност, екологични промени, технологичен прогрес и социални и здравни неравенства. Съвременните психологически изследвания демонстрират значението на личните цели, споделяните ценности и регулацията на собствените преживявания в съответствие с актуалните психологически потребности на индивида, но ролята на фантазирането продължава да бъде неизяснена и днес. Централна задача на дисертационния труд е, изследване на разнородната структура на явлениято фантазиране. Изисква се отместване от подходи към фантазирането като характеристика на абнормност, за да се открият компоненти на фантазията, които могат да се приемат за израз на обогатяващо психичното функциониране въображение.

Сравнително слабо е изяснена психологическата концепция за фантазията на здравия, добре адаптиран човек. Фантазирането принадлежи към явления на преживяване на отношения със себе си, света и обектите във въображения свят. То е различно от творчеството, бленуването, умственото представяне и очакванията и заема междинна позиция между познание, възприятие и чувство. Човекът търси спасение от действителността и поносимост на жизненото битие в света на нереалното. Отворен остава въпросът за мястото на фантазията в адаптацията към предизвикателства във вътрешната и външна среда, както и в цялостния растеж на човека като мислещо, чувстващо и социално същество.

Преди повече от век психологическата наука се обособява като независима и съществено различна дисциплина от философското знание, биологията и медицината. В контекста на изучаваните процеси на конструиране на познание, преработка на информация и модели на поведение, метафизичните аспекти на опита заменят своето значение. Уилям Джеймс (James, 1890) размишлява върху чувства и емоции, които неизразимото в езика предизвиква. От една страна, е обезкуражаващото усещане от невъзможността чрез усилия на интелекта да се осмислят в цялост преживяванията на човешкия опит и от друга - сложното и въздигащо чувство, което докосването до духовни сфери на опита предизвиква. Развитието на психодинамичния подход към личността допуска ирационалното в динамиката на несъзнаваното и съответни влияния във вътрешни полета на опита. Ото Ранк критикува научната психология, че в методите си на достигане до истината за природата на явленията се отвърща от духовни измерения и примитивни идеи на човека (Rank, 1930/1996).

Изследванията от края на XX и началото на XXI век откриват основания да се обърне поглед към сетивността и мистичния опит в придобиване на консистентно разбиране за явлениято фантазия. Въобразяването е свързано с трансформация на външните впечатления в ново възприятие на ума. Във фантазията светът е преобразен в цялостно психично преживяване.

Дисертационният труд изследва субективно представеното във вътрешния свят в търсене на отговор за своеобразната роля на фантазията в конструиране на личен смисъл в преживяванията на живота, където за човека могат да се разкрият фундаментални предпоставки на съществуването и мястото на човека в света. Запазва се критичният поглед към съдържания и функции на фантазията, която остава „поносима в пълната си сила само ако обективната реалност е добре оценена“ (Уиникът, 1945/1984/2008, стр. 241). Изучаването на характеристики на психичното преживяване, приписвани значения и мотиви в активността на фантазиране дава възможност да се прецизира разбирането за

явлението в психологическата наука. Централен в работата е проблемът за диференциацията между конструктивната природа на въображаемото и фантазирането, подменящо смисъла в преживяванията на екзистенциален дистрес. В литературата са слабо проучени ефекти на фантазирането върху ангажиране с предизвикателствата на вътрешната и външната среда и интеграция на негативния афект.

Подходът в настоящата разработка интегрира акумулирано в различни области психологическо знание и допуска, че формите на фантазиране са свързани с осигуряване на стимулация и смислена активност и регулация на емоционалния опит. Допуска се, че фантазията предлага друга перспектива към действието на психологическите потребности и измерение на опита за възстановяване на присъствието на личен смисъл в живота. Дисертационният труд се стреми към разграничение в проявите на фантазиране, свързани с извличане на личен смисъл в екзистенциалния контекст, от онези затрудняващи функционирането и задълбочаващи дистреса в усещането за самота, загуба на илюзии и отегчение.

1.2. Структура на дисертационния труд

Съдържанието на дисертационния труд е организирано в четири части. Първа глава представя теоретичен обзор на изследваните в разработката психологически конструкти. Разгледани са теоретични и емпирични подходи в изучаване на фантазията, склонност към фантазиране, смисъл в живота, екзистенциален дистрес, стил на емоционална регулация и търсене на усещания. Представени са основни понятия, свързани с тенденцията към фантазиране и е предложена организация на съдържанието на явлението фантазия като смислова структура на познание, афект и мотивация. Фантазирането е интерпретирано в контекста на екзистенциалните преживявания като измерение на смисъла. Предложено е разграничение между търсене на смисъл в живота и наличие на смисъл в живота. Въведена е теоретичната концепцията за личния смисъл в живота и субективните предизвикателства в целите и значенията в живота на индивида в състоянията на екзистенциален дистрес, изразени в чувство за отегчение, самота и загуба на илюзии. Регулация на емоционалната реакция е разгледана като личностна диспозиция към управление и организация на негативните преживявания във взаимодействието със средата. Разгледани са интегративен стил на емоционална регулация, емоционална регулация чрез контрол и потискане и емоционална дисрегулация, които предполагат и различна степен на автономна дейност. Представена е концепция за ориентацията към търсене на усещания във връзка с установяването на смисъл и достигане до разнообразни преживявания във въображението.

Във втора глава са изведени изследователските цели, задачи и хипотези и се очертава рамка на емпиричното изследване. Фантазията се изучава като смислов комплекс чрез качествени и количествени методи за анализ на данни. Възприетият в дисертационния труд подход очертава теоретико-емпирична рамка, в която се интерпретират преживяването за смислена активност на индивида и се търсят съответствия на форми на фантазиране с диспозиции в стила на емоционалната регулация и търсене на усещания във връзка със състояния на екзистенциален дистрес и конструиране на личен смисъл в живота. Описани са изследователските процедури и инструментариум, дава се информация за характеристики на двете извадки и приложените статистически методи за анализ и обработка на данните.

Трета глава представя резултати от проведените пилотно качествено изследване и основното емпирично изследване. В пилотното изследване, посредством тематичен и съдържателен анализ на генерираните в полуструктурираното интервю отговори, са представени субективни значения, емоционални преживявания и мотиви за ангажиране с форми на въображението. За основното емпирично изследване е приложен обобщен психологически въпросник, който включва и допълнителна скала за оценка на

фантазията, изградена на база установените съдържания в субективни преживявания на фантазиране. Дава се информация за вътрешна консистентност, структурна организация и други психометрични характеристики на скалите, използвани в дисертационния труд. Въз основа на направения теоретичен обзор и интерпретация на резултатите от двете изследвания са изведени седем измерения на фантазията. Представянето на резултатите от емпиричното изследване е организирано в четири раздела: диференциращо влияние на демографски и социално-икономически показатели; наблюдавани взаимовръзки между изследваните променливи; директни ефекти от множествени взаимодействия върху смисъл в живота и екзистенциален дистрес; опосредстващи ефекти на стила на емоционална регулация върху връзките на фантазиране със смисъл в живота и състояния на екзистенциален дистрес, както и опосредстващи връзката между фантазиране и екзистенциален дистрес ефекти на медиатори търсене и наличие на смисъл в живота. В последната част на дисертацията са синтезирани основни резултати и са обсъдени насоки за бъдещи изследвания, представени са значими приноси и ограничения на изследването.

ОБЩИ ХАРАКТЕРИСТИКИ НА ДИСЕРТАЦИОННИЯ ТРУД

2.1. Фантазия и въображение

За средновековното мислене въображението (*imaginatio*) е способността на душата да приема дадените от сетивата образи (Градев, 2023, стр. 23). Уилям Джеймс (James, 1890) употребява фантазия и въображение като синоними, за да обозначи психичната способност за (въз)произвеждане на форма в съзнанието на (осезаем) опит, даден отвън. Репродукции на въображението са копия на възприети някога впечатления. Те са разграничени от продуктивния потенциал на въображението да комбинира елементи от разнообразни източници в нова форма (James, 1890, р.239). Американският учен обръща внимание към ограниченията на човешкия разум в логическото схващане на абстрактни Джеймс го описва като особено усещане на дълбоко озадачение (James, 1890, р. 644).

Сместването на елементи и творческата преработка в генериране на нови представи и идеи, Виготски нарича „въображение или фантазия в психологията“ (Vygostky 1930/2004, стр. 9). Разработките на Лев Виготски (1930) върху предлагат диференциация в дейността на репродуктивна (свързана с паметта) и комбинаторна /или творческа/. Той вижда въображението като психологическия процес в основата на всеки творчески акт, техническо изобретение, научно или художествено произведение. Виготски предлага подход към въображението като екстраполация на опита, както в живота на отделната личност, така и в този на човешкия род.

Очертанията на въображаемото продължават да бъдат неизяснени в съвременната психологическа наука. Анри Корбен критикува разбирането за фантазията като философска утопия и поставя проблема за мястото на душата в западната психология. Френският ориенталист предлага порядък в движенията на въобразяване, който сближава максимално интелект и възприятие и отразява нашите мисли, възжеления, предчувствия и поведение. Философът го обозначава с *Na-kojd-Abad*, Земята Ни-къде (Corbin, 1972). Способностите и действията в този свят се отнасят до състоянието на вътрешен взор, заемащо пространството между унес и сън. На този свят на въобразяване принадлежат способностите на възприятието и функциите на познанието.

В американската психологическа литература фантазията е разгледана като универсален процес на човешката дейност. Ерик Клиnger (Klinger, 1971) поставя

проблем в изучаването на фантазия, който засяга действащите мотивационни тенденции в организма. Дейността на фантазиране се разгръща в различни състояния на организма, а съдържанията могат да не са пряко свързани с текущата стимулация от средата (Klinger, 1971). В пионерния труд „Структура и функция на фантазията“ Клиninger изучава ролята на фантазията и свързани форми на въобразяване (игра, сънуване, мечтаене, асоциативна дейност, умствена представа, творческа дейност) в процесите на адаптацията и търси връзки с други процеси на регулация на живота в организма.

Джером Л. Сингер излага проблемите пред систематичното изучаване на вътрешни състояния и съдържания на фантазията (Singer, 1977). Фантазиите представят опита от възприятието, обусловен от усещания в различни модалности, както и спомените, очакванията и намеренията на личността. Те са не просто отражение на усещанията ни, а организация от сложни вътрешни въздействия и представи, интерпретирани на ментален екран. (Singer et al., 1966, Singer 1977). Изследванията върху бленуване и фантазия на Джером Сингер са и първи опити за формализиране на интуитивното разбиране за фантазия и на връзките на фантазията с други класове от мисловни дейности в отговор на стимулация от средата.

В българската психологическа литература Асен Петков (Петков, 1996, 2003) използва „опоетизиране на света“ (Петков, 2003, стр.145), за да опише сходни с изразените в западната литература схващания за фантазия. Петков отбелязва риска от прекомерност в поетизацията, която да доведе до откъсването на личността от реалния живот и пренасянето ѝ в илюзорен свят.

В съвременната психологическа наука са описани разнородни съдържания на фантазията и разнопосочни влияния на ангажиране с обекти на въображението върху функционирането на личността. Южноамериканският изследовател Карлос Корнехо (Cornejo, 2017) се обръща към феноменологични полета на човешкия опит и значението на фантазия като естетическо преживяване. Изследването на природата вътре и извън нас е динамичен акт, едновременно рационален и интуитивен акт. Въображението е форма на разширение на човешкия опит извън социокултурната рамка на историческия момент (Zittoun & Cerchia, 2013).

Философът Стивън Асма разглежда въображението като фундамент на познанието и ексцентричност на ума в оформяне на цялостно впечатление и обозримост за изменящата се среда (Asma, 2017). Фантазирането е дефинирано като преднамерено отлагане на откъсване от доверието в истинността на нереалното и допуска интензивни и автентични преживявания (реакции) на съдържанията на фантазията (Plante et al. 2017). Фантазията се отнася до трансформация на взаимодействието със средата, формите на въобразяване и субективно преживяване на техните значения. Тя заема междинното пространство между възприятия и познание, за да се преживее и обективизира опитът и насочи жизнената активност. Играещият човек създава един въображаем свят, остро разграничен от действителността, към който се отнася сериозно и където преобразява реални обекти и отношения (Freud, 1908/1907).

2.2. Склонност към фантазиране

В съвременната психологическа наука фантазирането е изведено като личностна диспозиция и са диференцирани характеристики на личността, склонна към фантазиране (Wilson & Barber, 1981; Lynn & Rhue, 1988; Merckelbach, Otgaar Lynn, 2021). Погълнатият от въображението си човек изглежда недостъпен, преживяванията на фантазиране могат да бъдат завладяващи и да упражнят временно потискане на информацията от вътрешната и външна среда и чувствителност към възприеманото във въображението (Wilson & Barber, 1982).

Възможно е дейността на въображението да остане недостъпна за външна проява. В теоретичните разработки на Пиер Жане, Зигмунд Фройд, Доналд Уиникът, Джейкъб

Морено е разгърнатата идеята за динамична вътрешна сцена, на която се проиграват сюжети, отразяващи променливите отношения с действителността. Предоговарянето на границата между фантазия и действителност изисква специфични промени във възприятието и оттегляне към вътрешни полета на опита. Процесът на въобразяване е ядрото на креативността според Виготски. Способността събитията да бъдат преобразувани в абстрактни форми подпомага интеграцията и осмислянето на опита в средата и прави човека същество, предвиждащо бъдещето (Vygotsky, 1930).

Съвременните психологически изследвания (Merckelbach, Otgaar & Lynn, 2021) представят данни за хетерогенната структура (вж. Таблица 1) на конструкта склонност към фантазиране и за наличието на значими взаимовръзки. Открива се *най-висока* степен на взаимосвързаност на склонност към фантазиране с *абсорбция* (с най-висока оценка), *халюцинаторни преживявания*, *магическо мислене* (шизотипна характеристика), *отклонения във възприятието* (също шизотипна характеристика), *симптоми на дисоциация* и *интензивно бленуване*. Най-слаба степен на взаимозависимост се отчита за яркост на умствената представа, депресия, тревожност, травматично събитие, отнесеност, податливост на внушения и въображаеми спомени.

Въведените нови инструменти за оценка на фантазията (Weibel et al., 2017) и ангажиране с дейността на фантазиране (Plante et al., 2017) оценяват продуктивния потенциал на въображението и въобразяването (Weibel et al., 2017, James, 1890), както и въздействия на фантазираното съдържание върху функционирането на личността (Plante et al., 2017).

Таблица 1. Структура на понятието склонност към фантазиране

Изследователи	Съдържание на конструкта склонност към фантазиране (fantasy proneness)			Инструмент за изследване
Wilson & Barber, 1981; Rhue & Lynn, 1987; Merckelbach, Horselenberg, & Muris, 2001	Склонност към фантазиране - личностна диспозиция към интензивни преживявания във форми на въображението			ICMI (Wilson & Barber, 1983); CEQ (Merckelbach, Horselenberg, & Muris, 2001)
Sánchez-Bernardos and Avia (2004)	Яркост на въобразените представи и интензивност в преживяването, сетивна чувствителност и предчувствия	Фантазии за бягство и интимност (избягване на отегчение в реалността, духовни преживявания)	Игри и преживявания на въображението в детството (магическо мислене и въобразяване), идентификации и самовнушения	CEQ (Merckelbach, Horselenberg, & Muris, 2001)
Klinger, Henning, & Janssen, 2009	Яркост и натрапчивост на представите, пропускливост на границата фантазия - реалност, сетивна чувствителност, (наличие емпирична връзка с психопатологични прояви)		Богата дейност на въображението и извличане на удоволствие от представите и игрите наужким	ICMI (Wilson & Barber, 1983)
Sánchez-Bernardos, Hernández Lloreda, Avia & Bragado-Alvarez (2015)	Желание за запазване на интимност за преживяването на фантазиране; наситени представи; интензивност на		Отчетливи спомени за значими преживявания в играта на въображението и преобразяването,	CEQ (Merckelbach, Horselenberg, & Muris, 2001)

	преживяването; оттегляне на вниманието въобразяване; (мотивационна тенденция отдаляване от ситуацията)		мистични явление и предчувствия (поведение на приближаване към нови ситуации и емоции)	
Изследователи	Нова оценка на фантазия			Инструмент
Bacon & Charlesford, 2018; Weibel et al., 2017	Креативна фантазия - използването на фантазия за достигане до нови идеи (творчество, находчивост, изобретателност, талант)		Въображаема фантазия - дейност по въобразяване и лекотата на пренасяне на вниманието към вътрешни образи и сънища наяве	Fantasy Questionnaire (Weibel et al., 2017).

