

РЕЦЕНЗИЯ

на дисертацията ЕМОЦИОНАЛНА РЕГУЛАЦИЯ И ПОВЕДЕНИЕ ВЪВ
ВИРТУАЛНИТЕ СОЦИАЛНИ МРЕЖИ,

представена за защита с цел получаване на образователната и научна
степен ДОКТОР по научна специалност 3.2. "Психология"

Докторант: Женя Емилова Милушева

Рецензент: Проф. Енчо Герганов, д-р

Представената за защита дисертация е посветена на един твърде актуален проблем, по който тепърва започват сериозни научни изследвания. Наред с обмен на различна информация от потребителите виртуалните социални мрежи все по-често се използват и за споделяне на емоционални състояния. Това предизвиква у потребителите необходимост от контрол на емоциите, от вземане на решение какви емоции и в каква степен да споделят в социалните мрежи. В този смисъл темата за емоционалната регулация и поведението на участниците във виртуалните социални мрежи е във висока степен дисертационна. Женя Милушева отразява в дисертационния си труд задълбочени многоаспектни теоретико-експериментални изследвания на множество проблеми, свързани с емоционалната регулация и поведението на участниците в социалните мрежи. Основната ѝ цел е да проучи „взаимовръзката на стратегиите за емоционална регулация, стратегиите за когнитивна емоционална регулация и емоционалната експресивност с поведението във виртуалните социални мрежи“ (с. 5). Целта е декомпозирана в четири основни задачи, които са във висока степен изпълними. Още във въведението докторантката много ясно определя три стъпки, необходими за постигането на поставените цели, а именно: „Подбор на инструменти за изследване на емоционалната регулация и поведение във виртуалните социални мрежи; Изграждане на теоретичен модел и издигане на хипотези на основата на литературния обзор и резултатите от качествено изследване; Провеждане на количествено емпирично изследване на взаимодействието между емоционалната

регулация, емоционалната експресия и поведението във виртуалните социални мрежи на основата на опита на изследваните лица, които имат профили в тези мрежи.“ (с. 6). Структурата на дисертацията отразява адекватно логиката на целите и задачите. В първите четири глави е направен подробен и всеобхватен преглед на литературата по теоретичните проблеми, свързани с емоционалната експресивност, теоретичните подходи при изследване на емоционалната регулация и когнитивната емоционална регулация, изследванията върху емоционалната регулация на поведението във виртуалните социални мрежи. В пета, шеста, седма и осма глава са представени всички аспекти на собствените изследвания на Милушева.

В теоретичните глави на дисертацията си докторантката разглежда различните дефиниции на основните понятия, като прави концептуален анализ и коментар на смисловото им съдържание и възможностите за тяхната операционализация до равнището на измерими променливи. Наред с това представя различните теоретични подходи за изследване на структурите на емоционалните регулации и изследвания, които потвърждават проявите им в реалното поведение на хората, участващи в социалните мрежи. Емоционалната експресивност се разглежда от повечето автори като личностна черта, поради което е поставена в контекста на индивидуалните различия. Други автори изследват емоционалната експресия като функция на личността, ситуацията и взаимодействието им. Показани са различните вербални и невербални форми на емоционалната експресивност.

Напълно обосновано е отделено голямо внимание на емоционалната регулация, като се изяснява произходът и семантиката на това понятие. Представени са различни концепции за същността му. Докторантката оценява като най-развит процесния модел на Грос и Томпсън. Дадена е прегледна схема на модела и много добре са описани неговите компоненти. Авторите разработват инструменти за измерване на две скали в рамките на този модел, които се отнасят до две стратегии - стратегия, свързана с преосмисляне, и стратегия, свързана с потискане. В тази глава е дадена много полезна информация за теоретичните и експерименталните изследвания на емоционалната регулация както в конкретни извадки от дадена култура, така и в межкултурен план. Отново се обсъжда въпроса дали този тип

регулация действа автоматично на физиологично равнище или е личностна черта, която се проявява ситуативно. Специално искам да подчертая, че при обзора на научните публикации по проблемите, свързани с емоционалната регулация, Жения Милушева много сполучливо е приложила наукометричен подход, чрез който доказва засилване на интереса към емоционалната регулация. По Google Наука тя е проследила как нараства броят на публикациите, съдържащи в заглавието си израза „emotion regulation” за трийсетгодишен период. На фиг. 1 (с. 13) е показана графиката на това нарастване за периода от 1989 до 2019 г. Вижда се, че броят на публикациите нараства почти по експоненциална функция за периода от 2004 до 2019. Всичко това показва изключително засиления интерес на учените към емоционалната регулация през последните 15 години.

