



Софийски университет "Св. Климент Охридски"

Философски факултет

Катедра "Обща, експериментална и генетична психология"

ЕМАНУЕЛА ТОНЕВА ПАУНОВА-МАРКОВА

**УСПЕХ И ЩАСТИЕ ПРИ НЕЗАВИСИМО И ВЗАИМОЗАВИСИМО
КОНСТРУИРАНЕ НА АЗ-А**

EMANUELA TONEVA PAUNOVA-MARKOVA

**SUCCESS AND HAPPINESS IN INDEPENDENT AND INTERDEPENDENT
SELF-CONSTRUAL**

АВТОРЕФЕРАТ

на дисертационен труд

за присъждане на образователна и научна степен "Доктор"

по научна специалност 3.2. "Психология"

Научен ръководител:

Проф. д.пс.н. Ирина Зиновиева

София, 2017 г.

Дисертационният труд е обсъден и предложен за защита от катедра "Обща, експериментална и генетична психология", Философски факултет, Софийски университет "Св. Климент Охридски".

Дисертационният труд на тема „Успех и щастие при независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а“ е **разработен на английски език**. Състои се от 187 страници, от които - 170 страници основен текст, като останалите съдържат библиография. Основният текст е разделен в две части – теоретична и емпирична. Изследването е илюстрирано с 6 фигури и 40 таблици с основни резултати. Използваната литература е цитирана в библиографската справка, която включва 189 източника на български и чуждестранни автори. По темата на дисертацията са направени шест публикации в научни издания в България.

Научно жури:

Проф. д.пс.н. Соня Карабельова – Председател (рецензент)

Проф. д.пс.н. Енчо Герганов (рецензент)

Проф. д.пс.н. Ирина Зиновиева

Проф. д-р Йоланда Зографова

Доц. д-р Елена Паспаланова

Защитата на дисертационния труд ще се състои на 15.06.2017 от 14:00 ч. в зала 63 на СУ „Св. Климент Охридски“ на открито заседание на избраното научно жури.

Материалите по защитата са на разположение в канцеларията на Философски факултет, 47 кабинет, ет. 3, Южно крило, Ректорат – СУ „Св. Климент Охридски“, както и на сайта на университета – www.uni-sofia.bg.

Съдържание на дисертационния труд

1. Въведение
2. Част I: Теоретичен обзор
 - 2.1. Конструирание на аз-а
 - 2.1.1. Аз-ът
 - 2.1.2. Индивидуализъм - колективизъм
 - 2.1.3. Независим и взаимозависим аз
 - 2.1.4. Съвместно съществуване в една система
 - 2.1.5. Мултидименсионалната природа на конструирането на аз-а
 - 2.1.6. Критики
 - 2.1.7. Прайминг
 - 2.1.8. Индивидуални различия при конструирането на аз-а при културите
 - 2.1.9. Полови различия
 - 2.1.10. Измерване на типовете конструирание на аз-а
 - 2.2. Успех
 - 2.2.1. Концептуализация
 - 2.2.2. Лични проекти и другите хора
 - 2.2.3. Измерване на успеха
 - 2.3. Щастие
 - 2.3.1. Дефиниции
 - 2.3.2. Ориентации към щастие
 - 2.3.3. Детерминанти
 - 2.3.4. Измерване на щастieto и субективното благополучие
 - 2.4. Връзката между конструирание на аз-а и успеха
 - 2.4.1. Важност на успеха и нива на успех
 - 2.4.2. Разлики при атрибуциите за успех и провал
 - 2.5. Връзката между конструирание на аз-а и щастieto
 - 2.6. Връзката между успех и щастие
 - 2.6.1. Различни характеристики на целта и субективно благополучие
 - 2.7. Връзката успех-щастие при независимото и взаимозависимото конструирание на аз-а
 - 2.7.1. Разлики между културите
 - 2.7.2. Разлики при конструирането на аз-а

3. Част II: Емпирични изследвания върху успеха и щастието при независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а
 - 3.1. Главни цели на дисертацията
 - 3.2. Теоретичен модел на емпиричното изследване
 - 3.3. Хипотези
 - 3.4. Анализ на данните
 - 3.5. Инструменти
 - 3.5.1. Ориентации към щастие
 - 3.5.2. Конструиране на аз-а
 - 3.5.3. Субективен конкретен успех и неговите характеристики
 - 3.5.4. Удовлетвореност от живота
 - 3.5.5. Емоционален баланс
 - 3.5.6. Единични айтеми – успех
 - 3.5.7. Загриженост за успеха на другите
 - 3.6. Извадка
 - 3.7. Процедура
 - 3.8. Резултати
 - 3.8.1. Дескриптивни статистики за скалите и единичните айтеми в изследването
 - 3.8.2. Факторна структура и надеждност на скалата за независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а (IISS)
 - 3.8.3. Типове споделян конкретен успех
 - 3.8.4. Ефект на демографските променливи върху конструирането на аз-а
 - 3.8.5. Корелати на конструирането на аз-а с щастието
 - 3.8.6. Корелати на конструирането на аз-а с характеристиките на конкретната цел
 - 3.8.7. Предиктори на позитивния афект, по време на преследването на целта и след успешното ѝ постигане при доминиращо независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а
 - 3.8.8. Предиктори на субективното благополучие при доминиращо независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а
4. Генерална дискусия
5. Ограничения на изследването
6. Приноси на изследването
7. Заключение
8. Библиография

