

АВТОРСКА СПРАВКА

за приноси в трудовете на доц. д-р Маргарита Бакрачева, представени за участие в конкурса за заемане на академичната длъжност „професор“ по професионално направление 3.2. Психология (Обща и възрастова психология), обявен в Държавен вестник, бр. 22 от 16.03.2021 г.

Изследвани са редица психологически конструкти и техните взаимовръзки, на базата на които са изведени модели, приложими в практиката.

1. Стратегии за управление на стреса

Копингът е анализиран с отчитане на влиянията на вътрешни и външни фактори и ефекта му върху резултативни променливи в личностен аспект. Трансформирането на реактивно в проактивно поведение се разглежда като компонент на оптималната идентичност. Съзнателното бягство от реалността във виртуалния свят, споделянето на конспиративни теории и мотивацията за татуиране са представени като специфични копинг поведения. Изведен е най-ефективният модел на реакция в съвременния контекст - акомодативният копинг – представляващ себerefлексия с фокус преосмисляне на възможностите и преформулиране на целите в ситуации, в които активните поведения не са възможни, а пасивността е лукс. Този механизъм на адаптация е еднообразен въпреки индивидуалните и личностови различия и е основа за разработване на интервенции в предиктивна и проактивна посока. (публикации 3.1., 4.1, 4.2., 7.22., 7.26., 7.30., 7.32., 7.38., 7.39., 7.40., 10.1., 10.2.)

2. Психично благополучие

Направен е обзор на изследванията в позитивната психология и интегрирането на хедонистичния и евдемоничния подход в изучаване на благополучието от перспективата на теорията за процъфтяването. Резултатите показват, че щастието, удовлетвореността от живота и благополучието са както взаимосвързани конструкти, така и определяни от различни предиктори. Оптималното психично благополучие се анализира като процес на научаване и са предложени емпирично изведени модели за интервенции и програми за изграждане на проактивен майндфулнес – когнитивна, емоционална и поведенческа себerefлексия, насочена към търсене и реализиране на най-ефективните индивидуални избори с диференциране на социалните роли и жизнените сфери и продължаващо експериментиране. (публикации 3.1, 4.1, 4.2., 7.1., 7.2., 7.12., 7.38., 7.39., 7.40.)

3. Психосоциална идентичност

Идентичността е концептуализирана от позицията на максимална адаптивност и във връзка с копинг стратегиите и психичното благополучие. Умението за поддържане на оптимална себеоценка и себеусещане е очертано като процес и във връзка със стремежа към себеутвърждаване. Проследени са възприеманият дистрес, свързан с поддържането на идентичността, спецификата на функциите и стила на идентичност. Изведена е най-адаптивната стратегия за съвременните условия - на отлагане на стабилните избори и удължаване на периода на търсене, което кореспондира с отчетената като най-адаптивна ориентация – на акомодация - и в юношеството, и в зрелостта: среда, която се възприема като нестабилна и неподкрепяща стабилните избори, води до продължаващо експериментиране (публикации 3.1., 6.4., 7.3., 7.5., 7.7., 7.11., 7.21., 7.24, 7.35., 7.41., 10.3.)

4. Виртуална идентичност

Предложен е нов подход към изучаване на виртуалната идентичност като компонент от общата самоопределеност. Времето, прекарвано в социалните мрежи, представлява копинг поведение в условия на висок възприеман стрес, несигурност и изисквания към поддържането на идентичност и правенето на избори. Разкрити са идентични закономерности във виртуалния свят относно влиянието на социалните норми и връзката между копинг стратегиите и активната и пасивна идентичност. (публикации 4.2., 7.4., 7.6., 7.9., 7.16., 7.20, 7.31.)

5. Приложни приноси - модели

Принос в приложен план са предложените модели и насоки за разработване на програми и интервенции в подкрепа на личностната самоопределеност, себerefлексия и копинг поведения, които осигуряват оптимална лична ефективност и функциониране. Те целят изграждане и подобряване на уменията за справяне със стреса и натрупване на ресурси, осигуряващи по-добра адаптивност към изискванията на средата, както и към вътрешните промени през целия жизнен цикъл и изпреварващо себесъхранение. В контекста на социално многообразие е представено мястото на приложимост на техниките на фототерапия като стимулираща емпатията, толерантността, емоционалната интелигентност и социалното приобщаване. По отношение на зависимостите е разработена иновативна типология, която разграничава отделни профили на зависимости, определящи ефективните подходи на работа и която може да се прилага като скринингов инструмент. Изведен е концептуален модел, фокусиран върху възможностите за скъсяване на периода на адаптация към промяна във физическата среда и/или свързаните с това преживявания или страхове, определени като „състояние на безтегловност“. (публикации 3.1, 4.1., 4.2., 6.1., 6.2., 7.15., 7.17., 7.18., 7.33., 9.1.)

6. Приложни приноси - скали

Разработени са скали за определяне на степента на преживявана дереализация при използване на социалните мрежи, измерване на националната идентичност, мотивацията за учене, стереотипите и социалните нагласи и конспиративните теории, които имат добри психометрични показатели, както и методика за анализ на визуалното съдържание (публикации 4.2., 7.9., 7.25., 7.32., 7.34.)

7. Превенция на насилието

Като възможност за устойчива превенция на насилието и девиантното поведение е предложена перспективата на изграждане на просоциална нагласа, разпознаване и разграничаване на асертивността от агресивността. Посланията връстници към връстници и работата по изграждане на меки и преносими умения чрез активна включеност и генерирането на собствени идеи са описани като ефективни мерки в парадигмата на преживелищното учене. Етиката е осмислена като лична ценност, предмет на изграждане и поддържане през целия жизнен цикъл. (публикации 4.2., 6.1., 6.2., 7.29., 7.37.)

8. Интеркултурен диалог

В условията на културно многообразие стереотипите и социалните дистанции са анализирани във връзка с интеркултурния диалог, проследен е въпросът за социалното равенство и е очертан потенциалът на изкуството и креативните занимания като надкултурен модел, стимулиращ толерантността и приобщаването. (публикации 7.13., 7.28., 7.34., 7.36.)

9. Родителски стил

Анализирани са различните родителски практики и влиянието на родителския стил върху процеса на изграждане на самоопределеност и привързаност към значимите фигури. (публикации 7.8., 7.10., 7.14., 7.19.)

10. Образователен процес

По отношение на образователния процес, ученето в електронна среда и дистанционното обучение, са разгледани индивидуалните траектории на развитие и конструктивистката теория като продължаващи възможности за прилагане в концептуален план, а в практически план са представени резултатите от адаптирането към процеса на преминаване към учене в електронна среда, които могат да бъдат екстраполирани в дългосрочен план за управление на кризисни ситуации (публикации 7.23., 7.42, 9.2.)

11. Отговор на нуждите на лица в неравностойно положение

В перспективата на променена демографска картина на застаряване на населението и нарастване на броя лица с увреждания и нуждата от повишаване на качеството им на живот като нова перспектива е анализирано обединяването на усилията на различни науки. Социалното предприемачество е разгледано от позицията на смяна на модела на професионално развитие с модела на кариерно развитие. (публикации 6.3., 7.27, 7.43.)