Трета глава е посветена на когнитивната емоционална регулация. Милушева разглежда подробно връзката между когниции и емоции. Представени са редица когнитивни теории във връзка с емоционалните разстройства и когнитивните подходи при тяхната терапия. Представени са и 10-те вида когнитивни изкривявания по Бърнс, като мислене всичко или нищо; дисквалифициране на положителното; емоционални обяснения; бързи заключения; етикетиране; преувеличение или минимизиране; психичен филтър; свръхгенерализация; персонализация; трябва твърдения (с. 36). След като разглежда подробно адаптивните и неадаптивните стратегии за емоционална регулация, докторантката прави съществения извод, че „когнитивните изкривявания създават предпоставка хората да използват неадаптивни стратегии за емоционална регулация“, докато функционалните изкривявания „биха могли да имат връзка с адаптивните стратегии за емоционална регулация“ (с. 36). Тя намира изследвания, които показват, че „положителните когнитивни изкривявания могат да бъдат функционални и да носят ползи за индивида“ (с. 36). Наред с тези аспекти на когнитивната емоционална регулация авторката обхваща както теоретични, така и експериментални изследвания на връзки между употребата на някои когнитивни стратегии и наличието на емоционални проблеми. В контекста на това тя представя изследвания, в които когнитивните стратегии се разделят на адаптивни и неадаптивни. В тези изследвания е установено, че хората, които използват когнитивни стратегии, като преживяване, катастрофално мислене и самообвинение,

могат да бъдат емоционално по-уязвими. Тъкмо поради това тези стратегии се квалифицират като неадаптивни. Когнитивните стратегии, като приемане, положително преосмисляне, разглеждане в перспектива, положителна смяна на фокуса, смяна на фокус върху планирането, се приемат като адаптивни, защото хората, които ги използват, са по-малко уязвими.

За постигане на поставените цели и във връзка с дизайна на дисертационното си изследвания Женья Милушева отделя цяла глава в литературния обзор, посветена на конкретни изследвания върху емоционалната регулация на поведението във виртуалните социални мрежи. На първо място тя е разгледала мотивацията на поведението във виртуалните социални мрежи. Анализирани са в сравнителен план четири теоретични модела, които могат да обяснят защо студенти употребяват практически конкретна социална мрежа. Това са теорията на Туомела за „ние-намерение“, теорията за социалното влияние, теорията на Елиу Катц за използването на медиите във връзка с избора, основан на употребата и удоволствието, и теорията на Шорт, Уилямс и Кристи за социалното присъствие във взаимодействието между потребителите на социални мрежи и последвалата значимост на междуличностните отношения. Друг важен проблем, по който са направени множество изследвания, е проблемът за връзката между емоционалната регулация и социалния контекст. Докторантката е разгледала подробно изследванията и по този проблем. На трето място е направен преглед на изследвания върху разпространението на емоциите чрез социалните мрежи. В четвърти раздел са анализирани изследвания върху социалното споделяне на наситените с емоции преживявания. Изследванията върху себепредставянето в социалните мрежи са обобщени в пети раздел, а върху почивката и забавлението – в шести раздел. Изследванията, насочени специално върху емоционалната регулация във виртуалните социални мрежи, са разгледани в седми раздел, а изследванията върху връзката между емоционалната регулация и проблемната употреба на виртуалните социални мрежи са представени в осми раздел. Всички теми, които са широко застъпени в прегледа на литературата, са пряко свързани с целите и задачите на дисертационното изследване. Докторантката умело е поставила акцентите върху най-съществените теоретични модели, които е положила в основите на своя изследователски дизайн.