Въведение

В съвременния свят е на лице тенденция към глобализация – хора от различни точки по земното кълбо работят в клоновете на международни и глобални организации, употребяват една марка продукти, гледат едни и същи филми или телевизионни формати. Освен това хората са мобилни – значителна част от човечеството се възползва от възможността да променя мястото, на което живее временно или постоянно. Това създава предпоставки за повече общи преживявания, възгледи, нагласи и т.н. сред хората. Въпреки това във всяка култура и нация се запазват специфични за нея особености. Това поставя изучаването на психологическите феномени в културна рамка като жизнено важно, тъй като не е възможно да приемем по подразбиране, че теории създадени в една част от света ще бъдат универсално валидни за всички култури. Други изследователи също подкрепят позицията, че „западните психолози вече не могат просто да приемат по подразбиране, че техните теории за аз-а, личността, както и техните последствия за поведението и психическото благополучие са универсални за всички култури“ (Cross et al., 2003, с. 943).

През последните няколко десетилетия се наблюдава промяна в теорията за това как аз-ът е конструиран. Днес межкултурните различия, както и различията в конструирането на аз-а, са широко признати и проучвани, докато преди около четвърт век, през 1991 г., Маркърс и Китаяма пишат следното: „по-голямата част от това, което съвременните психолози знаят за човешката природа, се базира на един определен поглед – така наречения западен възглед за индивида като независима, самодостатъчна, автономна цялост“ (Markus & Kitayama, 1991, с. 224).

Днес културното разнообразие се цени и насърчава, индивиди от различни култури съжителстват заедно в социални общности и съставят мултикултурни работни групи в организациите. Учените изглежда са единодушни, че различната културна принадлежност на индивидите определя и различия в техните ценности (вж. Хофстеде, 1991; Триандис, 1995). Но наред с множеството позитиви, които носят, межкултурните различия могат също да бъдат и сериозно предизвикателство, особено ако те не се отчитат, познават и управляват. Това поставя необходимостта да бъдат изследвани и опознати различията в когнитивната, афективната и мотивационна сфера на хората от различните култури.

Задълбочените познания в тези полета могат да подпомагат разработването на политики и интервенции, които целят ефективна комуникация в групите, висока продуктивност на организациите и оптимално съществуване за индивидите.

Успехът и щастието, както и много други теоретични конструкти, считани за универсално съществуващи, е нужно да бъдат изследвани в различни култури, тъй като те могат да имат специфичния изразения, дефинирани от културния контекст (Chang, Arkin, Leong, Chan, & Leung, 2004). Например Стивънс, Константинеску и Бутукеску (Stevens, Constantinescu and Butucescu, 2011) окуражават межкултурното изследване на аспирациите и тяхната връзка с психологическото функциониране. Райън и екип (Ryan et al., 1999) постулират, че тъй като „светът става все по-малък на фона на глобализацията и дялът на пазарните икономики се разраства, следва да се обърне по-голямо внимание и загриженост за универсалните и културно-специфичните характеристики, които оптимизират благополучието“ (с. 1522).

Райън и екип (Ryan et al., 1999) наблюдават тенденцията, че „пазарните икономики преодоляват предишните отчетливи политически и социални граници, превземайки култури където колективизмът и плановете икономики са доминирали доскоро“ (с. 1509). България също е преминала такива промени. Според Райън и екип (Ryan et al., 1999) при подобни условия е нужно да се изучи как „новите“ ценности и цели, които пазарната икономика насърчава, се приемат от индивидите и по какъв начин повлияват тяхното благополучие.

В същия контекст, Фрост и Фрост (Frost & Frost, 2000) постулират, че „бъдещи изследвания, проучващи източноевропейските нации са нужни в психологията“ (с. 748), и действително до момента нито едно изследване върху независимото и взаимозависимо конструиране на аз-а не е проведено в България. Различното конструиране на аз-а определя множество различия в когнитивните, емоционални и мотивационни процеси (Markus & Kitayama, 2001).

Скалите за конструиране на аз-а са „станали все по-популярен начин на изследване на културните различия“ и са използвани, за да предсказват широк набор от изходни променливи (Levine et al., 2003). Грейс и Креймър (Grace and Cramer, 2003) смятат, че „вследствие на днешната глобална среда, изследването на разнообразни ориентации към аз-а е навременно“ (с. 649). Направеният от тях литературен обзор идентифицира взаимовръзки между ориентациите към аз-а и широк диапазон от конструкти: стил на комуникация,

самооценка, социална тревожност, склонност за когнитивно изкривяване в полза на взаимоотношенията или в полза на аз-а, хармония във връзките, срамежливост и др.

Ван Хорен, Полман, Купен и Хановер (Van Horen, Pohlmann, Koeppen & Hannover, 2008) също призовават за бъдещи изследвания на начина, по който индивидуалните различия при конструирането на аз-а са свързани с индивидуалните различия при личните цели и тяхното преследване. Пиня-Уотсън и екип (Piña-Watson et al., 2014) се изказват в полза на по-голяма осъзнатост за ролята на конструирането на аз-а върху удовлетвореността от живота.

Успехът и щастието винаги са били много важни теми за човечеството, които биха могли да бъдат проследени чак до древните митологии на различните народи. Както някои изследователи твърдят, благополучието е „продължаваща цел за индивидите и важен критерий за оценката на правителствата и обществата“ (Kahn & Juster, 2002, с. 627). Начинът, по който хората дефинират успеха, може да има влияние върху важни житейски резултати като финансови ресурси, образование, избор на кариера, постигане на целите, взаимоотношения, отдаденост на семейството (Dyke & Murphy, 2006).