2.2.1. Когниции

Проблемите на възприемането, съхранението и представянето на информация в съзнанието са изучавани в обяснение на взаимовръзката между въображение и силната податливост на внушения. Установените връзки на зависимост между дисоциативни дейности, абсорбция и смущения в когнитивните функции (Giesbrecht et al., 2006; Hyman and Billings, 1998) дават основание на изследователите да търсят сходни зависимости и за склонността към фантазиране. Експерименталната проверка на способността за критично разграничение на автентичен спомен от покриващ спомен демонстрира положителен ефект на фантазията върху работата на паметта (Merckelbach et al., 2000). Силно фантазиращите личности представят по-добре резултати в задача с *разпознаване на фалшив от действителен спомен*, както и проявяват по-ниска степен на социална желателност в отговорите. (Horselenberg et al., 2004; Kluemper and Dalenberg, 2014). В друго изследване на Харалд Меркелбах са представени данни за силно склонните към фантазиране личности, които изграждат по-убедителен и вълнуващ разказ, както за автентичен личен спомен, така и за измислено негативно преживяване, за което се предполагат и по-развити езикови умения и комуникативна компетентност (Merckelbach, 2004).

Алисън Бейкър, Клейър Уолш и Лиан Мартин (2013) също установяват, че личности със силно изявена тенденция към фантазиране са *по-умели в предаването на истории*. Техните разкази съдържат разнообразни детайлите, обрати в действието и паралелно развиващи се сюжетни линии. Склонността към фантазиране се асоциира положително с модели на мислене в алтернативни на действителността (counterfactual thinking) и е предпоставка за развитие на разсъждение в рамката „само ако“ (Bacon, Walsh & Martin, 2013). Установени са и положителни взаимозависимости със способността за потапяне в наратива на художествено произведение и осмисляне на опит на духовно равнище (Saucier & Skrzypisnak, 2006).

2.2.2. Мотивация

В началото на 70-те години на 20 в. американският учен Ерик Клиндер (Klinger, 1971) разграничава фантазирането от процесите на мислене и отстранява вниманието към схващане на фантазията като мотивационна тенденция на ангажиране в ограничени периоди от време с конкретен клас от форми на съдържание в съзнанието. Проведените от Уилсън и Барбър (1983) първи изследвания на склонността към фантазиране

открояват две различни *мотивационни тенденции в ангажиране с фантазиране*, едната обусловена от възприеманата социална подкрепа в развитие на способността за фантазиране, а другата - от негативни фактори в средата, подтикващи към фантазиране с цел да бъдат избегнати неблагоприятните въздействия. Гари Бранинган, Патриша Хоук и Джули Гуай (Brannigan, Hauk & Guay, 1991) установяват, че личности с вътрешен *локус на каузалност* в поведението са по-склонни да мечтаят за постижения и в по-малка степен развиват фантазии, изразяващи страх от провал. Последващо изследване показва, че външният локус на каузалност се свързва в по-голяма степен с блянове за отминали събития в сравнение с вътрешния локус.

Габриел Ойтинген и Дорис Майер (Oettingen & Mayer, 2002) изучават мотивационния потенциал на съдържанията на фантазиране във връзка с реализацията на успех и добро представяне. Резултатите демонстрират разнопосочни влияния на фантазирането за бъдещето върху ангажиране с действия към реализация на постижения в различни сфери на живота (професия, образование, интимни отношения, здраве). Разгръщането на представи и идеи във въображението, свързани с *положителни съдържания на фантазията* прогнозира по-ниски нива на мотивация и по-слаб успех в сравнение с *негативните съдържания* на фантазиране. Ойтинген и колеги предполагат, че позитивното фантазиране замества потенциала за действие с изживяване на удоволствие в представи за желано бъдеще (Oettingen & Mayer, 2002; Kappes, Oettingen & Pak, 2012). За разлика от последните, *негативните фантазии* за желаното бъдеще очертават потенциални проблеми пред целта, ориентират индивида за изискванията на ситуацията и подпомагат прехода от представи към успешна реализация в средата. Допуска се, че негативните фантазии в комбинация с позитивни очаквания могат да упражняват мотивиращ ефект върху личността и не следва първите да се свързват с депресия и пасивност. В обусловени от културния контекст условия положителните фантазии също могат да подкрепят мотивираните действия чрез заобикаляне на ограниченията в средата и разгръщане на възможности във въображението (Oettingen, 1997, Oettingen & Mayer, 2002).

Испанските изследователи Мария Луиз Санчез-Бернардос, Мария Хосе Хернандез, Мария Авиа и Кармен Брагадо-Алварез (2015) допускат две различни *мотивационни тенденции в развитие на фантазирането*. При първата се предполага целенасочена активност към *отдалечаване* от неблагоприятни условия на средата и проявява на слаба съзнателност в текущата дейност, а при втората човекът е подтикнат активно да *търси приближаване* към нови ситуации и емоции (Sánchez-Bernardos et al., 2015, Furnham, Hughes, & Marshall, 2013; Muris et al., 2003).

2.2.3. Афект

Шели Тайлър и колеги (Taylor et al., 1998) подчертават значението на умственото представяне на желани събития за процесите на саморегулация и справяне с предизвикателствата в средата. Своеобразното проиграване на действия в ума подготвя индивида за предприемане на адекватни стъпки за управление и регулация на афекта и конструиране на стратегиите за действие в желаната посока (Taylor et al., 1998). Съзнателното пресъздаване на потенциалния развой на стресовото събитие в ума стимулира процесите на намиране на решения и постигане на заложените цели.

Грег Фелдман и Алед Хайес (Feldman & Hayes, 2005) установяват, че *засиленото позитивно фантазиране* за желан резултат се свързва с повишена тревожност, мисловно предъвкване и саморефлексия, както и с по-слаба гъвкавост на когнитивните процеси. Такъв стил на фантазиране се асоциира положително с избягващ и импулсивен подход към решаване на проблема, злоупотреба с психоактивни вещества, избягване на негативните преживявания и ангажиране с проблема, както и в слаба степен търсене на социална подкрепа.

Склонността към фантазиране се асоциира с високи нива на невротизъм и откритост към нов опит (Klinger, Henning, & Janssen, 2009; Sánchez-Bernardos & Avia, 2004). При силно склонните към фантазиране личности могат да се наблюдават състояния на психологически дистрес и прояви на психопатология (Sánchez-Bernardos et al., 2015). В проучване на Алисън Бейкър, Клеър Уоуш и Лийн Мартин са отчетени взаимовръзки със *смушения в емоционалния тон*, но под клиничните стойности, а в клинични извадки са регистрирани взаимозависимости с депресия, тревожност, дисоциативност и шизофрения (Bacon, Walsh & Martin, 2013).

Шарон Раушенбергер и Стивън Лин (Rauschenberger & Lynn, 2003) представят данни за опосредстващия ефект на *негативния афект* върху връзката на склонността към фантазиране с прояви на психопатология, класифицирани по първа ос от американската класификация на болестите DSM-IV (тревожност, шизофрения, разстройства на настроението, храненето и съня). Изследователите допускат, че фантазирането се трансформира в дисфункционално в условия на липса или нарушена регулация на процесите на мислене и генериране на емоционална реакция, както и при предизвикващи неприятни преживявания съдържания на фантазията. Наличието на негативен афект е основен фактор в генезиса на психопатология. В опит да се открие индикатор за развоя на фантазиране, Прудънс Купър и Томас Линч (Super & Lynch, 2009) установяват, че медиатор на връзката между висока склонност на фантазиране и депресия се явява възприятието относно причините за добрите и лошите резултати в живота на личността, а именно външния локус на каузалност на собственото поведение. Фантазирането се проявява като проблемно при липса на увереност в личната компетентност и ефикасността на собствените действия и ориентация към външни фактори в регулацията на собственото поведение.

Алисън Бейкър и Джейсан Чарлсфорд (Bacon & Charlesford, 2018) допускат опосредстващ връзката на фантазиране с емоционален дистрес ефект на когнитивни стратегии за емоционална регулация при стрес. За дименсията *творческа фантазия* (Weilbel et al., 2017) не се установява значима взаимовръзка с нива на емоционален дистрес. Открива се слаба положителна взаимозависимост за категорията *въображаема фантазия* с емоционален дистрес. Резултатите показват, че дезадаптивният стил на самообвинение и на пренасяне на вината върху другите опосредства ефекта на положителното взаимодействие. От друга страна, адаптивната стратегия планиране частично опосредства връзката с ефект в обратна посока.

2.3. Фантазиране

2.3.1. Ангажиране с обекти на фантазията

Различни направления в психологията и психотерапевтичните методи се обръщат към генезиса на процесите и съдържанията на фантазиране. Предлага се диференциация в равнището на съзнателна дейност: употреба на въображението за целенасочено представяне на обекти в съзнанието и импулсивна поява на съдържанията в съзнанието (Klinger, 1978).

Габриел Ойтинген (Kappes, Oettingen & Pak, 2012; Oettingen & Mayer, 2002) предлага разграничение *в целите на взаимодействие* със съдържания на фантазията. Той описва следните форми на реализация на активността на фантазиране: *умственото сравнение между алтернативи, разтягане на удоволствието и реенето из ума* и оценява ефекти върху мотивация и готовност за ангажиране с действия към желан резултат. При *умственото сравнение* човек въобразява конкретно желание, оценява условията и рефлектира върху възможности по пътя към неговата реализация. В случаите, когато човек продължава взаимодействието с изживяно във въображението удоволствие (*разтягане на удоволствието*) или витае из представи на ума (*реене из ума*,

мечтаене), липсват очаквания за успех и подтик към действие. В литературата е интерпретиран рискът потопената в представи личност да се дистанцира от реалността в илюзорен свят на безпрепятствено изживяване на жадувания (Oettingen & Mayer, 2002; Петков, 2003).

2.3.2. Съдържания на въобразеното

Яркото въобразяване се свързва с различни сетивни модалности (зрение, вкус, обоняние, допир и мирис, реакции на тялото и афект) (Andrade et al., 2014). Репрезентацията на въобразеното в ума може да отразява фрагментирани съдържания или цялостно разгърната форма.

Възприетото взаимодействие във фантазията е изживяно като истинско, алтернативата се превръща във временна реалност. Описани са разнородни теми на съдържанията на фантазията: *преодоляване на предизвикателства, творчески решения, свързани с позитивни преживявания, копнеж, радикални възгледи, злободневни теми, екстремни дейности, антисоциални поведения, опасни и негативни преживявания* (Caci et al., 2020, Oettingen and Mayer, 2002). В литературата са идентифицирани няколко стила на фантазиране (Andrade et al., 2012; Plante et al. 2017; Caci et al., 2020), разграничени според представеното съдържание. *Позитивната посока на фантазиране* отразява положителния ефект на фантазирането върху индивидуалното развитие (детските фантазии, играта, творчеството), както и установеното в литературата взаимодействие между фантазиране и мотивацията (Oettingen & Mayer, 2002; Kappes, Oettingen & Pak, 2012). *Позитивно конструктивното фантазиране* се отличава с *приятни изживявания* във фантазията (Lynn & Neufeld, 1996). Способностите за организация и управление на емоционалната реакция се затвърждават в играта наужким. Другият стил, на *негативно фантазиране*, се асоциира с *негативни преживявания* на чувство за вина, страх, тревога, провал. *Негативна посока на фантазиране* (Plante et al, 2017) се свързва с *екстремни съдържания* (насилие, незаконни или рискови дейности) и може до окаже негативен ефект върху функционирането чрез прекомерно въвличане във вътрешната активност. Независимо от съдържанието и асоциираните приятни или неприятни усещания за емоция, фантазиите са оценени като ярки и поглъщащи вниманието (Lynn & Neufeld, 1996; Oettingen & Mayer, 2002).

2.4. СМИСЪЛ В ЖИВОТА

Ерик Клингер (Klinger, 1971; Klinger, 1977; Klinger, Henning & Janssen, 2009; Klinger & Cox, 2011; Beckman, Igou & Klinger, 2018) изучава фантазията и смисъла във връзка с човешката мотивация. Лаура Кинг и Саманта Хайнцелман очертават значението на личния смисъл в процесите на *адаптацията* и *саморегулация* и се насочват към изучаване на субективните преживявания в отношенията на индивида със средата. Те интерпретират чувството за смисъл като индикатор за активни процеси на пресъздаване на данни от действителността в стабилна кохерентна система. (Heintzelman & King, 2014a, 2014b; Зиновиева, 2010). Утвърждаването на чувство за смисленост на съществуването и мястото в обществото е разглеждано като основна психологическа потребност (Schumpe et al, 2020), а *търсенето на смисъл в живота* като фундамент в човешката мотивация (Steger et al., 2006; Martela & Steger, 2016; Steger, 2018).

Франк Мартела и Майкъл Стегер анализират съвременни подходи в изследване на психологическото разбиране за онова, което предава чувство за смисленост в живота на личността (Martela & Steger, 2016) и прецизират динамичната структура в състава на смислообразуването. Изследователите разграничават преживяването на *наличие на смисъл в живота* от *търсенето на смисъл в живота*, което се отнася до целенасочена активност към откриване на личен смисъл и установяване на задълбочено разбиране за смисъл в живота (Steger et al., 2006). Предложената от авторите диференциация

позволява да бъде внимателно изучено взаимодействието на аспектите в преживяванията на негативен афект при фрустрации в средата.

Гари Рекер и Пол Уонг (Recker & Wong, 2012) извеждат три компонента в структурата на личния смисъл в живота: *когнитивен*, *мотивационен* и *съответен с афекта*. *Когнитивният компонент* отразява ценности и убеждения и е свързан с придобиване на разбиране и зачитане на личния жизнен път. *Мотивационният компонент* е насочен към целеполагане и осъществяване на значими за личността цели. *Афективният компонент* е събирателен връх в модела и се отнася до усещане за щастие и лична удовлетвореност от реализирането на целите.

Индивидът изгражда умствена репрезентация на познанието и възприятието за света, какъвто го преживява субектът в модел, който осигурява предвидимост и консистентност на опита. Откриват се и три общи аспекта (Heintzelman & King, 2014a, 2014b) *значимост*, *цел* и *съгласуваност* (вж. Таблица 2). *Значимост* обхваща глобална оценка за живота като ценност и значението на личните качества и собствения жизнен опит. Вторият е свързан с необходимост от поддържане на осезаема *цел* в живота, мотивираща посока на поведение на осъществяване на стремежите. *Съгласуваност* на събитията в живота означава кохерентно чувство за разбиране и приемане на естествения ред на нещата .

Таблица 2. Структурни модели на смисъл в живота

Изследователи	Компоненти		
Смисъл в живота на индивида (Рекер и Уонг, 1988)	Когнитивен компонент (извличане на смисъл и разбиране на събитията и опита в живота; конструиране на система от ценности, убеждения и лични смисли)	Мотивационен компонент (системата от ценности и значения, която ръководи човека в житейския му път; поставяне и	Афективен компонент (осъществяването на смисъл в живота е свързано с чувство за удовлетвореност; събирателна и изходна точка на мотивационни и когнитивни компоненти)
Личен смисъл в живота (Рекер и Уонг, 2012)	Глобален смисъл	Ситуационен смисъл (извличането на смисъл и осмислянето на житейски събития от бита е двигател към придвижване към висши цели и глобален смисъл)	
Смисъл в живота на индивида (Хайнцелман и Кинг, 2014)	Съгласуваност (наличието на надеждни взаимовръзки и осмисляне на живота)	Цел (насочване на целите и посока на житейския път)	Значимост (преживяването за ценност и значимост на живота)
Компоненти на личния смисъл в живота (Мартеа и Стегер, 2016)	Съгласуваност (изпълване със смисъл, разбиране и съществуването, смисъл и приемане на реда на света)	Цел (поставянето на значими за личността цели и стремежът за осъществяването им в живота)	Значимост (екзистенциална оценка на преживяването за смислен живота; лична стойност и смисъл)
Предизвикателствата през чувството за личен смисъл в живота (van Tilburg, Igou, Maher & Lennon, 2019)	Загуба на илюзии (несигурност и противоречивост, неразбиране) (Maher et al., 2018)	Отегчение (безполезност и липса на посока) (Van Tilburg & Igou, 2012; 2013)	Самота (липса на лична стойност) (Heinrich & Gullone, 2006)

2.5. Екзистенциален дистрес

Уиджнанд ван Тилбърг, Ерик Игу, Пол Махер и Джозеф Ленън въвеждат понятието „екзистенциален дистрес“ (van Tilburg et al. , 2019, p.112; Maher, van Tilburg

& Igou, 2019; Van Tilburg & Igou, 2011; Zhang, Sang, Chan and Schlegel, 2018), за да обозначат състояния на негативна емоционална реакция в условия на предизвикателства пред конструирането и извличане на смисъл в живота. Съществуващите смущения засягат трите полюса в смислообразуването - значимост, цел, кохерентност (King et al., 2006; Martela & Steger, 2016; Maher, Igou & van Tilburg, 2021; Maher, van Tilburg, & Igou, 2012; van Tilburg et al., 2013) и са интерпретирани и като подтик за преоценка и установяване на нов смисъл и цел в жизнения път на личността. Предизвикателства в чувството за екзистенциален смисъл (King et al., 2006; Martela & Steger, 2016) са конкретизирани в преживявания за *самота*, *отегчение* или *загуба на илюзии* (Barbalet, 1999; van Tilburg et al., 2019).