Втората част на дисертацията, включваща четири глави (пета, шеста, седма и осма), заключение и приложения, представя собствените изследвания на Женя Милушева. Още тук искам да подчертая отличната методологична подготовка на докторантката. Тя не само е запозната с всички аспекти на изследователския процес, но на практика прилага знанията и уменията си при разработката на изследователския дизайн и при изпълнението на всичките му компоненти. Предвид многоаспектните изследвания Милушева отделя специална глава за експерименталния дизайн (Глава 5. Дизайн на емпирично изследване върху взаимодействието между емоционалната експресивност, стратегиите за емоционална регулация, стратегиите за когнитивна емоционална регулация и поведението в социалните мрежи (с.75-93). В първия раздел авторката формулира по-конкретни четири цели, които са декомпозирани в осем изследователски задачи и шест групи хипотези. Групите хипотези дават представа за съдържателните аспекти на изследванията, затова ще ги посоча: хипотези за връзка между емоционалната експресивност и поведенията във виртуалните социални мрежи; хипотези за връзка между стратегиите за емоционална регулация и поведенията във виртуалните социални мрежи; хипотези за връзка между стратегиите за когнитивна емоционална регулация и поведенията във виртуалните социални мрежи; хипотези за връзка между поведението във виртуалните социални мрежи и удовлетвореността от живота; хипотези за връзка на емоционалната експресивност и стратегиите за емоционална регулация с удовлетвореността от живота; хипотези за връзка между личностните характеристики, поведението във виртуалните социални мрежи и емоционалната регулация. Теоретичният модел на изследването е представен графично на фигура 4 (с. 81). Както се вижда от схемата, основната променлива във всички групи хипотези е променливата поведението във виртуалните социални мрежи. Различните видове поведение (получаване на информация, изказване на мнение, споделяне на опит и преживявания, артистично себепредставяне и пр.) са зададени като зависими променливи, а различните видове стратегии за емоционална регулация – като независими променливи. Посочените връзки се проверяват както с корелационен анализ, чрез който се получават коефициенти на корелация, измерващи силата на връзките, така и чрез множествен регресионен анализ, чрез който се проверяват влиянията на различните независими променливи върху

различните видове поведение в социалните мрежи като зависими променливи. Посоките на тези влияния са изследвани много подробно.

За да се проверят връзките между зададените променливи и влиянията на някои от тях като независими върху други като зависими, са необходими инструменти за измерване. В петия раздел на тази глава (5. Инструментариум), Жения Милушева е описала подробно всички въпросници, чрез които се измерват включените в модела променливи, а именно: 1. Въпросник за експресивност, разработен в Бъркли (Gross & John, 1995) с три субскали: Импулсивност; Изразяване на положителни емоции и Изразяване на негативни емоции; 2. Въпросник за емоционална регулация - Emotion Regulation Questionnaire (ERQ: Gross & John, 2003) с две субскали: Потискане и Преосмисляне; 3. Въпросник за когнитивна емоционална регулация - Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ: Garnefski et al., 2001) с девет субскали: субскали, измерващи пет адаптивни стратегии (приемане, положително преосмисляне, разглеждане в перспектива, положителна смяна на фокуса, смяна на фокус върху планирането) и субскали, измерващи четири неадаптивни стратегии (самообвинение, преживяване, катастрофално мислене, обвиняване на другите); 4. Въпросник на Момчил Киряков за поведение в социалните мрежи - (Киряков, М., 2015, Зиновиева и Киряков, 2014) със седем субскали, измерващи седем различни вида поведение в социалните мрежи (Изразяване на емоции, Изказване на мнения, Артистично себепредставяне, Споделяне на опит и преживявания, Общуване, Почивка и забавление, Вземане на решения); 5. Скала за удовлетвореност от живота (SWLS) (Diener et al., 1985); 6. Личностни черти по модела „Големите пет“ (mini-IPIP) (Donnellan et al., 2006) с пет скали измерващи личностните черти невротизъм, екстраверсия, добросъвестност (целенасоченост), сътрудничество и отвореност към нов опит.

Два от въпросниците – Въпросникът за експресивност и Въпросникът за когнитивна емоционална регулация – не са стандартизирани за български условия и Жения Милушева е организираща и извършила всички необходими дейности за тяхната стандартизация според изискванията на психометричната теория и практика. Тези стандартизации са практико-приложен принос на докторантката към психометрията в нашата страна. Останалите

въпросници са стандартизирани за български условия от други български изследователи. След като събира данни от изследваните лица в извадката от 280 участници, Милушева е направила психометричен анализ на въпросниците и техните субскали с цел да измери вътрешната им консистентност по алфа на Кронбах и да оцени съответните средни величини и стандартни отклонения. Повечето от получените коефициенти по алфа на Кронбах са високи, подобни са на тези, които други изследователи са получили, и са в допустимите граници между 0,65 и 0,88. Така измерванията с въпросниците и съответните анализи на променливите са във висока степен надеждни и получените резултати отразяват съответните закономерности, които са изведени от теоретичния модел на изследването. Женя Милушева е направила и факторен анализ по метода на главните компоненти на айтемите във всеки въпросник. Получените фактори потвърждават компонентната структура на въпросниците. Айтемите на субскалите на всеки един от тях влизат в отделни главни компоненти, които отразяват напълно заложените субскали. Резултатите от изследването на психометричните характеристики и факторната структура на въпросниците със съвременни методи показват, че инструментариумът е във висока степен надежден и валиден. Така чрез въпросниците могат да се разкрият реално съществуващи закономерности в отношенията между различните видове емоционални регулации и поведения във виртуалните социални мрежи. Тъкмо това е направила докторантката и е представила резултатите от изследванията си в останалата част от дисертацията.