Изследване сред 17 страни (Diener, 2000) индикира, че щастието и удовлетвореността от живота са нещо, за което хората мислят доста често. Те също така са оценени като много важни от респондентите. Стремещът да си щастлив е лесно разбираем, просто защото „човек се чувства добре“. Нещо повече, щастието води до други, желани резултати като здраве, по-дълъг живот, по-добри стратегии за справяне и понижен риск от психологически заболявания (Sheldon & Lyubomirsky, 2004).

Най-вероятно една кратка разходка из случайно избрана книжарница е достатъчна, за да се види, че секциите „самопомощ“ или „приложна психология“ са препълнени с книги, които обещават да научат читателя как да стане щастлив и успешен. Множество мотивационни лектори, предлагат семинари или X-стъпкови системи, които се предполага, че ще донесат на следващите ги желаните щастие и успех. Както е казал един от най-продуктивните изследователи на щастието „продължаващата обсебция на американците с това как да бъдат щастливи, може да бъде наблюдавана в редиците книги за самопомощ във всяка по-голяма книжарница и в милионите продадени такива книги“ (Lyubomirsky, Sheldon, & Schkade, 2005, с. 111).

Обикновени положителни активности са често използвани от хората по света, в опит да подобрят щастието си. Например книга на тема щастието и научно валидирани стратегии за повишаването му от Соня Любомирски, е била преведена на множество езици и се продава в 22 страни (Layous, Lee, Choi, & Lyubomirsky, 2013).

Връзката между възприетите текущи постигнати цели и благополучието е сравнително слабо изследвана (Ryan et al., 1999). Прокачи (Proccacci, 2008) призовава за бъдещи изследвания върху връзката между преследването на целите с неговите междуличностни дименсии и благополучието. Нещо повече, изследванията на връзката успех – щастие операционализират успеха предимно като общ доход, ниво в организацията или среден успех в училище (Pan & Zhou, 2013; Dyke & Murphy, 2006). Ние не само, че целим да изследваме допълнително връзката между успеха и щастието, но и считаме за смислено да изследваме ролята на конструирането на аз-а при тази връзка, както и неговото отношение към успеха и щастието, отделно за всеки конструктор.

Известно е, че постигането на успеха се свързва с щастието, но не всеки успешен човек е щастлив. Вероятно причината за това е, че другите правят оценката на успеха, а не самите индивиди. Те може и да са постигнали нещо грандиозно в очите на околните, но самите те може да имат още по-големи амбиции и да не са удовлетворени от постигнатото. Поради това, ние се интересуваме от психологическото преживяване на човека по отношение на собствения успех и бихме искали да поставим фокуса върху субективния успех.

Олдридж и Ислам (Aldridge and Islam, 2012) призовават за повишаване на реализма при изследването на атрибуциите. Повечето досегашни данни са събрани в лабораторни изследвания или разчитат на принудителен избор, поради което изучаването на спонтанните атрибуции е силно препоръчително. Вероятно това би могло да бъде изведено като препоръка и по отношение на други характеристики на целта и преследването на целите като цяло. Поради това, ние считаме, че изследването на субективния успех, или това какво и как хората определят като голям успех, сами за себе си, ще допринесе към тази необходимост от по-голям реализъм.

Теоретична част на дисертацията

Направеният обзор на литературата по темата на дисертационния труд е представен в Част I. Тя е разделена на седем тематични раздела. Първите три раздела се фокусират върху трите основни конструкта – конструиране на аза, успех и щастие – като представят основните теории, свързани с тях. Следващите четири раздела се фокусират върху взаимовръзките между тези конструкти: най-напред между конструирането на аз-а и успеха, след това между конструирането на аз-а и щастието, после между успех и щастие, а накрая върху ролята на конструирането на аз-а във връзката успех-щастие.

Първият раздел, който разглежда теориите и емпиричните изследвания за конструирането на аз-а, се състои от множество подразделения. В първото такова подразделение е представен конструктът на аз-а. Както констатира Гордън Олпорт (1943) “съществуването на собствения аз е факт, в който всеки смъртен, включително всеки психолог, е убеден” (с. 451). Разгледани са разликите между понятията “аз” и “идентичност” (Markus & Kitayama, 2010). Обзорът се спира върху различията между съдържанието и структурата на аз-а, както и на промяната на възгледите в науката за аз-а от единна стабилна цялост към нещо, което е многокомпонентно и динамично (Campbell et al., 1996).

Следващото подразделение на първи раздел разглежда накратко теориите за дименсията индивидуализъм-колективизъм (Triandis, 1995) като популярна за изучаване на межкултурните различия. Представено е и предимството на конструирането на аз-а (Markus & Kitayama, 1991) пред индивидуализъм-колективизъм за обясняване на индивидуалното поведение (Gudykunst et al., 1996; Singelis and Brown 1995). Конструирането на аз-а всъщност е корелат на индивидуалното равнище на конструкта индивидуализъм-колективизъм и затова взаимозависимият тип конструиране е по-разпространен в източните колективистични култури, докато независимият – в западните индивидуалистични (Gudykunst et al., 1996; Singelis, 1994).

Независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а са разгледани подробно в третото подразделение. Те са въведени като теоретичен конструкт от Маркъс и Китаяма, който бива разпознат като важен и бързо става изключително изследван и популярен (Kim & Raja, 2003; Lu & Gilmour, 2007). Независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а са две независими, отделни дименсии, които са универсални и са налични у всеки човек, но в различна степен (Markus & Kitayama, 1991). Най-общо казано, хората с взаимозависимо

конструиране имат по-гъвкав и динамичен аз, отчитащ социалния контекст и включващ в себе си значимите други. При независимото конструиране аз-ът е стабилен, отделен от социалния контекст и от останалите хора. Независимо конструираните хора ценят автономията, това да се отличават, да „открият себе си“ и своите уникални атрибути, личната изява и асертивността. Взаимозависимо конструираните хора ценят хармонията в отношенията, това да се вписват в тяхната общност и да изпълняват очакваните от тях роли и задължения.

Разглеждат се двата типа конструиране като съществуващи едновременно в една система у хората. Счита се, че у всеки човек има изразено в някаква степен всяко от тези две конструирания, като определени ситуации или контекстът могат да активират проявата на едното или другото. Въпреки това, обикновено едно от двете конструирания е изразено по-силно и то е доминиращото за човека (Markus & Kitayama, 1991; Gudykunst & Lee, 2003). Има и предположение, че това разделение на два типа конструиране може да бъде повлияно от западното виждане за вътрешния свят на човека, а при източните колективистични култури хората да проявяват едновременно характеристики и от двата типа конструиране спрямо конкретната ситуация или задача (Park and Levine, 1999). Това може също така да бъде в голяма степен валидно за мултикултурните личности, които съвместяват съществуването си в различни културни рамки и активират даден тип конструиране на аз-а спрямо тях (Dixon & Robinson-Riegler, 2009).

В петия подраздел са разгледани вижданията, че конструирането на аз-а може да се състои от повече от две дименсии (Hardin et al., 2004; Grace & Cramer, 2003; Kashima et al., 1995). Няма единодушие относно броя и състава на тези дименсии – авторите докладват от три до шест-компонентна наблюдавана структура. Други автори поддържат двуфакторната структура, но твърдят, че взаимозависимото и независимото конструиране се подразделят на видове такива (Fiske, 2002). Трети изследвания откриват различен брой фактори в различните култури (Christopher, Norris, Souza, & Tiernan, 2012). Трябва да се отбележи, че възможна причина за тези разнородни резултати е наличието на психометрични проблеми на популярните инструменти за измерване на конструирането на аз-а (Levine, Bresnahan, Park, Lapinski, Wittenbaum, et al., 2003). Основно поради горната причина, теорията за конструирането на аз-а намира и своите критици. Наличната критика е разгледана в шестия подраздел.

В седми подраздел е разгледан въпросът за подхода на прайминг (priming). Тези процедури „подготвят“ изследваните лица да активират един от двата типа конструиране на аз-а чрез методи като подчертаване на определени думи, прочитане на определени текстове и т.н. Счита се, че тъй като взаимозависимо конструиранят аз е чувствителен към контекста и настоящите ситуации (Singelis, 1994), то би бил чувствителен и към ситуационния прайминг (Levine et al., 2003). Някои изследвания подкрепят прайминга като смислен (Dixon & Robinson-Riegler, 2009; Oetzel, 1999), докато други го отхвърлят (Dixon & Robinson-Riegler, 2009; Kim and Raja, 2003). Машабен мета-анализ (Levine et al., 2003) показва, че той няма ефект върху получените стойности по двата типа конструиране на аз-а и твърдят, че това са скали които измерват стабилни конструкти, набодобяващи личностните черти. Възможна причина за полярните резултати относно прайминга е, че той може да активира един от двата типа конструиране за дадения момент, което е нещо динамично, но да не се отразява на изразеността на всеки от типовете конструиране, което вече е нещо стабилно (Gudykunst & Lee, 2003).

Следващият подраздел на раздела за конструирането на аз-а разглежда неговите вариации в рамките на една и съща култура. Известно е, че конструирането обяснява межкултурни различия (Markus & Kitayama, 1991; Gudykunst et al., 1996; Singelis, 1994), но има индивидуални различия в изразеността и доминирането на конструирането и при индивидите от една култура (L. Chang et al., 2004; Oyserman, Coon, & Kemmelmeier, 2002; Aaker & Schmitt, 2001). Деветият подраздел се спира върху съществуващите междуполови различия при конструирането на аз-а.

Последният, десети подраздел разглежда съществуващите методи за изследване на конструирането на аз-а. Разгледани са психометричните характеристики на популярни инструменти като този, разработен от Сингелис (SCS; Singelis, 1994), от Кун и Мак Партланд (TST; Kuhn & McPartland, 1954), както и на скали разработени от Гудикунст, Ким, Леунг и Ким. Дискутирани са техни налични проблеми с валидността (Levine, Bresnahan, Park, Lapinski, Wittenbaum, et al., 2003; Grace & Cramer, 2003). На фона на тези проблемни инструменти се откроява скалата за независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а (IISS) на Лу и Гилмор (Lu & Gilmour, 2007), която успява да превъзмogne много от проблемите на досегашните инструменти и демонстрира добра надеждност и валидност.

Вторият раздел от теоретичния обзор разглежда конструкта „успех“. Най-напред е представена концептуализацията на конструкта, след това ролята на другите хора при изпълняването на личните проекти (Little, 1983), и накрая – как успехът бива измерван.

Голяма част от изследванията операционализират успеха като нещо, което може да бъде измерено обективно (Pan & Zhou, 2013; Dyke & Murphy, 2006; Rowlands, 1994). Успехът е универсален концепт, който съществува във всяка култура, но неговото значение варира (Fyans, Salili, Maehr, & Desai, 1983). Тъй като той съдържа различни значения, изследването на субективния, а не на обективния успех се откроява като по-подходящо. Например Аркин, Колдиц и Колдиц (Arkin, Kolditz and Kolditz, 1983) оценяват успеха чрез самооценка, за да уловят огромното разнообразие от индивидуални различия при субективните дефиниции на успех и щастие.