2.5.1. Отегчение

Централна характеристика в научните схващания за преживяванията на *отегчение* е неспособността за ангажиране със стимулиращо и носещо удовлетворение взаимодействие със средата, въпреки изразеното желание (Fahlman et al., 2013; Fahlman et al., 2009; Fahlman et al., 2011). Отегчението се свързва със субективното възприятие за отсъствие на цел в жизнения път и с различни социални и психично-здравни проблеми (Fahlman et al., 2011) като депресия, тревожност, психосоматични оплаквания, агресия, нездравословно хранене, рисково шофиране, алкохолна и хазартна зависимост и други (van Tilburg & Igou, 2017). Отегченият човек изпитва трудност в насочването и концентрацията на вниманието и изменения във възприятието за време (времето върви по-бавно). Регистрирани са високи и ниски равнища на възбудимост и отрицателна емоционална валентност (Fahlman et al., 2013). Социалната среда и ситуация може да се преживяват като безсмислени и безинтересни (Barbalet, 1999).

2.5.2. Загуба на илюзии

Преживяването за загуба в поддържаните илюзии е предизвикателство пред поддържаната от личността система от ценности, убеждения и значими социални връзки (Maher, Igou & van Tilburg, 2020). Състоянието на загуба на илюзии се свързва с разкритие, което дискредитира възприетите нагласи за съгласуваност на личните събития в живота с универсалния ред и изисква пренареждане на значенията в познанието за света. На равнище на социалния контекст преживяването на загуба на илюзии се изразява в чувство за изоставеност и разочарование. Разпадът на кохерентната представа за света и човешките отношения разкрива чувство за безнадеждност и обърканост (Maher, Igou & van Tilburg, 2019; Maher, Igou & Van Tilburg, 2018; Maher, van Tilburg & Igou, 2019). Асоциира се с прояви на агресия, носталгия и радикализация в политическите убеждения (Maher, Igou, van Tilburg, 2021).

2.5.3. Самота

Научното схващане за самота отразява предизвикателство в чувството за лична значимост и ценност на социалното взаимодействие и засяга субективното възприятие за разминавания между очакваните и реалните социални интеракции (Heinrich & Gullone, 2006; Hicks, Schlegel & King, 2010; Van Tilburg et al., 2019). Негативната емоционална валентност е реакция на преживяната неадекватност на социалните отношения и засяга качеството и честота на обмена (Heinrich & Gullone, 2006). Самотата се свързва с изолация и интензивно преживяване за липса на свързаност и принадлежност към общността. Резултати от изследвания демонстрират, че усещането за самотата е ключов фактор при нарушения в емоционалната регулация и се асоциира с ниска самооценка, усещане за срам и външна атрибуция в поведението (Russel, Peplau, & Cutrona, 1980, Hughes et al., 2004; Eres et al., 2021).

2.6. Емоционална регулация в теорията за самодетерминацията

Според основния принцип в теорията за самодетерминираното поведение оптимално ниво на мотивирана дейност и усещане за благополучие се постига в условия на активно удовлетворяване на основни психологически потребности (Ryan et al., 2009; Deci & Ryan, 1985; Ryan, 1995). Личностни диспозиции и механизми в процеса на саморегулация, които подкрепят удовлетворяването на потребности от *автономност*, *компетентност* и *свързаност*, утвърждават естествени тенденции към личностен растеж в организма и поддържане на вътрешна мотивация (Ryan & Deci, 2000). Предлага се разграничение между *ориентация в мотивацията* и *процесите на регулация*, които осигуряват енергия и ефективност на действията.

В концепцията на Джеймс Грос (Gross, 1999) емоционалната регулация се отнася до активност, която индивидът предприема, за да влияе на това какви емоции изпитва, кога ги изпитва и как ги изразява. Индивидуални различия се наблюдават в реакцията на емоционалното съдържание и в мотивационните подбуди за разгръщането на отговор. Емоциите предоставят информация за характеристики на вътрешната и външната среда (Deci & Ryan, 1985, 2000). Съзнателната преработка на негативни усещания за емоции подкрепя интеграцията на преживяванията и автономната регулация на действията в средата (Ryan & Deci, 1985; Ryan & Deci, 2017; Roth, Vansteenkiste & Ryan, 2019). Ричард Райън, Едуард Диси, Гай Рот и Ави Асор са водещи изследователи, които разграничават три диспозиции в регулацията на собствените негативни преживявания, отразяващи различна степен на автономни действия: *интегративен стил на емоционална регулация*, *контролираща емоционалния отговор регулация* и *липсваща или нарушена емоционална регулация* (*дисрегулация*).

2.6.1. Интегративен стил на регулация

Мотивация към осъзнато изследване на емоционалното състояние и интеграция на негативните преживявания утвърждава усещането за личен избор в действията и реакциите на стрес (Roth, Vansteenkiste & Ryan, 2019; Ryan et al., 2006; Ryan, Deci & Vansteenkiste, 2016). Интегративният стил на емоционална регулация е обусловен от спонтанен интерес към личния смисъл в преживяванията и се свързва с висока степен на самооценка, откритост към опита и благополучие (Roth et al., 2014; Roth et al., 2018; Roth, Vansteenkiste & Ryan, 2019). Моти Бенита и колеги представят интегративния стил на емоционална регулация като личностна диспозиция и общо състояние на организма (Benita et al., 2021). Диференциацията в познанието от тази чувствителност подкрепя саморегулацията и поддържането на личните цели, както и автономно взаимодействие със средата (Ryan, Deci, Grolnick & La Guardia et al., 2006). Индивидът е свободен да избере дали да потисне или изрази своите емоции във връзка с оценката на планираната активност. Такава гъвкавост в проявите е следствие от интегративния стил на регулация, а не негова цел. Обособените етапи в процеса на регулация на емоционалната реакция засягат мотивация, когнитивна оценка и поведение на изразяване в хода разгръщане на негативната реакция. За разлика от стратегиите за справяне със стреса, фокусирани върху емоциите, подходът към негативните преживявания в теорията на самодетерминацията допуска интеграция и осмисляне на негативния опит в подкрепа на личностния растеж и успешната адаптация към условията на средата (Ryan & Deci, 2017).

2.6.2. Емоционална регулация чрез контрол и потискане

Емоциите могат да бъдат възприети и като фактори, застрашаващи качеството на социалната интеракция. В този случай е възможно състоянието на афект да се оценява и преживява като слабоуправляемо, поради което саморегулацията да е насочена към контрол на взаимодействието със средата и в избора за ангажиране със ситуацията. *Контролиращата емоционалния отговор регулация* се свързва с промяна на ситуацията,

пренасочване на вниманието, когнитивна преоценка, избягване и потискане на усещането за емоция или прикриване на външния израз на изпитваните негативни емоции. Опитите за ограничение на емоционалното въздействие върху организма могат да бъде активни на етап *генериране на емоционален отговор* (Gross, 2003) или *след формиране на реакция* в организма. Контролираната регулация в начален етап на разгръщане на емоционалния отговор може да се прояви на ниво избор и преоценка на ситуация или в *избягване на усещането* за емоцията или *дистанциране от преживяванията* с цел да се минимизира вредата (Roth et al., 2014; Shahar, Kalman-Halevi & Roth, 2018). В случаите, когато реакцията на контрол се проявява в края на генерирания емоционален отговор, действията са насочени към *избягване* или *потискане на външното изразяване на емоцията*. Поради настъпилата инхибиция и контрол над емоциите индивидите не са склонни да търсят емоционална подкрепа в социалното обкръжение и могат да изглеждат неискрени. Компрометирана е способността за преработка на негативните преживявания (Roth & Assor, 2012). Такъв стил на емоционална регулация (Roth, Vanstenkistee & Ryan, 2019) се свързва с високи нива на депресия и склонност към мисловно предъвкване.

2.6.3. Емоционална дисрегулация

Нарушена или отсъстваща саморегулация отразява състояние, в което липсва възприятие за лична значимост и индивидът не е мотивиран към взаимодействие със средата и организация на емоционалния опит. Емоционалната информация се регистрира хаотично, преживяванията остават недостъпни за преработка и настъпва смущение в целенасочената дейност на организма (Thompson, 2019; Roth, Vansteenkiste & Ryan, 2019). Възможно е осъзнато усещане за емоция, но в състояние на силно вътрешно напрежение и липса на управление на когнитивните процеси. Емоционалният израз може да се прояви като импулсивно, интензивно или неадекватно на ситуацията поведение или да бъде изцяло задържан (Cole, Hall & Hajal, 2017 цит. в Thompson, 2019). Такова състояние се свързва с високи нива на дистрес и тенденция към самонараняване, както и със социално отхвърляне, поради внезапните избухвания или оттегляния в общуването. Независимо от проявата или задържката в емоционалната реакция, при нарушената регулация индивидът преживява действията си като външни на себе си и извън обсега на способностите му за промяна (Roth & Assor, 2012; Roth et al., 2009). Когнитивната дейност е силно смутена и може напълно да отсъства оценка и преработка на емоцията.

2.7. Търсене на усещания

Научната концепция за търсене на усещания е развита в рамката на предложението от Доналд Хеб (Hebb, 1955) модел на оптимално равнище на стимулация, възбудимост и активация в организма. Марвин Зукерман обособява склонността към търсене на усещания като личностна диспозиция към търсене на непознати, интензивни и вълнуващи изживявания. Отчита се готовност да се поеме риск заради тръпката от самото преживяване и отвореност към експериментиране (Zuckerman, 1994; Hoyle et al., 2002). Силно склонните към търсене на усещания индивиди губят лесно интерес и се нуждаят от разнообразие в стимулиращите влияния. Потребността от търсене на нови и вълнуващи преживявания може да бъде трансформирана в особености във вкуса в естетиката, предпочитания към специфични филмови и литературни жанрове, музикални стилове, съдържания на популярната култура (Zuckerman, 2015). Изразява се в предпочитания към ангажиране с филмови жанрове, свързани с еротика и насилие, рок музика, както и направления в изкуството като експресионизъм, сюрреализъм, абстракционизъм и поп-арт. Развитото умение за пренасяне в наратива е решаващо в четенето на художествена литература като отговор на потребността от поддържане на

високи нива на активация, стимулация и възбудимост в организма (Jensen, Imboden & Ivic, 2011). Резултатите показват, че силно ориентираните към нови усещания личности с развити умения за пренасяне в наратива проявяват изразени предпочитания към фентъзи жанрове и научна литература.

Съвременните емпирични подходи в изучаване на тенденцията към нови усещания допускат централна роля на стремежа към установяване на смисъл и значимост на мястото на индивида в света (Kruglanski, Chen, Dechesne, Fishman, & Orehek, 2009 цит. в Schumpe et al., 2020). Различни състояния на екзистенциална криза поставят препятствия към поддържане на личния смисъл в живота и налагат промени за възстановяване на чувството за смисъл. За разлика от постиженията, възбудата и интензивното усещане за вълнение предлагат директен отговор на търсенето на личен смисъл (Martin, 1999). Тенденцията към търсене на разнообразие, новост и интензивност на стимулация, провокирана от опити за откриване и установяване на личен смисъл в живота. Дисертационният труд предлага фантазията да бъде разгледана като тенденция към възстановяване на усещането за личен смисъл в живота чрез достигане до разнообразни преживявания във въображението.

ПОСТАНОВКА И ОРГАНИЗАЦИЯ НА ИЗСЛЕДВАНЕТО

3.1. Обосновка на теоретико-емпиричния модел

Въз основа на направения литературен обзор и проведено пилотно изследване е конструирана теоретична рамка на емпиричното изследване, представена на Фигура 1. Теоретико-емпиричният модел в научния труд изучава директни и индиректни взаимодействия между специфични форми на фантазиране като *независими променливи* в комбинация с диспозиции в емоционалната регулация и търсене на усещания и фактори на смисъла в живота в предвиждане на изменения в нивата на *зависимата променлива* екзистенциален дистрес (отегчение, самота и загуба на илюзии). Моделът допуска *опосредстващи ефекти* за променливите стил на емоционална регулация и личен смисъл в живота върху връзката на фантазиране с екзистенциален дистрес. Двете нива на променливата личен смисъл в живота (търсене и наличие на смисъл в живота) са разгледани и като *зависими променливи*, за които се проучва ефекта от взаимодействието на фантазиране с диспозиции в стила на емоционална регулация и търсене на усещания.



Фигура 1. Теоретико-емпиричен модел на интерактивните ефекти на склонност към фантазиране, емоционалната регулация, търсене на усещания, личен смисъл в живота и екзистенциален дистрес при възрастни индивиди.

3.2. Цел, задачи и хипотези на изследване

Водеща цел в дисертационния труд е изучаване на характеристики на явлението фантазиране в българска социо-културна среда и проучване на взаимовръзки, директни и индиректни взаимодействия. Изследват се връзките и степента на взаимодействие между специфични форми на фантазиране, стилове на емоционална регулация и търсене на усещания във връзка с преживявания на смисъл в живота и екзистенциален дистрес.

За постигането на тази изследователска цел, са поставени за решаване следните задачи:

1. Да се проведе изследване на субективни схващания за преживяванията на фантазиране и особености в ангажиране с въобразеното чрез метода на полуструктурирано интервю.
2. Да се прецизира разбирането за основни значения, характеристики на преживяването и функциите на фантазията въз основа на резултатите от качественото изследване.
3. Да се разработи допълнителна скала за оценка на изведените в качественото изследване компоненти на явлението.
4. Да се адаптират утвърдени психологически въпросници за оценка на творческия опит и фантазията в българска социо-културна среда.
5. Да се адаптират психологически скали за оценка на състоянията отегчение, загуба на илюзии и стилове на емоционална регулация.
6. Да се установят взаимовръзките между компоненти в структурата на фантазията, стилове на емоционална регулация и търсене на усещания, състояния на наличие и търсене на смисъл в живота, както и състояния на екзистенциален дистрес (отегчение, самота, загуба на илюзии).

7. Да се проверят директни и индиректни ефекти на склонността към фантазиране върху конструирането на смисъл в живота (търсене и наличие на смисъл) през допусканите опосредстващи ефекти на стилове на емоционална регулация.
8. Да се проверят директни и индиректни ефекти на склонността към фантазиране върху състоянията на екзистенциален дистрес през допусканите опосредстващи ефекти на стилове на емоционална регулация и на фактори на личния смисъл.
9. Да се провери диференциращият ефект на изследваните социално-икономически и демографски характеристики върху склонността към фантазиране, конструиране на смисъл в живота, състоянията на екзистенциален дистрес и стилове на емоционална регулация и търсене на усещания.

Хипотези

Следва да се обърне внимание преди четенето на следващите параграфи, че обособените специфични форми на фантазиране (независими променливи в количественото изследване) са генерирани като резултат от анализа на структурната организация на въпросниците за оценка на фантазия, фантазиране и творчески опит и повторен анализ на тематичните съдържания, генерирани в рамката на пилотното изследване.

Задълбоченият теоретичен обзор представен в разработката и целите на научния труд предполагат генерирането на следните хипотези за разнопосочни ефекти, подкрепящи конструиране на смисъл в живота или задълбочаващи състояния на екзистенциален дистрес, в зависимост от формата на фантазиране, стила на емоционална регулация и ориентацията към търсене на смисъл и усещания:

Хипотеза 1: Допуска се, че възрастта ще има диференцираща роля върху екзистенциален дистрес, търсене на усещания и форми на фантазията. Очаква се респондентите в началото на ранна зряла възраст да имат повишена склонност към преобразяване, отнасяне във въображението и изобретателност, към търсене на преживявания и непредвидимото и към търсене на смисъл в живота, в сравнение с изследвани лица в по-зряла възраст. Очаква се респондентите в началото на ранна зряла възраст да имат повишени нива на *отегчение* в сравнение с изследвани лица в по-зряла възраст.

Хипотеза 2: Предполага се, че фантазирането ще има различен директен ефект върху наличие на смисъл в живота в зависимост от формата на фантазията, стила на емоционална регулация и склонността към търсене на преживявания и непредвидимото. Очаква се усилване на степента на *изобретателност* и *трансцедентна фантазия*, както и *интегративен стил на емоционалната регулация* да прогнозира усилване на степента на *наличие на смисъл в живота*. Очаква се усилване на степента на *преобразяване* и използване на въображението като *алтернатива на реалността*, емоционална регулация *чрез контрол* и *търсене на преживявания и непредвидимото* да предвижда усилване на степента на *търсене на смисъл в живота*.