В седма глава са дадени всички резултати от емпиричното изследване върху взаимодействието между емоционалната експресивност, стратегиите за емоционална регулация, стратегиите за когнитивна емоционална регулация и поведението в социалните мрежи. Авторката е направила 12 серии изследвания с различни видове методологии и методи, резултатите от които са представени в еднотипна последователност за всяка серия. В първата серия са направени **дисперсионни анализи** за изследване влиянието на различните демографски показатели (пол, възраст, брой приятели в мрежата и др.) като независими фактори върху скалите за седемте различни вида поведения в социалните мрежи. Тук най-интересната находка е статистически значимо по-високата средна стойност на мъжете в сравнение с жените по скалата за изразяване на емоции в мрежата. Този

резултат е нов. В други изследвания жените имат по-високи средни стойности от мъжете по скалата за експресия на емоциите. Авторката интерпретира внимателно получения резултат и отбелязва, че това е съществена линия за бъдещи изследвания у нас. Втората серия дисперсионни анализи отново е за демографските характеристики като независими фактори, но тук зависимите променливи са скалите по различните начини за изразяване на емоции. В третата и четвъртата серия от дисперсионни анализи демографските показатели отново са независими фактори, а зависимите променливи съответно са субскалите на емоционалната регулация и субскалите на когнитивната емоционална регулация. Това са всички серии, в които се използва методологията на **факторните експериментални планове** с използване на дисперсионния анализ за проверка чрез F-критерия на статистическата значимост на влиянието на независимите фактори върху зависимите променливи.

В следващата серия се използва методологията на **корелационния анализ** за измерване силата на връзките чрез коефициента на корелация на Пиърсън между субскалите за експресивност и субскалите за различните видове поведение в мрежата, като изразяване на емоции, изказване на мнение, артистично себепредставяне, споделяне на опит и преживявания, общуване, почивка и забавление и вземане на решения с помощта на приятелите. Докторантката прилага перфектно този анализ, като в съответните таблици посочва и статистическата значимост на коефициентите на корелация. В обобщението към тази серия анализи Жена Милушева прави съдържателна интерпретация на изследваните връзки, измерени чрез коефициентите на корелации. Това придава завършеност на всички серии от корелационни анализи. Методологията на корелационния анализ се прилага и в следващите серии от анализи на връзките между субскалите за различните видове поведение (по Киряков) и субскалите съответно на емоционалната регулация (по Грос), когнитивната емоционална регулация (по Гарнефски и колеги), скалата за удовлетвореност от живота и субскалите на петте личностни характеристики по модела на Големите пет. Отново ще подчертая, че докторантката прилага методологията на корелационния анализ с разбиране, като винаги прави съдържателна интерпретация на получените корелации в рамките на зададения от нея теоретичен модел на дисертационното изследване.

Последната серия анализи е изпълнена чрез най-мощната методология за изследване влиянието на едни променливи (независими променливи) върху други (зависими променливи), а именно **многофакторния регресионен анализ**. Жения Милушева прилага този анализ, за да провери доколко експресивността и използваните стратегии за емоционална и когнитивна емоционална регулация могат да бъдат смятани за предиктори на различните поведения в сайтовете за социални мрежи. При тези анализи поведенията във виртуалните мрежи се разглеждат като зависими променливи, а трите субскали за експресивността (позитивен, негативен аспект и импулсивност), емоционалната регулация (с двете ѝ субскали: когнитивна преоценка и потискане на експресията), деветте субскали на стратегиите за когнитивна емоционална регулация и субскалите на петте личностни характеристики от Големите пет – като предиктори (независими променливи). Като допълнение е проведен стъпков регресионен анализ за удовлетвореността от живота като зависима променлива и компонентите на емоционалната експресивност, субскалите на деветте стратегии за когнитивна емоционална регулация, субскалите на стратегиите за емоционална регулация, субскалите на различните видове поведения в мрежата и субскалите на петте личностни черти по модела на Големите пет като нейни предиктори (независими променливи).