Друг начин за изследване на успеха е през целите и стремежите (Little, 1983; Locke and Latham, 1994; Emmons, 1989; Emmons & Kaiser, 1996). Различни характеристики на целите биват изследвани: ниво на абстрактност на целта, автономна и контролирана мотивация, конгруентност, трудност, усилия, отдаденост, важност, постижимост, съответствие с личните ценности, идеали и интереси и др. (Emmons & Kaiser, 1996; Locke & Latham, 1994; Locke & Latham, 2002; Sheldon & Elliot, 1998; Gaudreau, Carraro, & Miranda, 2012).

Третият раздел на теоретичния обзор се спира върху щастието, и по-специално неговите дефиниране, детерминанти и начини за измерване. Разгледани са разликите в понятията „щастие“, което е по-общо и близо до ежедневиия език, и „субективно благополучие“, което е по-конкретен и лесен за дефиниране термин (Diener, 1984; Diener, Scollon, & Lucas, 2009). Разгледани са различните подходи към щастието като например биопсихосоциалният (Schwarzer & Gutierrez-Dona, 2000), подходите „отдолу-нагоре“ и „отгоре-надолу“ (Diener, 1984), съотношението между позитивните и негативни емоционални преживявания (Lyubomirsky, King, & Diener, 2005). Разгледана е многокомпонентната структура на субективното благополучие, състояща се от когнитивен (удовлетвореността от живота) и афективни компоненти (позитивен и негативен афект) (Diener, 2000; Diener et al., 2009). Разгледани са и трите основни начина, по които хората се стремят към щастието – чрез смисъл, чрез включеност и чрез удоволствие (Peterson, Park, & Seligman, 2005).

Третият подраздел на този раздел обобщава детерминантите на щастието. Субективното благополучие е сложен конструкт, който бива детерминиран от множество фактори, свързани както с личността, така и със средата, в която тя функционира (Sheldon & Hoon, 2007; Diener, 2000). Последният подраздел разглежда измерването на щастието или субективното благополучие. Обсъдени са положителните и отрицателните страни на методите за самооценка, използването на ретроспективни методи, както и на тези, състоящи се само от едно твърдение.

Следващите раздели се спират върху взаимовръзките между тези основни конструкти. Литературата разкрива, че конструирането на аз-а определя множество различия в поставянето, преследването и успешното постигане на цели, както и в преследването и постигането на щастието.

При взаимозависимото конструиране аз-ът по-често е свързан с целите и успехите на значимите други, докато при независимото личните цели и успехи са по-важни (Markus & Kitayama, 1991). Съответно, при взаимозависимото конструиране би имало допринасяне за успеха на другите в по-голяма степен. За разлика от взаимозависимите, независимите не синхронизират своите цели с груповите такива и са склонни да полагат по-малко усилия за целите на групата (Täuber & Sassenberg, 2012). При независимото конструиране личните избори биват ценени по-високо, докато при взаимозависимото хората са по-склонни да харесват избори, които другите са направили за тях, както и те самите да правят избори за другите хора (Pöhlmann, Carranza, Hannover, & Iyengar, 2007). Независимото конструиране е свързано със самостоятелно поставяне на цели, докато взаимозависимото – с участие на значимите други в поставянето на целите (Hunt, 2015). Освен това хората с независимо конструиране по-често докладват, че преследват дадени цели заради причини свързани с интерес към и удоволствие от дейността, или убеденост, че целта е важна, докато тези с взаимозависимо конструиране по-често докладват причини, свързани с дълг и очаквания към другите (Downie, Koestner, Horberg, & Hoga, 2006). Конструирането на аз-а определя и различия в значимостта и благоприятния ефект от контакта с близките за успешното постигане на целите (Gore, 2013b). Стременията на хората и разбирането за това какво е успех се определят и от културата (Ryan et al., 1999; L. Chang et al., 2004).

Има данни, че взаимозависимото конструиране е свързано с по-ниска успешност (Downie et al., 2006) и по-ниско щастие (Sheldon & Hoon, 2007; Diener et al. 1995).

Независимото конструиране пък е позитивно свързано с удовлетвореността от живота (Pitá-Watson et al., 2014; C. Cheng et al., 2011).

Щастието и успехът са по-желани и ценени в индивидуалистичните култури и хората с независимо конструиране на аз-а, тъй като тези култури предават послания, че постигането на индивидуален успех, добро самочувствие и оптимизъм са жизнено важни (Markus & Kitayama, 2010). Също така там като цяло се наблюдават изразени тенденции, обслужващи отделната личност. В източните колективистични култури, от друга страна има амбивалентно отношение към неуспехите, които не са приемани като нещо изцяло лошо (L. Chang et al., 2004), и активното преследване на личен успех не е от такова значение (Markus & Kitayama, 1991). В различните култури има и различни норми за идеалното афективно състояние и удовлетвореност от живота – там, където щастието е ценено по-високо, съответно биват и докладвани по-високи нива на щастие (Diener, Scollon, Oishi, Dzokoto, & Suh, 2000; Sims et al., 2015).