Хипотеза 3: Предполага се, че отслабване на степента на наличие на смисъл в живота в съчетание с усилване на степента на търсене на тръпка и дезинхибиция при определени форми на фантазиране ще предвижда усилване на степента на екзистенциален дистрес:

- а. Очаква се *отслабване на степента на наличие на смисъл в живота* в комбинация с усилване на нивото на *въображение в детството* и степента на *търсене на тръпка и дезинхибиция* да предсказват усилване на степента на *висока възбудимост и незаинтересованост (отегчение)*;

- b. Очаква се *отслабване на степента на наличие на смисъл в живота* в съчетание с усиление на степента на *преобразяване* и *отнасяне във въображението* да предсказват усиление на нивото на самота;
- c. Очаква се усиление на степента на *търсене на смисъл, преобразяване и употреба на въображението като алтернатива на реалността* да предсказва усиление на степента на загуба на илюзии.

Хипотеза 4: Допуска се, че *фантазирането* ще има директен, както и индиректен ефект през опосредстващото влияние на емоционална регулация върху зависимата променлива самота. Очаква се усиление на степента на *преобразяване, отнасяне във въображението, употреба на въображението като алтернатива на реалността и изобретателност* да предсказва усиление на степента на *самота*. Очаква се опосредстващия ефект на *емоционална дисрегулация* да усилюва ефекта на независимите променливи *преобразяване, отнасяне във въображението, алтернатива на реалността* върху зависимата променлива *самота*. Очаква се опосредстващия ефект на *емоционална регулация чрез контрол* да усилюва отрицателната връзка между независимата променлива *изобретателност* и зависимата променлива *самота*.

Хипотеза 5: Допуска се, че *фантазирането* ще има директен, както и индиректен ефект през опосредстващото влияние на променливата емоционална регулация върху зависимата променлива отегчение:

- d. Очаква се опосредстващия ефект на променливата емоционална регулация чрез *контрол* да усилюва ефекта на положителна връзка между независимата променлива *преобразяване* и зависимата променлива *висока възбудимост и незаинтересованост и невнимание (отегчение)*.
- e. Очаква се степента *емоционалната дисрегулация* да усилюва ефекта на връзката между независимата променлива *въображение в детството* и зависимата променлива *висока възбудимост и незаинтересованост (отегчение)*. Очаква се степента на *емоционална дисрегулация* да усилюва ефекта на положителна връзката между независими променливите *алтернатива на реалността и отнасяне във въображението* и зависимата променлива *висока възбудимост и незаинтересованост и невнимание (отегчение)*.
- f. Очаква се опосредстващият ефект на променливата *емоционална дисрегулация* да усилюва ефекта в обратнопропорционалната връзка между независимата променлива *изобретателност* и зависимата променлива *висока възбудимост и незаинтересованост и невнимание (отегчение)*.

Хипотеза 6: Допуска се, че *фантазирането* ще има директен, както и индиректен ефект през опосредстващото влияние на емоционална регулация върху зависимата променлива загуба на илюзии. Очаква се променливата *емоционална дисрегулация* да усилюва ефекта на независимата променлива *въображение в детството* върху зависимата променлива *загуба на илюзии*. Очаква се променливата емоционална регулация чрез *контрол* да усилюва ефекта на независимите променливи *преобразяване, преобразяване и отнасяне във въображението* върху зависимата променлива *загуба на илюзии*.

Хипотеза 7: Допуска се, че *фантазирането* ще има директен и индиректен ефект през опосредстващото влияние на личния смисъл в живота върху зависимата променлива самота. Очаква се променливата *търсене на смисъл* да усилюва ефекта на независимите променливи *преобразяване, отнасяне във въображението и фантазиране като алтернатива на реалността* върху зависимата променлива *самота*.

Хипотеза 8: Допуска се, че фантазирането ще има директен и индиректен ефект през опосредстващото влияние на личния смисъл в живота върху зависимата променлива отегчение: Очаква се променливата *наличие на смисъл* да има опосредстващ ефект в обратна посока върху връзката между независимата променлива *преобразяване* и зависимата променлива *слаба възбудимост и незаинтересованост*.

Хипотеза 9: Допуска се, че фантазирането ще има директен и индиректен ефект през опосредстващото влияние на личния смисъл в живота върху зависимата променлива загуба на илюзии: Очаква се променливата *търсене на смисъл* да усилва ефекта на независимата променлива *въображение в детството* върху зависимата променлива *загуба на илюзии*.

Хипотеза 10: Допуска се, че склонността към фантазиране ще има директен, както и индиректен ефект върху през опосредстващото влияние на емоционална регулация върху зависимата променлива личен смисъл в живота. Очаква се променливата *интегративния стил на емоционална регулация* да усилва положителния ефект на независимите променливи *изобретателност* и *въображение* върху зависимата променлива *наличие на смисъл*. Очаква се променливата *емоционалната регулация чрез контрол* да усилва положителния ефект на независимите променливи *преобразяване, алтернатива на реалността, отнасяне във въображението и трансцендентна фантазия* върху зависимата променлива *търсене на смисъл*.

3.3. Инструментариум

3.3.1. Пилотно качествено изследване

Основен проблем в изучаване на явлението фантазиране в психологическата наука е липсата на ясна смислова концептуализация и разграничение на фини нюанси в операционализацията на съдържанието. С цел да бъдат преодолените описаните ограничения като първа стъпка в рамката на изследването бе проведено пилотно качествени проучване на субективния опит във фантазиране. Използван е методът на полуструктурираното интервю. Обособени са смислови категории, изградени на база анализ на описаните в литературата теоретични и емпирични подходи.

3.3.2. Основно емпирично изследване

Психологическият въпросник използван в емпиричното изследване включва единадесет скали в приложената обща тестова батерия. Адаптирани са утвърдени в психологическата литература скали за оценка на фантазия и творчески опит, както и скали за оценка на състояние на отегчение и стил на емоционална регулация. Отчетени са добри психометрични показатели, а-данни за *установената в анализа структурна организация и вътрешна консистентност на въпросниците са представени на Таблица 5 (стр. 29)*.

Въпросник за оценка на творческия опит (Creative Experience Questionnaire, Merckelbach, Horselenber & Muris, 2001)

Оригиналният въпросник на Харалд Меркелбах, Робърт Хорселенберг и Питър Мурис съдържа 25 твърдения и се утвърждава като основен инструмент за оценка на склонност към фантазиране в психологическите изследвания след 2000-та година. Генерираният по установените процедури български вариант на въпросника е преведен обратно на английски език от двама специалисти и одобрен от авторите на оригиналния въпросник. Адаптираният въпросник за творческия опит съдържа 19 твърдения, предназначени за изследване на личната история на фантазиране и прояви в дейността по въображение на възрастния. Скалата за оценка предлага два отговора- „да“ и „не“.

Обособени са три подскали, за които подробно описание може да откриете в част Структура на фантазията (29 стр.):

- *трансцедентна фантазия* се отнася до интуиция, интензивни реакция на въобразеното и мистичен опит;
- *преобразяване* се свързва с активно взаимодействие с фантазираното;
- *въображение в детството* се отнася до детското въображение.

Въпросник за оценка на фантазията (The Fantasy Questionnaire, Weibel, Martarelli, Häberli & Mast, 2017)

Оригиналният въпросник е базиран на серия от известни в литература въпросници и представлява самооценъчен въпросник, състоящ се от 27 твърдения, които проучват опита във въобразяване и творческата активност. Полученият български вариант е преведен по утвърдените процедури и одобрен от авторите на оригиналния въпросник. Адаптираният за българска социокултурна среда въпросник за оценка на фантазията съдържа 24 твърдения разпределени в три фактора. Подробно описание на съдържанието на компонентите може да откриете в Структура на фантазията (29 стр.). Използваната скала за оценка е пет-степенна, Ликъртов тип, варираща от „1 – изобщо не съм съгласен“ до „5 – напълно съм съгласен“. Трите субскали оценяват:

- *изобретателност* се отнася до новаторство и откриване на нови решения;
- *въобразяване* се свързва с интензивни възприятия във въображението;
- *отнасяне във въображението* въвличане в съдържания на ума.

Скали за оценка на емоционалната регулация (Emotion regulation scales - Roth, Assor, Niemiec, Ryan, & Deci, 2009)

Гай Рот, Ави Асор, Кристофър Нимиич, Ричард Райън и Едуард Дисси (2009) разработват психологически инструменти за оценка на стил на емоционалната регулация. Първоначалният вариант на трите самооценъчни въпросника оценява интегративен стил на емоционална регулация, стил на емоционална дисрегулация и емоционална регулация чрез контрол на мотивацията и потискане на негативния емоционалния израз. Получените български варианти на скалите са преведени от екип по установените процедури и е получено одобрение от авторите на въпросниците. За специфичните цели на настоящето психологическо изследване бе направен избор за приложение на 15 твърдения, разпределени в три скали за оценка на стил на *емоционална дисрегулация*, *интегративен стил на емоционална регулация* и *емоционална регулация чрез контрол и потискане*. Използвана е шестстепенна Ликъртова скала за оценка. Възможните отговори варират от „1 – Изобщо не съм съгласен“ до „6 – Напълно съм съгласен“. Всяка от скалите е съставена от 5 твърдения.

Скала за оценка на емоционална дисрегулация се отнася до липса на управление и мотивирани действия за организация на емоционалната реакция;

Скала за оценка на интегративен стил на емоционална регулация се свързва с целенасочено изследване на възприятието и причините за негативни преживявания и автономно управление на реакцията;

Скала за оценка на емоционална регулация чрез контрол и потискане се състои се от две подскали:

- *емоционална регулация чрез потискане* се отнася до недопускане на усещане за емоционален дистрес и потискане на изразяването;
- *емоционална регулация чрез контрол* се отнася до контрол в управлението на негативните емоции и чувствителност към преживяванията на другите в условия на възприятие за силен вътрешен натиск.

Въпросник за оценка на смисъл в живота (Meaning in Life, Steger, Frazier, Oishi & Kaler, 2006)

Оригиналният въпросник се състои от 10 въпроса, разпределени в две подскали:

- *Наличие на смисъл* се свързва с преживяване на чувство за лична значимост и осмисленост на живота.
- *Търсенето на смисъл* се отнася до целенасочена активност към откриване на личен смисъл и установяване на задълбочено разбиране за смисъл в живота.

Всяка от подskalите съдържа пет айтема. За оценка на айтемите от скалата се използва седемстепенна скала от Ликъртов тип. Скалата за възможни отговори варира от „1 – Изобщо не съм съгласен“ до „7 – Напълно съм съгласен“. Въпросникът е публикуван за свободен достъп и преведен по установените процедури.

Скала за оценка на самота (R-UCLA Loneliness Scale, Russell et al. 1996; Hughes et al., 2004)

За оценка на самота са използвани *четири* твърдения от ревизираната скала за оценка на самота (R-UCLA Loneliness Scale, Russell et al. 1996). Мари Хюгс, Линда Лайт, Луиз Хокли и Джон Качопо (Hughes et al., 2004) предлагат кратка скала за оценка на самота, в която се прилагат трите твърдения с най-високи факторни тегла от оригиналния въпросник. В настоящето изследване са използвани същите три въпроса, заедно с четвърти. Използвана е четиристепенна Ликъртова скала за оценка. Възможните отговори варират от „1 – Никога“ до „4 – Често“. Въпросникът е преведен от екип по установените процедури и е получено одобрение от авторите.

Скала за оценка на състояние на отегчение (Multidimensional State Boredom Scale (MSBS) - Fahlman, Mercer-Lynn, Flora, Eastwood, 2013)

Оригиналната скала съдържа 29 твърдения за оценка на различни аспекти в състоянието отегчение. Полученият български вариант е преведен от екип по установените процедури и одобрен от авторите на оригиналния въпросник. Използвана е 7-степенна Ликъртова скала за оценка на степен на съгласие. Адаптираната за български условия скала запазва броят на твърдения в оригиналната, разпределени в четири субскали:

- *Висока възбудимост и незаинтересованост* – свърза се с възбудимост и честа промяна на емоционалния тон и слаба ангажираност със средата и възприятие за липса на стимулираща цел;
- *Слаба възбудимост и незаинтересованост* – отнася се до слаба възбудимост, социална дистанцираност и негативна емоционалност, както и слаба ангажираност със средата и нерешителност;
- *Невнимание и неудовлетвореност* - трудности с концентрацията и насочване на вниманието, блуждаещи мисли и липса на удовлетворяваща ангажираност;
- *Възприятие за времето* - субективно възприятие за забавен ход на времето.

Скала за оценка на състоянието на загуба на илюзии (Disillusionment Measure, Van Tilburg, Igou, Maher & Lennon, 2019)

За оценка на състоянието загуба на илюзии в настоящето изследване е приложен оригиналният подход на Уиджнанд ван Тилбърг, Ерик Игу, Пол Махер и Джозеф Ленън. На изследваните лица е предоставено следното определение за състоянието на загуба на илюзии: "Усещането за загуба на илюзии е емоционално състояние, породено от осъзнаването че нещо, което сте приемали за истина, в действителност не е такава, или че нещо, което сте считали за добро, не е толкова добро, колкото сте вярвали. Може да се свърже и с неуспех в постигането на дългосрочни цели". Следват две твърдения за оценка на дефинирания дистрес (Колко често преживявате загуба на илюзия?; Колко често изпитвате осъзнато чувство на описаното по-горе състояние?). Използвана е 7-

степенна Ликъртова скала. Възможните отговори варират от „1 – Никога“ до „7 – Винаги“. Въпросникът е преведен от екип от специалисти по установените процедури и одобрен за приложение от авторите на въпросника.

Кратка скала за търсене на усещания (адаптация Карабелъова, Петров и Иванова, 2012; Form V of the Sensation Seeking Scale, SSS-V, Zuckerman, Eysenck, & Eysenck, 1978; Hoyle et al., 2002;).

Оригиналната съкратена форма на скала за оценка на диспозиция към търсене на усещания е адаптирана за български условия от екип – С. Карабелъова, М. Миланов, Д. Петров, Е. Иванова. Съдържанието ѝ представя 8 твърдения, конструирани въз основа на Форма V на Скала за оценка на търсене на усещания (Form V of the Sensation Seeking Scale, SSS-V, Zuckerman, Eysenck, & Eysenck, 1978) (Hoyle et al., 2002). Използва се петстепенна Ликъртова скала за оценка на степен на съгласие.

Анализът в настоящето изследване обединява два по два фактори, изведени в адаптирания оригинален кратък въпросник и демонстрира наличието на две подскали за оценка на:

- *търсене на тръпка и дезинхибиция* – желание за включване в активности, свързани с висока стимулация и адреналин и потребност от освобождаване на напрежението без задръжки и ограничения в социалната интеракция;
- *търсене на нови преживявания и непредвидимото* – непоносимост към монотонни дейности и повторемост и потребност от нови и вълнуващи преживявания, свързани с пътувания, стил на живот и интересни познания.

Допълнителна скала за оценка на фантазиране

Въз основа на резултатите от пилотното качествено изследване е конструирана допълнителна скала за оценка на фантазиране, която се състои от 12 твърдения. Размерът на извадката и отношението респондент към изследвана променлива отговарят на утвърдените критерии (Nunnally, 1994). Използвана е пет-степенна Ликъртова скала. Възможностите за отговор варират от „1 – Изобщо не съм съгласен“ до „5 – Напълно съм съгласен“. След проведените анализи са обособени три подскали:

- *алтернативна на реалността* се свързва с активно взаимодействие със съдържания на фантазията и се отнася до лични и различни на реалността преживявания;
- *възприемане за себе си* се отнася до идентификация с роли и преживявания във въображението и състояния на релаксация;
- *контрол* се отнася до контрол и управление на дейността на въобразяване.

3.4. Респонденти

3.4.1. Пилотно качествено изследване

Проведени са полуструктурирани интервюта с общо 27 души - 1 момче на 7 години и 26 възрастни респонденти, сред които 11 мъже и 15 жени. Средната възраст ($\bar{x}$) на възрастните участници е 42.81 г., при стандартно отклонение за извадката $SD=14,84$. Разпределението на участниците по възраст показва най-висок брой (13) респонденти на възраст между 21-39 г. Седем са респондентите на възраст между 39 г. – 57 г., шест между 57 г.-75 г. и един на 7 г. (със съгласие на родител).

3.4.2. Основно емпирично изследване

В изследването вземат участие 369 човека. Изследваните лица са на възраст между 18г. и 80г. са 367, двама респонденти са на 17г. ($X=39.21$, $SD=13.55$). Обособени са пет възрастови групи за целите на изследване: от 17г. до 27г. (21%)- начало на ранна

зряла възраст; от 28г. до 37г. (24%)- късен период на ранна зряла възраст; от 38г. – 47г. (31%)- начало на средна зряла възраст; от 48г. – 57г. (13%)- късен период на средна зряла възраст; над 57г. (11%)- късна зряла възраст.

По отношение на общото разпределение по признак пол преобладават жените (66.9%) спрямо мъже (31.4%), несъобщили пол (1.6%). Според признак местоживеење са обособени четири групи: столица (79.4%), областен град (13.3%), малък град (5.4%), село (1.9%). Преобладават респондентите с висше образование: магистър (58.5%), бакалавър (19.8%) и средно образование (21.7%). По признак доход са обособени пет групи според месечно възнаграждение: 1500лв. (25.7%), между 1501лв. и 3000лв. (31.2%), между 3001лв. и 5000лв. (14.9%) над 5001лв. (11.7%), без отговор (16.5%). Признак семейното положение е разгледан в пет групи: женен/омъжена (39.3%), съвместно съжителство с партньор (21.7%), вдовец/ица (1.6%), несемееен (31.4%), разведен (6%). Преобладава дялът на респонденти, които съобщават, че имат деца (54.7%) спрямо онези, които съобщават че нямат (45.3%).