Резултатите от многофакторните регресионни анализи са представени в прегледни и четивни таблици, в които са дадени стойностите на коефициентите **B** (бета) за всяка независима променлива, изразяващи силата на влиянието ѝ върху съответната зависима променлива, стойностите на коефициента **T**, показващ статистическата значимост на съответните коефициенти **B** (бета) и коефициентите за статистическа значимост при конкретната стойност на коефициента **T** (последната колона в таблиците). Докторантката прави съдържателна интерпретация на данните от регресионните таблици в рамките на теоретичния модел на собственото изследване. Важно е да се посочи, че Жения Милушев не само професионално прилага многофакторния регресионен анализ, но и с дълбоко разбиране прави съдържателната интерпретация на резултатите от него. Като завършек на тази серия от анализи Милушева е дала резултатите от многофакторен регресионен анализ на обобщени предиктори на

различните видове поведение във виртуалните социални мрежи. Така се вижда много по-добре степента на влияние на предикторите върху видовете поведение в социалните мрежи.

В предпоследната серия от многофакторни регресионни анализи като предиктори са определени различните видове поведение в социалните мрежи, а като зависима променлива – удовлетвореността от живота. Направен е също така регресионен анализ на субскалите за емоционалната експресивност, стратегиите за емоционална регулация и стратегиите за когнитивна емоционална регулация като предиктори на удовлетвореността от живота като зависима променлива.

В последната серия петте личностни черти по модела на Големите пет са определени като предиктори (независими променливи) на различните видове поведения във виртуалните социални мрежи и удовлетвореността от живота, определени като зависими променливи.

Огромното богатство от данни, получени като резултат от множеството серии на дисперсионен, корелационен и многофакторен регресионен анализ, е обобщено в „Глава 8. Обобщение на резултатите от емпиричното изследване и дискусия“ (с. 193 – 215). Анализите и обобщенията са направени по форми на поведение във виртуалните социални мрежи. В тези раздели докторантката е интегрирала данните в една обща картина, като разглежда резултатите от различните видове анализи в контекста на целите, задачите и хипотезите на собственото изследване. Съвсем експлицитно Милушева показва за всяка хипотеза дали се приема напълно, частично или се отхвърля като резултат от съответните анализи. Наред с това тя обвързва резултатите от собствените изследвания с резултатите, получени в изследванията на други учени, като в сравнителен план показва сходствата и различията.

В заключението Женья Милушева е извела най-съществените резултати от своето изследване както на теоретично, така и на емпирично равнище. Представила е и конкретните резултати за връзката, влиянията и взаимодействията между емоционалната експресивност, стратегиите за емоционална регулация, стратегиите за когнитивна емоционална регулация и поведението в социалните мрежи.

Дисертацията е написана на строго научен език, с точна употреба на научните термини и със семантична достатъчност.

В заключение ще направя обобщението, че дисертацията на Женя Милушева е задълбочено и многоаспектно теоретико-експериментално изследване на проблемите, свързани с проучването на видовете взаимодействие и посоки на зависимост между емоционалната експресивност, стратегиите за емоционална регулация, стратегиите за когнитивна емоционална регулация и поведението в социалните мрежи. Трудът обхваща голям кръг от проблеми в тази тематична област. Резултатите от експерименталните изследвания са получени с надеждни и валидни измервателни инструменти, а данните са анализирани с мощни методи в рамките на съвременната изследователска методология. Прегледът на литературата се характеризира с пълнота и критичен анализ на постановки, теоретични модели и интерпретация на данни. Според мене дисертацията трябва да се издаде като монография, с което нашата психологична наука ще се обогати по отношение на представените в нея проблеми.

Докторантката Женя Милушева има солидна подготовка по психометрия, методология на експерименталните изследвания и статистически методи за анализ на данни. Това е необходима предпоставка за планиране и провеждане на всякакви експериментални изследвания в психологията. В този смисъл тя е изграден изследовател.

Авторефератът представя точно и вярно съдържанието на дисертацията. Справката за научните приноси отразява реалните научни постижения в дисертацията.

Въз основа на положителните си оценки за дисертационния труд и за солидната научна и методологическа подготовка на докторантката предлагам на уважаемите членове на научното жури да гласуват предложението да се даде на Женя Емилова Милушева образователната и научна степен „ДОКТОР“ по научна специалност 3.2. "Психология".

София, 12 декември 2019 г.

Подпис:

/Проф. Енчо Герганов, д-р/