От своя страна, успехът е важен детерминант на щастието (Procacci, 2008; Pitá-Watson et al., 2014; Proyer et al., 2012; Lyubomirsky, 2007; Sheldon, 2004). Успешното постигане на цели има дълготраен позитивен ефект върху субективното благополучие (Klug & Maier, 2014). Някои изследвания се спират и върху обратната посока на връзката – значението на щастието за успеха (Lyubomirsky et al., 2005). Разгледано е и значението на различните характеристики на целите за субективното благополучие. Например личните и релационни причини предсказват различен резултат при преследването на целта (Gore & Cross, 2006; Gore et al., 2009). Прекомерното преследване на външни цели като слава, богатство, и т.н. имат неблагоприятно последствие върху психологическото благополучие (Kasser and Ryan, 1993; 1996), докато преследването на вътрешни цели е свързано с по-голямо благополучие (Ryan et al., 1999). Прогресът в постигането на целите и съответствието на целта с вътрешния свят на човека са силни предиктори на субективното благополучие (Sheldon & Hoon, 2007; Emmons and Kaiser 1996; Procacci, 2008). Съдържанието на целите и жизнената сфера, към която спадат, са също така важни характеристики (Gore & Cross, 2010). Колкото по-големи са отдадеността при преследването на целта, възприетата ѝ важност, както и нейната трудност и конкретност, толкова по-високи са шансовете за успешното ѝ постигане (Locke and Latham, 1994). Абстрактните цели са свързани с негативен афект (Emmons & Kaiser, 1996), а чувството за неяснота като цяло

засилва както негативния, така и позитивния афект (Bar-Anan, Wilson, & Gilbert, 2009). Когато хората си представят бъдещия си успех, или как други хора успяват в дейността, това повишава мотивацията за постижение и обяснението е чрез възприемането на целта като по-постижима (Vasquez & Buehler, 2007). Когато биват възприемани повече бариери пред успеха, това се отразява негативно на субективното благополучие (Piña-Watson et al., 2014; Гарванова, 2008; 2011). Интегрираността между целите, или това да бъдат в съзвучие една с друга и изпълнението на едната да подпомага изпълнението и на другите цели, се отразява благоприятно за субективното благополучие; обратно, наличието на конфликт между целите се отразява негативно на субективното благополучие (Emmons & Kaiser, 1996). Високо абстрактните цели, както и тези формулирани негативно, т.е. целящи да се избегне нещо нежелано, а не да се постигне нещо желано, също имат неблагоприятен ефект за щастието (Emmons & Kaiser, 1996).

В последния, седми раздел на теоретичната част е разгледана ролята на конструирането на аз-а във връзката успех – щастие. Представен е йерархичният модел на Шелдън (Sheldon, 2004) за човешкото поведение и субективното благополучие, спрямо който може да се заключи, че конструирането на аз-а и субективният успех са свързани със субективното благополучие.

Самата връзка между успех и щастие е по-силна в индивидуалистичните култури, където преобладава независимото конструиране на аз-а, отколкото в колективистичните култури, където преобладава взаимозависимото конструиране (Klug & Maier, 2014; Piña-Watson et al., 2014).

Съществуват и различия спрямо конструирането на аз-а за това какво в успеха прави хората по-щастливи. Например при взаимозависимото конструиране конфликтът между целите може да не се отразява така негативно върху щастието (Heine & Lehman, 1997; 1999). Автономно поставените цели са свързани с наслаждаване на дейността и при двата типа конструиране, но тази връзка е по-силна при независимото конструиране (Hunt, 2015). Успехът и щастието на близките други изглежда имат по-голям положителен ефект върху личното щастие на взаимозависимо конструираните хора, сравнено с независимо конструираните, където такъв ефект не се открива (Varnum, Shi, Chen, Qiu, & Han, 2014; Lyubomirsky, 2007). В същия раздел са разгледани и междукултурни различия във връзката успех – щастие, които също биха могли да бъдат свързани с конструирането на аз-а.

Емпирично изследване на успеха и щастието при независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а

Основни цели на дисертацията:

Основната цел на настоящата работа е да изследва:

- 1) взаимовръзките между независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а и щастието;
- 2) взаимовръзките между независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а и субективния успех;
- 3) ролята на доминиращия тип конструиране на аз-а при взаимовръзката между успеха и щастието.

Теоретичен модел на емпиричното изследване

Основавайки се на подробния теоретичен обзор, представен в Част I, бе създаден теоретичен модел за взаимовръзката между щастие, успех и типовете конструиране на аз-а. Последващите емпирични изследвания целят да проверят този модел чрез количествени изследователски методи. Проверено бе дали независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а разкриват значими разлики в тяхната връзка с успеха и щастието и дали доминиращият тип конструиране на аз-а играе роля при взаимовръзката между успех и щастие.

Маркърс и Китаяма (Markus & Kitayama, 1991) представят теорията за независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а и след това предсказването и обясняването на културните различия чрез конструирането на аз-а става популярно (Levine et al., 2003). Конструирането на аз-а би могло да повлияе или дори детерминира човешкото функциониране в неговите три основни аспекта: когниции, емоции и мотивация (Markus & Kitayama, 1991). Поради това ние вярваме, че конструирането на аз-а вероятно играе важна

роля и дефинира различия при два основни стремежа в човешкия живот – към успех и към щастие. Кроскултурно изследване, обхващащо 17 различни страни (Diener, 2000) описва, че щастието и удовлетвореността от живота са оценени като много важни теми, за които хората често мислят.