3.5. Използвани методи за статистически обработка и анализ на данните

Използвани за количествени и качествени методи за обработка на данните от изследването и проверка на изследователските хипотези. Това са специализирания софтуер Atlas.ti, статистическият пакет IBM SPSS Statistics v.20, а за медиаторните анализи е приложен сравнително нова програма за структурно моделиране с уравнение (Structural equation modeling) R package lavaan (Rosseel, 2012; Ганева, 2016; Найденова, Джамджиева, Стаевска, 2008; Петков, 2022; Калинов, 2013). Проведени са следните статистически анализи:

Факторен анализ- статистическа техника за анализ на взаимовръзките между отделените айтеми (променливи), за да бъдат идентифицирани нови базови променливи-фактори (скрит променливи) във основа на силата на корелациите помежду им. За установяване на броя фактори в структурата на използваните психологически скалите са използвани изследователски факторен анализ (EFA) и потвърждаващ факторен анализ (CFA), а за проверка на вътрешната консистентност е приложен Алфа на Кронбах (α).

Дескриптивна статистика- метод за обобщаване на данните, за да бъдат представени основни характеристики на изследователската извадка свързани с честотното разпределение, мерки за разсейване на разпределението и мерки за средните величини.

Корелационен анализ- оценка и анализ на силата и направлението на зависимостта между две променливи, чрез корелационен коефициент на Пийърсън (r).

Еднофакторен дисперсионен анализ (One-Way ANOVA)- параметрична процедура за проверка на статистическата значимост на разликата между средноаритметичните стойности за две или повече групи изследвани лица.

t-test за независими извадки- статистически метод, който се използва за откриване на статистически значимо различие между средноаритметичните стойности на две независими извадки

Множествен линеен регресионен анализ- набор от статистически процедури за прогнозиране на стойностите на зависимата променлива спрямо свързана с нея независимата променлива.

Медиаторен анализ- медиаторният анализ се основава на допускането, че влиянието на определен фактор се опосредства от различни, вътрешни процеси и характеристики (Baron & Kenny, 1986). Медиаторният ефект изразява условията, при които една независима променлива повлиява една зависима променлива чрез трета, неречена медиатор. Общият ефект на медиация се разделя на директния ефект върху

зависимата променлива Y (път **с'**) и индиректния ефект върху зависимата променлива Y през медиатора M (път **a** и **b**).

АНАЛИЗ И ДИСКУСИЯ НА РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ ИЗСЛЕДВАНЕТО

4.1. Пилотно изследване- съдържателен и тематичен анализа на субективните преживявания на фантазиране

В първата част на емпиричната работа е използван методът на полуструктурирано интервю. Общата продължителност на направените записите е 297 минути. Средната продължителност на едно интервю е 12 минути. След сравнение на транскрибирания файл с оригиналния аудиофайл и отстраняване на грешките са генерирани 129 страници писмен текст или общо 33 653 думи (26 675 без въпроси). Основна част от респондентите споделят затруднение от факта, че за повечето участници това е първи опит в говоренето за психичния опит във фантазиране. Трябва да се отбележи усърдието и готовността на респондентите в преодоляването на тази трудност и предаването в текст на субективни значения и автентични преживявания.

Структурна организация и генерирани съдържания

Основните цели в конструирането на обект на изследването са свързани с определяне на релевантни характеристики на феномена и изучаване ролята на дейността в живота на личността. Данните са обособени в смислови категории (вж. Таблица 3). Предложена е диференциация между *значения, мотивация и преживявания* в опита на фантазиране (Reker & Wong, 2012). Направени са множество итерации в опит да се достигне задоволително ясна рамка на смисловите съдържания. *Когнитивният компонент* (познание) отразява представата за фантазията и мястото на фантазирането в живота на личността и засяга осмислянето на опита във въобразяване. *Мотивационният компонент* засяга причините и целите, подкрепящи дейността и ценността на фантазията за човека. *Афективният компонент* е свързан с емоционални преживявания, възбудимост и сетивност. Конструирани са петнадесет подкатегории (вж. Таблица 3).

Таблица 3. Ядра на смислова организация

Познание	Афект	Мотивация
Същност на фантазията	Афект и реакция на тялото	Потребност в преживяването
Форма на пространството	Преживяване на чувство за фантазиране	Насока на въобразяване
Съзнание за фантазиране	Интимност на преживяването	Цели на фантазиране
Съзнателност в изпълняваната дейност	Прекомерност във фантазирането	Утилитарно значение
Качества на вниманието	Преживяване във въобразеното	
	Позиция на активност във въображението	

Анализът и интерпретацията на генерираните съдържания открива *универсално присъствие на явлението* в живота на личността и възприятие за фантазията като пространство на *недостижимото* в реалността. Откроява се централна роля на *желанието* и *копнежа* като източник на фантазиране и стремеж към преживяване на вълнения в съзнанието. Правят впечатление вариации в *позицията на активност във въобразеното* (активна и пасивна) и запазване на критичност към преживяванията. Очертава се и нова категория, свързана с необходимостта от *управление и организация на дейността* и *възприетата позиция на активност* във въображението. Фантазирането се обособява като *интимно възприятие* свързано с позитивни изживявания на копнеж,

отдих и вълнуващи усещания. Открива се разбиране за негативна посока на развитие на фантазирането, свързана с конкретни съдържания или със смущения във функционирането на личността, свързани с *прекомерно ангажиране с въобразеното*. Интерпретативният преглед проследява генерираните от участниците изразни средства в техните описания на фантазия и фантазиране (вж. Таблица 4). Анализирани са смислови отношения с други теоретични конструкти като мечтаене, творчество и въображение. Фантазирането, в сравнение с мечтаенето се асоциира спонтанно с взаимодействие на територията на *недостижимо в реалността*. Представени са *нови аспекти* в активността на фантазиране: упражняван контрол върху дейността; позиция на активност във въображението; фантазирането като израз на копнеж и недостижимото. Въз основа на генерираните отговори в български социално-културен контекст е конструирана и допълнителна скала за оценка на фантазиране.

Таблица 4. Употреба на думи и изрази в транскрибираните записи на респондентите

Думи и изрази в транскрибираните записи на респондентите	Брой думи в текста
реалност (74), реално/а (26), нереално/а (5); реални/ия (32); (не е зададена от изследователя);	137
живот, живее, вживява, жив, изживея	99
чувство/а/и; чувствам; почувства, предчувства	83
искам (30); желание/я, желано (26); нежелание (4); пожелание (1); копнеж (4)	61
представям, представя/и, представа (60)	60
място (36), форма(14), пространство(7), измерение (2)	59
образ/и/но (17), преобразява (7), разнообразен (1), въобразено (1), въобразявам (1); въображаемо (1), въображение (24)	52
свят (друг, хубав, красив, нашия, заобикалящ, целия, различен, реалния, вълшебен, приказен, вътрешен, християнски, несъществуващ, материален, фантазмен, паралелни)	47
различен/о	42
мечта/мечтая/помечтая/мечтаене; блян (6)	41
създавам/създам/създаде/създава/пресъздам/създаване (15), измисля/измислен/о (14), креативност/а (4), творчество/ска (8)	41
невъзможно/ст (8); неосъществени (2), неосъществими (2), възможно/ст (27)	39
смисъл (33), смислен (1)	34
преживяване/преживявам/преживял/преживея/преживееш/преживея	22
(в, от, моята) глава	21
творчество (4), художествен (1), изкуство (4), креативност (4)	13
идея	9
възприятие/възприемане/възприемам/възприемат	8

4.1. Вътрешна консистентност и структурна организация на използваните в изследването инструменти

За установяване на вътрешната консистентност и структурна организация на използваните скали са приложени експлораторен и потвърждаващ факторен анализ по метода на главните компоненти и ортогонални и неортогонални ротации по методите на Варимакс и Промакс с нормализация на Кайзер (Varimax and Promax with Kaiser Normalization). Получените данни демонстрират добри нива на вътрешна консистентност на въпросниците, но се установяват разлики в структурната организация на оригиналните въпросници. След подробен статистически анализ и интерпретация на изведените данни с цел прецизиране на структурната организация и подобряване нивата на вътрешна консистентност за част от скалите бяха премахнати твърдения. Резултатите са представени в Таблица 5.

Таблица 5. Структура на въпросниците след статистически анализи на получените данни и коефициенти на вътрешна консистентност

	Брой твърдения	Алфа на Кронбах (α)
Въпросник за оценка на творческия опит		0.789
Трансцедентна фантазия	8	0.680
Преобразяване	6	0.705
Въображение в детството	5	0.570
Въпросник за оценка на фантазията		0.917
Изобретателност	8	0.876
Въобразяване	10	0.865
Отнасяне във въображението	6	0.793
Въпросник за оценка на смисъл в живота		0.756
Наличие на смисъл в живота	5	0.886
Търсене на смисъл в живота	5	0.880
Скала за оценка на състояние на отегчение		0.954
Висока възбудимост и незаинтересованост	10	0.897
Слаба възбудимост и незаинтересованост	8	0.906
Невнимание и неудовлетвореност	6	0.844
Възприятие за време	5	0.896
Скала за оценка на самота	4	0.786
Скала за оценка на загуба на илюзии	2	0.892
Емоционална дисрегулация	5	0.850
Интегративна емоционална регулация	5	0.801
Емоционална регулация чрез контрол и потискане		0.703
Емоционална регулация чрез потискане	3	0.793
Емоционална регулация чрез контрол	2	0.469
Скала за оценка на търсене на усещания		0.760
Търсене на тръпка и дезинхибиция	4	0.581
Търсене на преживявания и непредвидимото	4	0.781
Скала за оценка на фантазиране		0.702
Алтернатива на реалността	5	0.725
Възприятие за себе си във въображението	3	0.469
Контрол на въображението	2	0.357

4.2. Структура на фантазията

Настоящата част от работа има за цел да предложи прецизиране на структурата на явлениято фантазия. В общия въпросник на емпиричното изследване са приложени последователно три скали за оценка на фантазия, творчески опит и фантазиране. Първите две скали се използват за първи път в български социокултурен контекст. Третата скала е конструирана като резултат от анализа на генерираните в полуструктурирани интервюта субективни схващания за склонността към фантазиране. След приложените статистически анализи са изведени девет измерения на фантазията. Следва да се отбележи, че за две от тях (възприятие за себе си във въображението и контрол на въображението) са отчетени слаби коефициенти за надеждност, поради което не са разглеждани в последващите анализи.

След задълбочен анализ на литературата, резултатите от пилотното проучване и събраните данни в основното емпирично изследване са обособени *седем измерения* на фантазията. Приложеният корелационният анализ установява статистически значими във висока, умерена и слаба степен взаимозависимости между седемте компонентна. Тяхното подробно съдържание е представено на Таблица 6.

Измеренията *изобретателност*, *отнасяне във въображението*, фантазирането като *алтернатива на реалността* и *преобразяване* могат да бъдат обобщени като доближаващи се до изразеното разбиране за продуктивния или комбинаторен потенциал на въображението (Уилям Джеймс, Лев Виготски). За *трансцедентна фантазия* и *въобразяване* могат да бъдат схванати като доближаващите до изразеното от Едит Щайн схващане за непосредствения опит на интуитивно познание и прозрение, спонтанността (Джейкъб Морено) и света на активното въображение (Анри Корбен). *Въображение в детството* може да се свърже с функции на въобразяването в детството и с аналитичните разбирания на Зигмунд Фройд за преобразяването и преживяванията на обезродяване (Das Unheimliche).

Таблица 6. Линеини корелации на компоненти в строежа на фантазията

	Изобретателност	Въобразяване	Отнасяне във въображението	Трансцедентна фантазия	Преобразяване	Въображение в детството	Алтернатива на реалността
Изобретателност	1	.509**	.481**	.419**	.364**	.227**	.283**
Въобразяване	.509**	1	.664**	.605**	.731**	.357**	.610**
Отнасяне във въображението	.481**	.664**	1	.418**	.727**	.295**	.642**
Трансцедентна фантазия	.419**	.605**	.418**	1	.476**	.297**	.287**
Преобразяване	.364**	.731**	.727**	.476**	1	.316**	.598**
Въображение в детството	.227**	.357**	.295**	.297**	.316**	1	.247**
Алтернатива на реалността	.283**	.610**	.642**	.287**	.598**	.247**	1
**. Ниво на значимост $p \leq 0.01$							
*. Ниво на значимост $p \leq 0.05$							

Изобретателност

Съдържанието на измерението на фантазията *изобретателност* изразява продуктивен потенциал на въображението да комбинира елементи от разнообразни източници в нова форма (James, 1890, p.239). Лев Виготски (1930) разглежда фантазията като психологическия процес в основата на всеки творчески акт, техническо изобретение, научно или художествено произведение. В конструирания от Дейвид Уайбъл, Корина Мартарели, Диего Хеберли и Фред Маст въпросник, фантазирането е разпознато като израз на нестандартни решения и новаторството и е означено *творческа фантазия* (Weibel et al., 2017). Проведените анализи дава основание, с цел прецизиране съдържателната конструкция на явлението фантазията, измерението да бъде

преименувано на *изобретателност*. Измерението отразява смислово новаторско мислене, нестандартни решения, творчески идеи и талант. Именувано е изобретателност, за да се подчертае находчивост и новаторство във взаимодействието със средата, генериране на идеи и откриването на решения на проблеми, както и за да се *отвърне* смисловото съдържание, в известна степен, от схващането за творческа изява, художествено произведение, изкуство и естетика. В този ред фантазията може да се разглежда като предварително условие за креативността или с други думи, креативността да бъде манифестация на фантазията.

Въобразяване

Настоящото измерение, *въобразяване*, както и измерението *преобразяване* изразяват означения като репродуктивен (James, 1890, p.239) потенциал на въображението да пресъздава в ума възприети някога впечатления. Описани са специфични особености в субективния опит на въобразяване, засягащи сетивна модалност, възприятие за яркост и форма на представите, както и съзнателен контрол на активността на въобразяване. Настоящото измерение *въобразяване* свързано с интензивно възприятие за отсъстващ в пространството реален обект или дразнител и промяна в преживяванията. Вниманието е насочено към взаимодействие с въобразеното. Осезаемият опит в света се проиграва във въображението, за да се преживее отново или по нов начин. Въобразяването е схванато като израз на вътрешна активност, свързана с възприятието на външен обект (Jung, 1921/1971; Юнг, 1993).

Измерението *въобразяване* частично се припокрива с измерението *преобразяване* (скалите съдържат два идентични в своето съдържание айтема). При *въобразяването* водещо е *преминаване* на преживявания във въображението и вгълбеност във възприетото усещане. При *преобразяването* фокусът е поставен върху *деятелност*, по-активна трансформация във взаимодействие във въобразеното, без да има външна проява. Може да се направи заключението, че за двете измерения се откриват различни позиции в активността на фантазиращия субект.

Отнасяне във въображението

Централна характеристика на това измерение на фантазията е отнасяне на вниманието към изследване на вътрешни полета на опита и въввлеченост във взаимодействие със съдържания на въображението. Личността инвестира време в разгръщане на представи, мечти, фантазии и свободно рече се мисли. Идентифицирани са различни позиции в осъществяването на желан развой в ума (Oettingen & Mayer, 2002; Kappes, Oettingen & Pak, 2012).

Трансцедентна фантазия

Това измерение откроява своеобразие от причислени по-скоро към мистичния опит преживявания. Трансцедентното измерение сменя дистанцията от взаимодействието с изградените в ума представи в едно прозрение, пред-чувстване, предхождащо събитието. Измерението на трансцедентната фантазия може да бъде схванато като междинно пространство на почувстваната умозрителна реалност.

Преобразяване

Преобразяването е свързано с трансформация във въображението на текущото взаимодействие със средата и опоектизирането на света (Петков, 2003, стр.145-147). Такова целенасочено фантазиране изменя преживяванията и перцепцията в ситуацията. Преобразяването изразява активна позиция в по-голяма степен от въобразяването, където субектът е по-скоро понасящ фантазирането. Порасналият възрастен често *скрива* своите игри на въображението, но продължава да се вълнува от съдържанията на фантазията и обхваналите го страсти (Freud, 1907/1908; Фройд, 1991). Изразеното и в

полуструктурираните интервюта разбиране за фантазиране открива желанието за запазване на неприкосновеността на съдържанието на личните фантазии.