Има дебат за факторната структура на конструирането на аз-а и някои автори твърдят, че съществуват повече от два фактора (Grace & Cramer, 2003). Съществуват и известни съмнения по отношение валидността на теорията за конструирането на аз-а (Matsumoto, 1999; Levine et al., 2003). Въпреки това, тези резултати може би се дължат на недостатъци в използваните инструменти, които са в популярна употреба (Levine et al., 2003; Kim & Raja, 2003). За целите на настоящата работа е подбран инструмент, който коригира много от недостатъците на съществуващите до момента такива – скалата за независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а (IISS) на Лу и Гилмор (Lu & Gilmour, 2007). Поради това се очаква инструментът да работи в български условия и да бъде репликирана двуфакторната структура на конструирането на аз-а.

Тъй като двата типа конструиране на аз-а са индивидуалният корелат на културната ориентация индивидуализъм – колективизъм, то взаимозависимостта е по-изразена на Изток, докато независимостта – на Запад. Въпреки това, независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а са две универсални, отделни дименсии, които съществуват при всеки човек и всяка култура, като изразеността им е в различна степен (Markus & Kitayama, 1991; Gudykunst et al., 1996; Singelis, 1994). Поради това, ние вярваме, че дори използвайки извадка от една култура, при нея би трябвало да има достатъчна вариация в изразеността на независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а, което да позволи изследването на техните взаимовръзки с успеха и щастието, както и тяхната роля при взаимовръзката между успеха и щастието.

Мета-анализ (Klug & Maier, 2014) идентифицира дълготраен позитивен ефект на успешното постигане на цели върху субективното благополучие. Въпреки това, тези открития могат да бъдат интерпретирани и като ефект с обратна посока от страна на щастието върху успешното постигане на целите (Lyubomirsky et al., 2005).

Успехът обикновено е последван от някакъв тип възнаграждаване и компенсация – материалните награди (например пари) биха могли да бъдат измерени обективно; награди свързани с личното удовлетворение, обаче, са субективни (Little, 1983).

Успехът изглежда е универсален концепт, съществуващ във всяка култура. Въпреки това, неговото значение варира в различните култури (Fyans, Salili, Maehr, & Desai, 1983). Така, тъй като успехът бива универсално ценен, а едновременно с това съдържа различни значения, изследването на субективния успех изглежда е по-подходяща възможност, отколкото приемането на обективни мерки. Например Аркин, Колдиц и Колдиц (Arkin, Kolditz and Kolditz, 1983) предпочитат да оценяват успеха, използвайки самооценъчни методики, с цел да уловят огромното разнообразие от индивидуални различия при субективните дефиниции на успех и щастие.

Често използван метод за изследване на успеха е чрез целите. Целите и стремежите опосредстват взаимодействието индивид – среда (Little, 1983). Хората се стремят към своите цели по различен начин, което е причина да бъдат изследвани характеристиките на целите като ниво на абстрактност на целта, конгруентност, трудност, усилия, отдаденост, важност, постижимост, съответствие с личните ценности, идеали и интереси и др. (Emmons & Kaiser, 1996; Locke and Latham, 1994; Sheldon & Elliot, 1998).

Тези различни характеристики на целите биха могли да допринасят по различен начин за щастието, а освен това да имат връзка и с независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а. Различен набор от характеристики на целите могат да предсказват щастието при независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а. Според Ван Хорен, Полман, Купен и Хановер (Van Horen, Pohlmann, Коерпен and Hannover, 2008) бъдещите изследвания биха могли да проверят дали разликите в конструирането на аз-а са свързани с различия в начина, по който хората преследват целите си (с. 229). Освен това, взаимовръзката между възприетото текущо постигане на целите и благополучието е сравнително неизследвана (Ryan et al., 1999).

Лок и Латъм (Locke & Latham, 1994) изследват съдържанието на целите и идентифицират специфичността, трудността и отдадеността като важни целеви характеристики, които се свързват с успеха. Колкото повече човек 1) има специфична идея за желаните резултати, 2) изправя се пред трудностите и предизвикателствата и следователно трябва да влага повече усилия, за да постигне целите си и 3) се чувства отдаден на процеса на постигане на целите, то толкова повече са шансовете за успешно представяне. Отдадеността на целите изглежда се свързва с очакването за успешен изход и с възприетата важност.

Щастието и субективното благополучие често са използвани като синоними, но щастието е по-общ концепт и неговата дефиниция е по-флуидна, а субективното благополучие е по-специфичен и лесен начин за дефиниране на този концепт. За субективното благополучие се приема, че е съставено от различни компоненти – удовлетвореност от живота (когнитивен компонент) и позитивни и негативни чувства (афективен компонент). Компонентите дават едно общо разбиране за благополучието, когато биват измерени едновременно. Счита се, че нито един от тях, сам по себе си, не представлява същинското щастие (Diener, 1984; Diener, 2000; Diener et al., 2009). Въпреки това, когато оценяваме щастието с оглед конкретен субективен успех, ние бихме могли единствено да съберем данни за позитивните и негативни аспекти, тъй като никой инструмент за измерване на субективното благополучие не може да бъде използван ретроспективно за минали събития.

Освен това, въпреки че щастието изглежда универсално желано до една или друга степен (Layous, Lee, Choi, & Lyubomirsky, 2013), хората се стремят към него по различни начини. Тези различни начини са концептуализирани като „ориентации към щастието“, като са разграничени три основни ориентации – хедонистична, смислова и към включеност (Peterson et al., 2005). Всяка от ориентациите сама по себе си предсказва удовлетвореността от живота като цяло.

Общо шест хипотези, заедно с прилежащи към тях подхипотези бяха издигнати на база теоретичния обзор. Взаимовръзките, които обосновават хипотезите, са представени в Част 1 от дисертацията.