Въображение в детството

В приказката детето си построява необходимото средство за опознаване и овладяване на действителността, изгражда структурата на собственото си въображение (Родари, 1980, Sutton-Smith et al, 1975). Измислените истории са и форма на социализация през възприетите модели предложени в народни приказки, легенди и митове, а фантастичните образи служат за изграждане на единна визия в промените и предизвикателствата на порастването. (Sutton-Smith, Botvin & Mahony, 1976). Описаното измерение на фантазията разкрива вездесъщото присъствие в живота на порасналия на споделяните някога вярвания за силата на приказните герои.

Алтернатива на реалността

Фантазирането се свързва с конструиране на изживявания и потапяне в жадуван и алтернативен на реалността опит. Пренасянето във въобразяване може да се случва неусетно или целенасочено, когато се генерират конкретни съдържания на въобразеното. Във фантазирането се изразяват лични желания и търсене вълнения. При разглежданото измерение фантазирането изразява мотивирана активност към преживяване на вълнуващи и разнообразни усещания. Данните от проведеното качествено изследване, което е основа за конструиране на допълнителна скала, демонстрират че фантазията най-често се концептуализира като репрезентация на преживявания отвъд привидностите и ограниченията на възприятията за реалността.

4.3. Диференциращо влияние на възраст, пол, образование, семейно положение и деца

Установява се, че факторът възраст има диференциращо влияние по отношение на формата на фантазиране. Проведеният еднофакторен дисперсионен анализ (One-way Анова) демонстрира, че по отношение на характеристиката *изобретателност*, средна зряла възраст (48г.-57г.) се явява най-благоприятен период за разгръщане на този потенциал. Отчитат се по-високи нива на изобретателност при респондентите на възраст между 48г. и 57г. в сравнение с участниците в ранна зряла и началото на средна зряла възраст (17г. - 25г. и 38г. - 47г.), както и приближаващи към късна зрялост участници (след 57г.).

Резултатите откриват, по-високи нива на склонността към *въобразяване* в периода на началото на ранна зряла възраст (17г. - 27г.) и в късния период на средна зряла възраст (48 г. – 57г.) в сравнение с периода началото на средна зряла възраст (38г. – 47г.). Периодът на началото на ранна зряла възраст се свързва също с по-високи нива по признак *отнасяне във въображението* и използване на въображението като *алтернатива на реалността*. С по-малка разлика в средните стойности тази тенденция се запазва и при резултатите за характеристика *преобразяване*.

По отношение на *смисъл в живота* в средна към късна зряла възраст (след 57г.) се наблюдава тенденция към спад в степента на търсене на смисъл в сравнение с по-ранни възрасти ($F= 2.486$; $p= 0.043$). Регистрираните разлики са на границата на нивото на значимост. По-висока степен на наличие на смисъл в живота се установява за периода на средна зряла възраст (48г. – 57г.) в сравнение с периода на ранна млада възраст (17г. – 28г.).

Резултатите демонстрират диференциращото влияние на ранна зряла възраст по отношение на диспозицията към интеграция на негативните преживявания и смущения в организацията и управлението на *емоционалната реакция* (емоционална дисрегулация: $F= 4.728$; $p= 0.001$; интегративен стил: $F= 3.282$, $p=0.012$; стил на потискане: $F= 1.309$, $p=0.266$; стил на контрол: $F= 2.200$, $p=0.069$). За респондентите на

възраст между 17г. – 27г. в извадката са измерени по-висока нива на стил на емоционална дисрегулация и в сравнение с участници в по-късна ранна и средна зряла възраст (28г. - 57г.). Респондентите в същата възрастова група (17-27г.) споделят по-висока степен на *интегративен стил на емоционална регулация* в сравнение с участници в средна към късна зряла възраст (над 57г.). Последната група показва по-ниска степен на интегративен стил на емоционална регулация в сравнение с групата на 48-57-годишните.

Търсенето на тръпка и липсата на задръжки ($F= 5.437, p=0.000$) се проявява с по-висока степен в периода на ранна зряла възраст. За търсене на преживявания и непредвидимото не се наблюдават диференциращо влияние на възрастта.

Самота и отегчение са формите на екзистенциален дистрес, за които се откриват значими различия в отделни възрастови групи. Периодът на ранна зряла възраст се свързва с по-високи нива на самота ($F= 5.602; p= 0.000$) в сравнение с периода на средна зряла възраст 48г. - 57г. Разликите в нивата на отегчение намаляват с напредване на възрастта ($F= 4.152, p= 0.003$). Макар и да се откриват значими различията за всички възрастови групи, най-големи се при сравнение между групата 17 г. -27 г. и 48 г. – 57 г.

По отношение на влиянието на демографската характеристика *пол*, такова се открива единствено за *трансцендентна фантазия*. Средната стойност на оценките на жените ($\bar{x}= 4.14; SD=2,06$) е значимо по-висока от тази на мъжете ($\bar{x}= 3.332, SD=1,99$) разлика между средните е 0.808 ($p= 0.001$).

Сравненията по признак *образование* отчитат диференциращо влияние при променливата *преобразяване* на границата на нивото за статистическа значимост ($F= 2.813, p= 0.061$). За респондентите със средно образование се наблюдават по-високи нива на преобразяване в сравнение с онези със степен магистър. Също така за участниците със средно образование се регистрират по-ниски нива на *наличие на смисъл в живота* в сравнение с групата с висше образование ($F= 6.959, p= 0.001$). Отчетените нива на *самота* ($F= 4.317, p= 0.014$) и *отегчение* ($F= 23.250, p= 0.000$) са значимо по-високи за респонденти със средно образование в сравнение с групата със степен магистър и бакалавър (само за показател отегчение). За икономическата характеристика *месечен доход* се открива значимо влияние. По-високи нива на *самота* ($F= 5.632, p= 0.000$) и *отегчение* ($F= 8.514, p= 0.000$) се отчитат в групата с най-нисък обявен доход (1500лв./месец) в сравнение с групата с най-висок доход (>5001лв.).

Данните показват, че при несемейните участници се отчита по-висока тенденция към *въобразяване, отнасяне във въображението, преобразяване* и използване на въображението като *алтернатива на реалността* в сравнение с обвързаните участници.

При приложения t-тест за независими извадки се установяват статистически значими различия в степента на фантазиране по признак деца. По-високи стойности се отчитат за групата без деца. Според резултатите степента на *въобразяване, преобразяване*, както и *отнасянето във въображението* и употреба на въображението като *алтернатива на реалността* е по-ниска при респондентите, които съобщават, че имат деца. Може да се обобщи, че по-високата степен на склонност към същите форми на фантазиране се наблюдава при участници, които са необвързани и без деца.

4.4. Взаимовръзки между изследваните променливи

Наблюдава се умерена степен на положителна взаимозависимост с променливата *наличие на смисъл в живота* за променливата изобретателност ($r= 0.393, p \leq 0.01$) и по-слаба за *въобразяване* ($r= 0.202, p \leq 0.01$) и трансцендентна фантазия ($r= 0.128, p \leq 0.05$). Интересно е да се отбележи, че сред трите положително свързани с наличието на личен смисъл измерения на фантазията за *въобразяване* и трансцендентна фантазия *не* се установяват статистически значими взаимовръзки с променливите *отегчение* и *самота*,

а за изобретателност се наблюдава *обратнопропорционална* връзка на слаба взаимозависимост с променливите *отегчение* ($r = -0.240, p \leq 0.01$) и *самота* ($r = -0.205, p \leq 0.01$). Може да се предположи, че функции на въображението, свързани с творческо преодоляване на проблемите в средата, генериране на нови идеи, намирането на решения и новаторски подход, подпомагат индивида в отгласване от възприятието за самота и отегчение. Също така за променливата *изобретателност* и *въобразяване* се регистрира положителна взаимовръзка и с двата фактора на *търсене на усещания*: за търсене на тръпка и дезинхибиция $r = 0.200, 0.121, p \leq 0.05$, а за търсене на преживявания и непредвидимото $r = 0.128, 0.166, p \leq 0.05$. Променливата *трансцедентна фантазия* се свързва само с търсене на преживявания и непредвидимото ($r = 0.249, p \leq 0.01$).

Променливата *търсене на смисъл в живота* се асоциира положително с въобразяване ($r = 0.161, p \leq 0.01$) и трансцедентна фантазия ($r = 0.154, p \leq 0.01$), както и с отнасяне във въображението ($r = 0.203, p \leq 0.01$) и фантазиране като алтернатива на реалността ($r = 0.205, p \leq 0.01$). Може да се обобщи че тенденцията към търсене на смисъл и преживявания се свързва положително с измеренията на фантазията: въобразяване и трансцедентна фантазия. Не се наблюдават статистически значими взаимовръзки за променливата изобретателност с променливата търсене на смисъл в живота, както и за променливата въображение в детството с наличие или търсене на смисъл в живота.

Слаба степен на положителна взаимозависимост се регистрира за *преобразяване* и с трите променливи *загуба на илюзии* ($r = 0.191, p \leq 0.01$), *отегчение* ($r = 0.142, p \leq 0.01$) и *самота* ($r = 0.165, p \leq 0.01$), както и на *отнасяне във въображението* със загуба на илюзии ($r = 0.212, p \leq 0.01$), отегчение ($r = 0.168, p \leq 0.01$) и самота ($r = 0.161, p \leq 0.01$). В сравнение с въобразяване, измерението преобразяване предполага активна трансформация на взаимодействието със средата и не се свързва с наличие на смисъл в живота. За фантазиране като *алтернатива на реалността* се открива по-висока в сравнение с останалите измерения на фантазиране слаба степен на взаимозависимост със самота ($r = 0.209, p \leq 0.01$) и с отегчение ($r = 0.221, p \leq 0.01$), както и с търсене на преживявания и непредвидимото ($r = 0.108, p \leq 0.05$) и търсене на тръпка и дезинхибиция ($r = 0.130, p \leq 0.05$). *Въображение в детството* е аспект, за който се наблюдава в еднаква степен слаба взаимовръзка със споменатите форми на екзистенциален дистрес ($r = 0.115, p \leq 0.05$). Отчита се слаба положителна взаимозависимост за променливата *загуба на илюзии* с шест от седемте компонента на фантазията (без изобретателност).

По отношение на *стил на регулация на емоционалната реакция* се установява умерена и слаба степен на положителна взаимозависимост за *всички аспекти на фантазията* с променливите емоционална регулация чрез контрол и интегративен стил на емоционална регулация. Интегративен стил на емоционална регулация и регулация чрез контрол се асоциира положително съответно с променливите изобретателност ($r = 0.411, 0.154, p \leq 0.01$), въобразяване ($r = 0.396, 0.303, p \leq 0.01$), трансцедентна фантазия ($r = 0.361, 0.287, p \leq 0.01$), отнасяне във въображението ($r = 0.324, 0.241, p \leq 0.01$), алтернатива на реалността ($r = 0.269, 0.228, p \leq 0.01$) и въображението в детството ($r = 0.182, 0.111, p \leq 0.05$). Липсват данни за статистически значими коефициенти на корелация в оценка на зависимост с променливата стил на емоционална регулация чрез *потискане*. Наблюдава се слаба степен на положителна взаимовръзка за *емоционална дисрегулация* с променливите отнасяне във въображението ($r = 0.170, p \leq 0.01$), алтернатива на реалността ($r = 0.171, p \leq 0.01$), трансцедентна фантазия ($r = 0.125, p \leq 0.05$) и преобразяване ($r = 0.108, p \leq 0.05$). Изобретателност се свързва в обратна посока с променливата емоционална дисрегулация ($r = -0.209, p \leq 0.01$).

Наблюдава се умерена към висока степен на взаимозависимост за стил на емоционална *дисрегулация* и с трите форми на екзистенциален дистрес. Отчита се към висока степен на положителна връзка за променливата емоционална дисрегулация с

променливата отегчение ($r = 0.534, p \leq 0.01$), умерена степен на положителна зависимост за променливите самота ($r = 0.491, p \leq 0.01$) и загуба на илюзии ($r = 0.433, p \leq 0.01$). При стил на емоционална регулация *чрез контрол* се открива слаба степен на статистически значими положителна взаимовръзка с отегчение ($r = 0.238, p \leq 0.01$), самота ($r = 0.248, p \leq 0.01$) и загуба на илюзии ($r = 0.243, p \leq 0.01$). *Интегративен стил* на емоционална регулация се асоциира слабо в отрицателна посока единствено със висока възбудимост и незаинтересованост ($r = -0.103, p \leq 0.05$). За емоционална регулация *чрез потискане* се установява единствено слаба обратна взаимовръзка ($r = -0.109, p \leq 0.01$) с променливата загуба на илюзии.

Прави впечатление, че за променливата *наличие на смисъл в живота* се отчита обратнопропорционална взаимозависимост и с трите форми на екзистенциален дистрес. Наблюдава се към висока степен на обратна зависимост за променливата *наличие на смисъл в живота* с отегчение ($r = -0.531, p \leq 0.01$), умерена степен със самота ($r = -0.357, p \leq 0.01$) и слаба със загуба на илюзии ($r = -0.219, p \leq 0.01$). Може да се обобщи, че усилване на състоянията на екзистенциален дистрес се свързва с отслабване на чувството за личен смисъл в живота, с безлична мотивация или ориентирана към външни фактори мотивация, както и със смущения в регулацията на емоционалното поведение или контролирана регулация в условия на силен вътрешен натиск. Установява се слаба степен на положителна взаимозависимост за *търсене на смисъл в живота* с променливата загуба на илюзии ($r = 0.180$), самота ($r = 0.200$) и отегчение ($r = 0.299$).

Променливата *търсене на преживявания и непредвидимото* се асоциира слабо с невнимание ($r = 0.107, p \leq 0.05$), а *търсене на тръпка и дезинхибиция* с невнимание ($r = 0.111, p \leq 0.05$) и висока възбудимост и незаинтересованост ($r = 0.119, p \leq 0.05$).

4.5. Директни и индиректни ефекти в предвиждане на изменения в нивата на смисъл в живота и екзистенциален дистрес

Възприетият в дисертационния труд подход откроява компоненти в структурата на фантазията директно и индиректно свързани с изменения в нивата на смисъл в живота и в тези на екзистенциален дистрес. Търсят се значими ефекти на стил на емоционална регулация, диспозиция към търсене на усещания и тенденция към откриване на смисъл в комбинация със специфични аспекти на фантазията. Изведени и анализирани са седем измерения на фантазията означени: *изобретателност, въобразяване, преобразяване, трансцедентна фантазия, въображение в детството, алтернатива на реалността и отнасяне във въображението*.

Измеренията **изобретателност, въобразяване и трансцедентна фантазия** са разпознати като конструктивни форми на фантазиране, положително свързани с наличие на личен смисъл в живота. *Изобретателност* отразява тенденция към новаторство в преодоляване на предизвикателства в средата и е в най-висока степен свързана с променливата *наличие на смисъл в живота*. *Въобразяване* отразява оценка за интензитета на субективните преживявания във въображението и сравнение с осезаемия опит. Измерението *трансцедентна фантазия* се отнася до интуитивно познание и засилена чувствителност във възприятието и е свързано в слаба степен с търсене на смисъл в живота.

Регистрираните ефекти от множествени линейни взаимодействия в модели на предвиждане на усилване на нивата **наличие на смисъл** на изследваните лица ($\text{adj. } R^2 = 0.177, F = 40.439, p \leq 0.01$) разкриват независимите променливи *изобретателност* и *интегративен стил на регулация* като силни предиктори в сходна степен. Внимателният поглед към получените резултати от анализа на директни и опосредствани ефекти разкрива, че сред седемте измерения на фантазията усилване на *изобретателността* се явява водещ фактор в обяснение на отслабване на нивата на *самота* и *отегчение* в извадката, както и в предвиждане на ефект в обратна посока.

Степента на *въобразяване* се свързва по-слабо със степента на наличие на смисъл в живота и за разлика от променливата изобретателност се асоциира и с *търсене на смисъл в живота*. Изменения в регистрираните нива на *наличие на смисъл в живота* може да се обяснят директно или през силно изразения опосредстващ ефект на медиатор *интегративен стил* на регулация. Процентът на обяснена дисперсия в зависимата променлива *наличие на смисъл* в модел с медиация е 12.6%, спрямо 5.7% при директен ефект на независимата променлива *въобразяване* върху *наличие на смисъл*.

В предвиждане на изменения в нивата на **търсене на смисъл** в извадката може да се обобщи, че основен фактор са множествените взаимодействия в положителна посока между независимите променливи *търсене на преживявания* и *непредвидимото* и *емоционална регулация чрез контрол* в комбинация със специфични измеренията на фантазията: *алтернатива на реалността*, *преобразяване* или *отнасяне във въображението*. Открива се изразен индиректен ефект през опосредстващата променлива *емоционална регулация чрез контрол*. Процентът на обяснена дисперсия в регистрираните нива на *търсене на смисъл* в модели с медиация е 12.5% за независимата променливата *алтернатива на реалността* и 11.3% за *преобразяване*. Наблюдава се и ефект на частична медиация за променливата *емоционална регулация чрез контрол* върху положителната връзка на *трансцедентна фантазия* с *търсене на смисъл*. Общо 10.2% от измененията в нивата на *търсене на смисъл* могат да се обяснят от модела с медиация. По отношение на опосредстващата променлива *интегративен стил на емоционална регулация* се разкрива пренебрежим ефект на частична медиация върху положителната връзка между променливата *преобразяване* и зависимата променлива *търсене на смисъл*. Процентът на обяснена дисперсия е 5% за общия ефект и 4% за директния ефект. Ефектът на медиатор *емоционална дисрегулация* е силно изразен в опосредстваната връзка на променлива *търсене на смисъл* с независимата променлива *алтернатива на реалността*. Процентът на обяснена дисперсия възлиза на 11%.

Настоящото изследване показва, че останалите четири измерения на фантазия, **преобразяване, отнасяне във въображението, въображение в детството и алтернатива на реалността** се проявяват консистентно като значими предиктори на изменения в нивата на *екзистенциален дистрес*. *Фантазирането като алтернатива на реалността* е силно свързано с изживяването на различни преживявания и външение, както и отнасяне във взаимодействията в този интимен вътрешен свят. В сравнение с *въобразяване, преобразяване* на реалността във въображението засяга активно отнемане на вниманието към определен клас от обекти на въображението и ангажиране с тяхното отиграване или с прикриване на изживяването. Запазено е критично сравнение между въображаемото и реалното, но индивидът си позволява за конкретен период от време да преживява преобразената реалност, *като че ли* е действителност. Такова преобразяване е характерно за играта на ужим, в която децата подражават на приказни герои, а играчките временно оживяват. *Въображението в детството* се свързва с *отнасяне във въображението*, където представите заместват понякога слабо стимулиращия контекст, за да се посвети време на мечтаене и въобразяване. В литературата се обръща внимание на трансформацията на потопения в представи си индивид в интеракцията с външната средата (Oettingen & Mayer, 2002; Klinger, 1978; Петков, 2003).

В предвижданите директни и индиректни взаимодействия се откроява ефекта на променливите *алтернатива на реалността, преобразяване* и *отнасяне във въображението*. Сред седемте измерения на фантазия, за независимата променлива *алтернатива на реалността* се откриват множество опосредствани взаимодействия във връзката и с *трите нива на зависимата променлива екзистенциален дистрес*. Регистриран е силно изразен ефект на медиаторната променлива *емоционална регулация чрез контрол* и

частичен ефект на медиация за *търсене на смисъл* върху връзката със зависимите променливи самота, отегчение, загуба на илюзии.

Наблюдава се умерена големина на модели на предвиждане на изменения в регистрираните нива на отегчение спрямо взаимодействие в обратна посока с независимата променлива *наличие на смисъл* в живота и в положителна посока с променливите *търсене на тръпка и дезинхибиция* и *търсене на смисъл* в живота. В литературата е установена взаимовръзка на отегчение с отслабване на усещането за смисъл в живота, негативна емоционална валентност и липса на стимулация в средата (Van Tilburg & Igou, 2017). Съответно прецизираният коефициентите на детерминация за линейна комбинация от променливите с участието на *отнасяне във въображението* е $\text{adj. } R^2 = 0.384$, $p = 0.000$, с участието на *преобразяване* ($\text{adj. } R^2 = 0.375$, $p = 0.000$), с *въображение в детството* ($\text{adj. } R^2 = 0.370$, $p = 0.000$), с *алтернатива на реалността* ($\text{adj. } R^2 = 0.395$, $p = 0.000$), *въображение* ($\text{adj. } R^2 = 0.368$, $p = 0.000$) и с отрицателна посока във връзката участието на *изобретателност* ($\text{adj. } R^2 = 0.366$, $p = 0.000$). Може да се допусне, че специфични стилове на фантазиране се свързват с усиляване на възприятието за отсъствие на стимулиращо взаимодействие при отегчението, обусловено от спад в нивата на смисъл и засилване на ориентацията към търсене на личен смисъл и вълнуващи преживявания.

За усиляващия ефект на независимата променлива фантазиране като *алтернатива на реалността* върху нивата на *отегчение* в извадката се отчита силно изразен ефект на медиатор емоционална регулация *чрез контрол*. Процентът на обяснение на измененията в нивата на *висока възбудимост и незаинтересованост* възлиза на 16,2% в сравнение с 5,8% при директен ефект. Силно изразен ефект на медиация се установява и при друг аспект на *отегчението*: слаба възбудимост и незаинтересованост. Процентът на обяснена дисперсия е по-висок 21,5% в сравнение с 5,7% при директно взаимодействие. Наблюдава се ефект на частична медиация през опосредстващата променливата *търсене на смисъл* върху положителната връзка между независимата променлива фантазиране като *алтернатива на реалността* и различни нива на зависимата променлива *отегчение* (висока и слаба възбудимост и незаинтересованост и невнимание). Регистрираните ефекти са слаби, между 12 и 16% от измененията в резултата могат да се обяснят с общия ефект на модели с частична медиация. Може да се заключи че тенденцията към откриване на смисъл частично обяснява оттеглянето в преживявания на въображението и в последствие провокираното усещане за отегчение.

Отнасяне във въображението е измерението на фантазиране, за което се наблюдава значим положителен директен ефект в комбинация с променливата *емоционална регулация чрез контрол* (и дисрегулация) в предвиждане на изменения в нивата на екзистенциален дистрес и за *трите форми на екзистенциален дистрес*.

Промяна в нивата на самота на изследваните лица се асоциира положително с промяна в стойностите на *търсене на смисъл* в живота и *емоционална регулация чрез контрол* и отрицателно с промяна в стойностите на *наличие на смисъл в живота*. Усилване на нивата на самота в извадката се свързва със спад в нивата на личен смисъл и усиляване на нивата на търсене на смисъл в живота в комбинация с пет специфични форми на фантазиране *алтернатива на реалността* ($R^2 = 0.220$, $p \leq 0.01$), *преобразяване* ($R^2 = 0.211$, $p \leq 0.01$), *отнасяне във въображението* ($R^2 = 0.209$, $p \leq 0.01$), *въображение в детството* ($R^2 = 0.209$, $p \leq 0.01$) и в отрицателна посока с ефекта на *избирателност* ($R^2 = 0.209$, $p \leq 0.01$). Може да се предположи, че данните разкриват че в условия на вътрешен натиск за контрол на емоционалната реакция и търсене на смисъл, засилване на фантазирането като компенсация за отслабване на възприятието за наличие на смисъл в живота довежда до усиляване на чувството за самота. Изключение прави ефекта в обратна посока на променливата *изобретателност*, който е консистентен с ефекта на

променливата наличие на смисъл в живота. Усилването на степента на изобретателност и наличие на смисъл се свързва с отслабване на нивата на самота в извадката.

Емоционална регулация чрез контрол е силно изразен медиатор в положителна посока на връзката на зависимата променлива *самота* с променливите *въображение в детството*, *отнасяне във въображението* и *алтернатива на реалността*. При независимата променлива *отнасяне във въображението* процентът на обяснена дисперсия в резултата при модел с медиация е 15.5%, спрямо 4.2% при директен ефект. Сходен изразен ефект на опосредстващата променлива се наблюдава и при връзката между нивата на самота и степента на фантазиране като *въображение в детството* и *алтернатива на реалността*, където общият ефект на модела с медиация обяснява съответно 15.6% (спрямо 3.3% при директен ефект) и 17.6% (спрямо 6.8%). Прави впечатление, че усилване на нивата на *емоционална дисрегулация* на изследваните лица може да обясни в основна степен предвижданите повишения в нивата на самота.

Данните получени в български социокултурен контекст потвърждават теоретичната предпоставка за обратнопропорционално взаимодействие между променливите наличие и търсене на смисъл в живота в предвиждане на изменения в нивата на екзистенциален дистрес в извадката. Множественият линеен регресионен анализ установява, че усилване на нивата на специфични форми на *фантазиране* и нивата на *търсене на смисъл в живота* в съчетания с отслабване на степента на *наличие на смисъл в живота* се свързва с усилване на нивата на *загуба на илюзии* на изследваните лица. Отчетена е значима, но слаба големина на ефектите про модели с независими променливи *отнасяне във въображението* (adj. $R^2 = 0.110$, $p = 0.000$), *преобразяване* (adj. $R^2 = 0.102$, $p = 0.000$), *въображение в детството* (adj. $R^2 = 0.094$, $p = 0.000$), *алтернатива на реалността* (adj. $R^2 = 0.084$, $p = 0.000$) и *въображение* (adj. $R^2 = 0.097$, $p = 0.000$). Отчита се силно изразен ефект в обратна посока на медиатор *наличие на смисъл* върху положителната връзка между зависимата променлива *загуба на илюзии* и независимата променлива *трансцендентна фантазия*. Процентът на обяснена дисперсия за модел с медиатор е 9.4%. За независимата променлива *отнасяне във въображението* се отчита силен медиаторен ефект на опосредстващата променлива *емоционална регулация чрез контрол*. Процентът на обяснения на дисперсията в нивата на *загуба на илюзии* в извадката е 14.1% при модел с медиация и 6% при директно взаимодействие

Емоционална регулация чрез контрол и *дисрегулация* са медиатори, частично опосредстващи ефекта в положителна посока на променливата *алтернатива на реалността* върху зависимата променлива *загуба на илюзии*. Процент на обяснена вариация регистриран при модел с медиатор *регулация чрез контрол* възлиза на 13.9%, а при медиатор *емоционална дисрегулация* на 25.3%. Резултатите от направеният анализ демонстрират непропорционалното разпределение в тежестта на участие за фактора *емоционална дисрегулация* и *наличие на смисъл в живота*. Променливата *емоционална дисрегулация* се явява фактор с основна тежест в предвиждане, както на директни, така и на индиректни ефекти върху изменения в нивата на *загуба на илюзии* в извадката, както и в нивата на *отегчение* и *самота*.

Интересен ефект е регистриран за променливата *въображение*. Оказва се, че степента на *въображение* ($\beta = 0.139$) е значим предиктор на усилване на нивата на *загуба на илюзии* при усилване на степента на контролирана *емоционална регулация* и отслабване на нивото на *наличие на смисъл* ($R^2 = 0.115$, $p \leq 0.01$). От друга страна в условия на усилване на *интегративния стил на регулация* и отслабване на степента на търсене на смисъл, се наблюдава, че усилване на нивата на *въображение* ($\beta = 0.109$) е значим предиктор на усилване на нивата на *наличие на смисъл* в извадката ($R^2 = 0.115$, $p \leq 0.01$). В литературата се допуска като възможно обяснение на взаимовръзката между фантазиране и дистрес слабият контрол и управление на негативните мисли и

преживявания (Rauschenberger & Lynn, 2003). **От наблюдаваните взаимодействия може да се предположи, че стил на емоционална регулация и търсене на смисъл са фактори, които преобръщат взаимодействието на променливата въобразяване в посока на усиление на нивата на наличие на смисъл или усиление на нивата дистрес при загуба на илюзии.** Необходими са допълнителни проучвания за изясняване на наблюдаваните тенденции.

В анализирания опосредствани взаимодействия на независимата променлива фантазиране като *алтернатива на реалността* със зависимите променливи *оттегчение* и *загуба на илюзии* се наблюдава обяснение на цялостния ефект предимно с ефекта на медиатор *емоционална дисрегулация*. Следва да се обърне внимание, че въпреки по-високия процент на обяснена дисперсия в резултатите (34.4% и 40.2%) значима тежест за измерения общ ефект има медиаторната променлива ($b = 0.599$, $a = 0.204$, $c' = 0.127$, $p < 0.05$). По отношение на зависимата променлива *самота*, общият процент на обяснена дисперсия в резултата при медиаторен ефект на емоционална *дисрегулация* възлиза на 25.3%, а при медиатор *регулация чрез контрол* е 13.9%. Ефектът на променливата *емоционална регулация чрез контрол* разкриват по-слаб обяснителен ефект, но и по-балансирана картина в разпределение на общия ефект от взаимодействието. Липсват данни за статистически значим ефект на променливата емоционална регулация чрез *потискане*. Основно разграничение между двете форми на регулация е във възприятието за необходимост от цялостен контрол върху преживяването и изразяването на негативните емоции. Емоционалната регулация чрез *контрол* отразява личностна диспозиция свързана не само с потискане на реакцията, а с упражняване на постоянен контрол над негативните преживявания в комбинация с прекомерно внимание към потребностите и чувствата на другите. Може да се предположи, че индуцираното вътрешно напрежение е свързано с негативни съдържания на фантазиите, а комбинираното им влияние предизвиква ефект на засилване на възприятието за дистрес.

Може да се направи заключението, че променливата емоционалната регулация чрез *контрол* в комбинация с променливите *алтернатива на реалността*, *отнасяне във въображението*, *преобразяване* и *въображение в детството* се явява фактор със силно изразен ефект в регистрираните директни и индиректни взаимодействия в предвиждане на нива на дистрес. Също така може да се обобщи, че усиление на състоянията на екзистенциален дистрес се свързва със спад в усещането за личен смисъл в живота и усиление на търсенето на смисъл, а при оттегчение и с усиление на търсенето на тръпка и специфични форми на фантазиране.

Проверка на хипотезите

Потвърждава се първа хипотеза за очаквано диференциращ ефект на възрастта по отношение на форма на фантазията, нива на екзистенциален дистрес и търсене на усещания. Резултатите демонстрират, че в началото на ранна зряла възраст (17-27г.) се установява по-висока степен на *въобразяване*, *преобразяване*, *отнасяне във въображението* и фантазиране като *алтернатива на реалността* в сравнение с по-късния период на ранна зряла възраст и средна зряла възраст (28-37г., 38-47г. и 48-57г.). Не се потвърждава очакването за повишена склонност към изобретателност за респондентите в началото на ранна зряла възраст. По-висока степен на *изобретателността* е измерена в групата 48г.-57г. Това е възрастовата група, за която се наблюдават по-високи стойности по скалата за оценка на *наличие на смисъл* в сравнение с ранна зряла възраст. За променливата *изобретателност* се открива и най-силна положителна взаимозависимост с променливата *наличие на смисъл в живота*. Може да се заключи, че склонността към изобретателност се развива с придобиване на жизнен опит и е изразена в по-висока степен в период, който се свързва с по-високи нива

на наличие за смисъл в живота в сравнение с периода на ранна зряла възраст. *Търсенето на тръпка и дезинхибиция* е по-силно изразено в периода на ранна зряла възраст (17-27г.) в сравнение със средна и късна зряла възраст (38-47г., 48-57г. и над 57г.). Периодът на ранна зряла възраст се свързва и с по-високи нива на *самота* и *отегчение*.

Потвърждава се допускането във втора хипотеза, че усилване на степента на търсене на смисъл се свързва положително със степента на *преобразяване* и фантазиране като *алтернатива на реалността*, степента на емоционална *регулация чрез контрол* в комбинация със степента на търсене на *преживявания* и *непредвидимото*. Моделите на линейна взаимозависимост разкриват статистически значими, но пренебрежими като големина ефекти. При оценка на опосредстващите влияния се наблюдава силно изразен ефект на медиатор емоционална регулация чрез *контрол* върху положителната връзка между независимите променливи *преобразяване* и фантазиране като *алтернатива на реалността* и зависимата променлива *търсене на смисъл*. Потвърждава се и очаквания директен ефект в предвиждане на усилване на нивата на *наличие на смисъл в живота* спрямо комбинацията от независимите променливи *изобретателност*, *трансцендентна фантазия* и *интегративен стил на емоционална регулация*. Установява се силно изразен опосредстващ ефект на променливата *интегративен стил на емоционална регулация* върху положителната връзка между независимата променлива *въображение* и зависимата променлива *наличие на смисъл в живота*. Големината на ефектите е ниска.

Трета хипотеза допуска обратнопропорционална посока на връзката за променливата *наличие на смисъл в живота* в модели на предвиждане на състояния на екзистенциален дистрес. Потвърждава се очакването, че усилване на степента на *висока възбудимост* и *незаинтересованост* се свързва с усилване на степента на *въображение в детството* и *търсене на тръпка и дезинхибиция* в съчетание с *отслабване* на нивата на *наличието на смисъл в живота*. Отчита се ниска, но близка до средните стойности големина на ефекта на модела. По отношение на зависимата променлива *самота*, промяната в нивата на самота на изследваните участници се свързва отрицателно с промяна в степента на *наличие на смисъл* и положително с промяна в степента на фантазиране (*преобразяване, отнасяне във въображението, алтернатива на реалността* или *въображение в детството*). Промяна в нивата на *загуба на илюзии* на изследваните лица се свързва отрицателно с промяна в нивата на *наличие на смисъл в живота* и положително с промяна в нивата на *търсене на смисъл* и степента на фантазиране като *алтернатива на реалността* или *преобразяване*. Регистрира се ниска към пренебрежима големина на ефекта на моделите.

Допусканите в четвърта хипотеза директни ефекти от взаимодействия в положителна посока между независимите променливи *отнасяне във въображението, преобразяване* или *алтернатива на реалността* на усилване на нивата на *самота* в извадката разкриват адекватни модели, но с пренебрежима големина на ефекта. Не се установява статистически значим опосредстващ ефект за медиаторна променлива *емоционална дисрегулация* върху положителната връзка между фантазиране и самота. Регистрирана е ниска големина на директния ефект в предвиждане на усилване на нивата на самота на изследваните лица спрямо усилване на нивата на емоционална *регулация чрез контрол* и *отслабване* на нивата на *изобретателност*. Не се регистрира статистически значим ефект на медиация за променливата *емоционална регулация чрез контрол*.

Пета хипотеза частично се потвърждава по отношение на измерения на фантазията *алтернатива на реалността* и *изобретателност* с някои отклонения в допусканите взаимодействия. Наблюдава се значим ефект на усилване на нивата на *отегчение* (висока и слаба възбудимост, незаинтересованост, невнимание и възприятие за време) на изследваните лица спрямо комбинирания директен ефект от усилване на

степеня на фантазиране като *алтернатива на реалността* и степеня на емоционална регулация (за *трите* стила на регулация). Не се потвърждава опосредстващ ефект с медиатор емоционална дисрегулация. Директният ефект на независимата променлива *преобразяване* върху зависимите променливи *висока възбудимост* и *незаинтересованост* и *невнимание* е пренебрежим и практически липсва. Анализът на директния ефект от комбинираното взаимодействие между независимата променлива *въображение в детството* и емоционална дисрегулация върху зависимата променлива *самота* демонстрира ниска големина на общия ефект и гранично ниво на статистическа значимост за модел с променлива *въображение в детството*. Наблюдава се само директен ефект от множествено взаимодействие между независимите променливи *изобретателност* и емоционална дисрегулация в предвиждане на изменения в нивата на *висока възбудимост* и *незаинтересованост* на изследваните лица, но не и в предвиждане на *невнимание*.

Потвърждава се направеното в шеста хипотеза допускане за медиатор емоционална регулация чрез контрол. Установява се силно изразен ефект на опосредстващата променлива върху връзката на независимата променлива *отнасяне във въображението* със зависимата променлива *загуба на илюзии*. Регистрирани са единствено пренебрежими общи ефекти на линейната комбинация от променливи *въображение* и *преобразяване* със стил на емоционална регулация чрез контрол в директно предвиждане на изменения в степеня на загуба на илюзии на изследваните лица. Отчита се ниска големина на общия ефект на предвиждане на усилване на нивата на зависимата променлива *загуба на илюзии* спрямо усилване на нивата на променливи *въображение в детството* и емоционална дисрегулация. Емоционална дисрегулация и емоционална регулация чрез контрол са силно изразени медиатори във връзката между изменения в регистрираните нивата на загуба на илюзии и изменения в степеня на фантазиране (*алтернатива на реалността, относяне във въображението*).

Потвърждава се допуснатия в седма хипотеза ефект на опосредстващата променлива *търсене на смисъл* за частична медиация на връзката между независимата променлива *алтернатива на реалността* и зависимата променлива *самота*. Наблюдава се сходна ниска големина на ефекта и ефект на частична медиация и върху връзката на зависимата променлива *самота* с независимата променлива *отнасяне във въображението*. Установява се само пренебрежим директен ефект в предвиждане на усилване на нивата на самота в извадката спрямо усилване на нивата на *преобразяване* в съчетание с усилване на нивата на *търсене на смисъл*.

Данните не потвърждават очаквания в осма хипотеза статистически значим ефект на медиация. Наблюдава се единствено директен ефект в предвиждане на усилване на регистрираните нива на *слаба възбудимост* и *незаинтересованост* спрямо усилване на степеня на *преобразяване* и отслабване на нивата на *наличие на смисъл*. Моделът е със средна големина на ефекта.

Не се потвърждава допуснатият в девета хипотеза опосредстващ ефект за променливата *търсене на смисъл*. Данните представят единствено пренебрежим директен ефект на модел, в който промяната в регистрираните нива на *загуба на илюзии* се свързва положително с промяна в степеня на *търсене на смисъл* и в степеня на фантазиране като *въображение в детството*.

Потвърждават се основна част от направените допускания в десета хипотеза. Силно изразеният медиаторен ефект на променливата *интегративен стил на емоционална регулация* почти изцяло обяснява установената положителна линейна зависимост на изменения в степеня на *наличие на смисъл* на изследваните лица от промени в степеня на *въображение*. Установява се единствено слаб директен ефект в предвиждане на изменения в стойностите на зависимата променлива *наличие на смисъл*.

спрямо изменения в стойностите на независимата променлива *изобретателност*. Потвърждава се допускането за опосредстващ ефект силно изразен през медиатор *емоционална регулация чрез контрол* върху връзката на зависимата променлива *търсене на смисъл в живота* с независимата променлива *алтернатива на реалността*. Наблюдава се също силно изразен ефект на медиатор *емоционална регулация чрез контрол* и върху връзката на зависимата променлива *търсене на смисъл* с независимата *преобразяване*.

Обобщение и заключение

Проблемът с мястото на фантазията в психологическата наука е обусловен от описаните противоположни тенденции във фантазирането върху цялостното функциониране на личността. Споделеният от изследваните лица наратив в пилотното изследване отразява противоречия в субективното преживяване на фантазиране. Демонстрира се критично отношение към прекомерно въвличане в представи на въображението. В рамките на проведеното емпирично изследване е представено разграничение във формите на фантазиране, усилващи преживявания на екзистенциален дистрес, от онези, свързани с конструиране на личен смисъл в живота. Анализът на установените връзки и директни и индиректни взаимодействия открива фини нюанси в структурата на фантазията. Такова е разграничението във формите на въобразяване и преобразяване, които засягат различни позиции на активност в генериране на съдържания на въображението и за които се установяват различни взаимовръзки и взаимодействия в преживявания на смисъл.

Измеренията изобретателност, въобразяване и трансцедентна фантазия са разпознати като конструктивни форми на фантазиране. Изобретателност е единственият фактор на фантазиране с отрицателна предиктивна способност по отношение на нивата на отегчение и самота. Измененията в нивата на търсене на смисъл в извадката могат се обяснят с ефекта в положителна посока на променливите търсене на преживявания и непредвидимото и емоционална регулация чрез контрол в комбинация с положителния ефект на фантазиране като алтернатива на реалността, преобразяване и отнасяне във въображението. Установява се силно изразен опосредстващ ефект върху положителната връзка между фантазиране и екзистенциален дистрес през медиатор емоционална регулация чрез контрол, както и частично опосредстващ ефект на медиатор търсене на смисъл в живота. Може да се обобщи, че при високи степени на отегчение, самота и загуба на илюзии се откриват ефекти на усилване на търсенето на смисъл и отслабване на преживяването за наличие на смисъл в живота, като при тази комбинация специфични форми на фантазиране се засилват. Търсене на тръпка и дезинхибиция е друг значим фактор в предвиждане на усилване на нивата на отегчение в извадката.

Може да се заключи, че основна част от издигнатите в рамките на емпиричното изследване хипотези се потвърждават. Дисертационният труд допринася за задълбочаване на научното разбиране за опита във фантазиране и ролята на фантазията в конструирането на смисъл и преживявания на екзистенциален дистрес.

Силни страни и ограничения на изследването

Използването на онлайн въпросник като метод за събиране на данни се налага като ефективен и широко разпространен подход в последните десетилетия. Съществено предимство е анонимността, което преодолява трудности, свързани с генериране на социално желателни отговори, и потенциално изкривяване на резултатите. Предоставя се възможност за участие независимо от населеното място и се създават условия за разширяване обхвата на изследователската извадка. Приложението Google Forms предлага функции, които ограничават предаването на въпросник с липсващи данни при

попълване. Контролирано е повторното участие на едно и също лице през ограничителната функция за попълване от един профил.

Същевременно провеждане на изследване с онлайн въпросник ограничава взаимодействието между изследовател и респондент и възможностите да бъдат изяснени проблеми и въпроси, които възникват в хода на попълване на въпросника. Друг недостатък, който следва да се отбележи, е възможността изследваното лице да прекъсне попълването на въпросника и да продължи в друго време и място.

Друго съществено ограничение е, че изследователската извадка не е в достатъчна степен представителна за общото население в страната, тъй като включва предимно жители на голям град и с висше образование. Проучването е ограничено до популация, имаща достъп по интернет. Следва да се вземе предвид, че по данни на националния статистически институт от 2022 г. 87.3% от домакинствата в България имат достъп до интернет.

Въпреки описаните ограничения научното изследване успява да обхване относително хетерогенна група от участници. Следва да се обърне внимание, че основна част от използваните в проучването психологически скали са използвани за първи път в български социокултурен контекст. Въпреки приложените стандарти при превода, адаптацията и анализа на въпросниците, съществуват особености в психометричните характеристики на инструментите, които следва да бъдат допълнително проучени и в други извадки.

Насоки за бъдещи изследвания

Настоящата работа представя структурен модел на явлениято фантазия и изучава основни функции на фантазирането във връзка с преживяванията на индивида в средата. Установените взаимовръзки на различни аспекти на фантазирането с конструиране на личен смисъл в живота и състояния на екзистенциален дистрес, както и наблюдаваните директни и индиректни взаимодействия със стил на емоционална регулация и търсене на усещания и смисъл откриват нови предизвикателства и теми за бъдещи изследвания в глобалната научната общност.

Работата предлага теоретико-емпирична основа, върху която да бъдат надградени следващи проучвания на фактори, конституиращи различията в предразположеността към фантазиране, както и разширяване на психологическото знание за ориентацията към личен смисъл и състоянията на екзистенциален дистрес. Предлага се перспектива към функции на фантазирането, свързани с търсенето на стимулация и вълнения и откриване на личен смисъл през въобразените форми.

Необходими са допълнителни проучвания на взаимодействия между конструктивни форми на фантазиране и стилове на емоционална регулация във връзка с разгръщане на личностния потенциал и ефективното функциониране на индивида в средата. Като следваща стъпка би могло да се изследва задълбочено диференциацията в измеренията на фантазиране, свързани с преживяванията на смисъл и с екзистенциален дистрес. Прецизното изучаване на ефекти на склонността към фантазиране върху засилване или отслабване на състояния на екзистенциален дистрес следва да продължи и със задълбочена проверка на установените в дисертационното изследване специфични тенденции в комбинацията от фактори на фантазията със стил на емоционална регулация чрез контрол и търсене на усещания и смисъл.

Научна новост и принос на изследването

Научният принос на дисертационния труд се състои в обогатяване на теоретичното и емпирично познание за явленията фантазиране, екзистенциален дистрес, смисъл в живота и емоционална регулация при личността в зряла възраст. Оригинален

принос е представената систематизация на субективния опит във фантазиране. Идентифицирани и смислово организирани са генерираните основни значения, преживявания и мотиви за фантазиране. В рамките на дисертационния труд се въвежда концептуално разграничение между отнасящи се до въобразяване явления, за които се употребяват различни понятия в психологическата теория.

Научна новост в настоящата работа е представяне на първи модел на изследване на явлениято фантазиране в български социокултурен контекст. На основата на направения теоретичен обзор е създаден интегративен теоретичен модел, включващ взаимоотношения на склонността към фантазиране, конструиране на смисъл, емоционална регулация и екзистенциален дистрес.

До този момент в България не е адаптиран въпросник за оценка на склонност към фантазиране и разработван инструментариум за оценка на явлениято. Оригинален принос на емпиричното изследване е адаптирането на психологически въпросници за оценка на фантазия, творчески опит, отегчение и стилове на емоционална регулация според теорията на самодетерминацията. Това са Въпросник за оценка на творческия опит (Creative Experience Questionnaire, Merckelbach, Horselenberg & Muris, 2001), Скала за оценка на фантазията (Fantasy Questionnaire, Weibel, Martarelli, Häberli & Mast, 2017), Скала за оценка на състояние на отегчение (Multidimensional State Boredom Scale (MSBS) - Fahlman, Mercer-Lynn, Flora, Eastwood, 2013), скали за оценка на стил на емоционална регулация в рамките на теорията за самодетерминация (Roth, Assor, Niemiec, Ryan, & Deci, 2009). Дисертационният труд допринася за обогатяване на наличните изследователски постижения в изучаване на процесите на саморегулация, мотивацията и конструиране на смисъл в живота. Приложени за първи път в България са и инструменти за оценка на отегчение, загуба на илюзии и стил на емоционална регулация в теорията на самодетерминацията.

Друг съществен принос е първият опит за конструиране на скала за оценка на фантазиране в българска социокултурна среда. Важно е да се отбележи, че за въведеното в рамките на допълнителната скала измерение на фантазиране като алтернатива на реалността, се откриват основна част от регистрираните значими директни и индиректни ефекти върху връзката на фантазия с личен смисъл в живота и с екзистенциален дистрес.

Разширяване на научното знание за склонността към фантазиране в проучвания извън рамките на клиничната популация е друг принос на дисертационната работа. Установените в емпиричното изследване закономерности имат полезност в различни направления на психологическата наука, психологическото консултиране и психотерапевтична практика и широка приложимост в различни области. Описаните научни новости предоставят възможност за бъдещи изследвания върху фантазия, смисъл в живота, емоционална регулация и екзистенциален дистрес сред българската популация, които да допринесат за обогатяване на научното знание в международната общност.

Списък с публикации

Петрова, Я. (2023). Фантазирането като смисъл и преживяване на жизнения опит. Годишник на Софийски университет „Св. Климент Охридски“, Философски факултет, Книга докторанти. Том 7. съст. Иван Кабаков, изд. Университетско издателство „Св. Климент Охридски“, София, стр. 63-101. ISSN 2534-935X, <http://hdl.handle.net/10506/2592> (студия)

Петрова, Я. (2022). Място за смисъл в жизнения стил на справяне с психологически дистрес по време на пандемията от COVID-19. В: Димитрова В., Мартинова М, Наков Вл. (съст.), Обществени аспекти на психичното здраве и

психичните разстройства, Университетско издателство „Св. Климент Охридски“, София, стр.163-175. ISSN 978-954-07-5522-9

Петрова, Я. (2022). Склонност към фантазиране и справяне с емоционален дистрес. Сборник доклади на Националната школа за докторанти и млади изследователи в социалните науки. Том 3. Пътища към устойчивото развитие: подходи и приноси на социалните науки. ред. Мая Конова, изд. Българска академия на науките. Институт за изследване на населението и човека, София, стр.9-17. ISSN 2683-0868 (Online). [Papers 3.pdf](#)

Petrova, Y. (2024). Imagining the Intangible – a Qualitative Research Report on the Subjective Experience in Fantasy. Psychological Research (in the Balkans), Volume 27, Number 1, 57-74. ISSN 2815-4797 (Print), ISSN 2815-4800 (Online). DOI: <https://doi.org/10.7546/PsyRB.2024.27.01.05>

Петрова Я. (2024). Въобразяване на недостижимото- качествено изследване на субективния опит във фантазиране. Volume 27, Number 1, 75-92. ISSN 2815-4797 (Print), ISSN 2815-4800 (Online). DOI: <https://doi.org/10.7546/PsyRB.2024.27.01.05>

Участие в научни форуми

Петрова Я. Въображение и фантазия. *Творчеството във фокуса на психологията*, Институт за изследване на населението и човека, София, 17-18 април 2024г.

Петрова Я. Фантазия и склонност към фантазиране- резултати от анализ на съдържанието от полуструктурирани интервюта. *X юбилеен международен конгрес по психология*, 3-4 ноември 2024 г., София

Petrova, Y. In and Out of Your Mind. *6th Eastern-European Conference of Mental Health & 3rd International Public Mental Health Conference*, Zagreb, School of Medicine-University of Zagreb, Andija Stampar School of Public Health, EUPHA- Public Mental Health Section, Croatian Institute for Brain Research, Croatian Psychiatric Association, Mental Health Association of Southeastern Europe, 13-15th October.2022

Петрова Я. Склонност към фантазиране и справяне с емоционален дистрес. *XIII Национална школа за докторанти и млади изследователи в социалните науки "Пътища към устойчивото развитие: подходи и приноси на социалните науки"*, Институт за изследване на населението и човека, София, 25-27 май 2022г.

Петрова Я. Място за смисъл в жизнения стил на справяне с психологически дистрес по време на пандемията от COVID-19. *Международна Конференция „Обществени аспекти на психичното здраве и психичните разстройства“*, София, 17-18 юни 2022г.

Станкова М., Петрова Я. Общуване с пациенти в условията на криза. *Научно-практическа конференция за лекари от извънболничната помощ. „Комуникация с пациенти за подобряване на ваксинационното покритие“*, Боровец, 25-27 март 2022г.

Станкова М., Петрова Я. Привличане на пациента като партньор в неговото здравно поведение. Стратегии за мотивация. *Научно-практическа конференция за лекари от извънболничната помощ. „Комуникация с пациенти за подобряване на ваксинационното покритие“*, Боровец, 25-27 март 2022г.