Теоретичният модел се състои от три основни групи променливи – типовете конструиране на аз-а, променливи, свързани с концепта субективен успех и променливи, свързани с концепта щастие. Схемата на теоретичния модел е представена във Фигура 1, където са представени взаимовръзките между различните групи променливи.

Както се вижда на схематичното представяне, съществуват три различни вида взаимовръзки:

- 1) конструирането на аз-а оказва ефект върху успеха и щастието;
- 2) успехът оказва ефект върху щастието;
- 3) конструирането на аз-а оказва ефект върху взаимовръзката между успеха и щастието.

Всяка една от тези взаимовръзки е била изследвана преди, но при използвани различни променливи. Никое изследване от разгледаните в теоретичния обзор не включва толкова широко разнообразие от променливи, свързани с успеха, и никое не изследва едновременно постигането на целите при конкретен успех и субективния успех на индивида като цяло.



Фигура 1. Теоретичен модел на емпиричното изследване

Хипотези

1. Двухфакторната структура и високата надеждност на скалата за независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а (ISS) ще бъдат репликрани в българската извадка.

2. Независимото конструиране на аз-а ще има различни корелати, свързани с щастието, в сравнение с взаимозависимото:
 - Смесовата ориентация към щастие ще има по-силна, позитивна връзка с взаимозависимото конструиране на аз-а, отколкото с независимото;
 - Различия във връзката с другите ориентации към щастието за двата вида конструиране на аз-а са също очаквани, но досегашните изследвания не предоставят информация, която да подкрепя една от посоките като преобладаваща пред другата;
 - Независимото конструиране на аз-а ще бъде позитивно свързано с удовлетвореността от живота и субективното благополучие;
 - Взаимозависимото конструиране на аз-а ще бъде негативно свързано с удовлетвореността от живота и субективното благополучие.
3. Независимото конструиране на аз-а ще има различни корелати, свързани с успеха, в сравнение с взаимозависимото:
 - Загрижеността за успеха на другите ще има по-силна, позитивна връзка с взаимозависимото конструиране на аз-а, отколкото с независимото;
 - Независимото конструиране на аз-а ще бъде позитивно свързано с текущия субективен успех и субективния общ успех;
 - Различия във връзката между материалния успех и двата типа конструиране на аз-а са очаквани, но досегашните изследвания не предоставят информация, която да подкрепя една от посоките като преобладаваща пред другата.
4. Независимото конструиране на аз-а ще бъде свързано с различни характеристики на конкретния успех, в сравнение с взаимозависимото:
 - Позитивната взаимовръзка между конструирането на аз-а и интегрираността на целите, автономните и персонални причини, очаквания резултат, вътрешни атрибуции, глобални атрибуции и стабилни атрибуции ще бъде по-силна при независимото конструиране на аз-а, отколкото при взаимозависимото;
 - Позитивната взаимовръзка между конструирането на аз-а и конфликта между целите, релационните причини, контролираните причини, поставяне на целта заедно с други, социална подкрепа, включеност на други в целта, групови

цели и контакт със значимите други ще бъде по-силна при независимото конструиране на аз-а, отколкото при взаимозависимото;

- Различия при взаимовръзката с другите характеристики на целите за двата типа конструиране на аз-а са очаквани, но досегашните данни не предоставят информация, която да подкрепя една от посоките като преобладаваща пред другата.
5. Предикторите на позитивния и негативен афект по време на процеса на постигане на целите, ще бъдат различни за независимото и взаимозависимото конструиране:
- Автономните причини и самостоятелното поставяне на целите ще предсказват повишаване в позитивния и намаляване в негативния афект и за двата типа конструиране на аз-а, но предсказването ще бъде по-силно за независимото конструиране;
 - Контактът със значимите други и важността според другите, ще предсказват повишаване в позитивния и намаляване в негативния афект, и за двата типа конструиране на аз-а, но предсказването ще бъде по-силно за взаимозависимото конструиране на аз-а;
 - Типичността на целта, груповите цели, включеността на други в целта и поставянето на цели с другите ще предсказват намаляване на позитивния афект и увеличаване на негативния афект само за независимото конструиране на аз-а, докато за взаимозависимото ще бъде вярно обратното;
 - Интегрираността на целите ще предсказва увеличаване в позитивния и намаляване в негативния ефект само при независимото конструиране на аз-а;
 - Очакват се различия при двата типа конструиране на аз-а за предсказването и от страна на останалите характеристики на целта, но досегашните изследвания не предоставят информация, която да подкрепя една от посоките като преобладаваща пред другата.
6. Предикторите на субективното благополучие ще бъдат различни за независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а:
- Смесовата ориентация към щастие и загрижеността за успеха на другите ще бъдат по-силни предиктори на субективно благополучие при взаимозависимото конструиране на аз-а, отколкото при независимото;

- Субективният текущ успех и субективният общ успех ще предсказват субективното благополучие по-силно при независимото конструиране на аз-а, в сравнение с взаимозависимото;
- Различия при предсказването на материалния успех и ориентацията към щастие при двата типа конструиране на аз-а също са очаквани, но досегашните изследвания не предоставят информация, която да подкрепя една от посоките като преобладаваща пред другата.

Инструменти

За повечето измервания, освен ако не е посочено друго, е използвана 7-степенна ликертова скала от 1 (напълно несъгласен/изобщо не) до 7 (напълно съгласен/напълно).

Ориентации към щастието

Скалата на Питърсън, Парк и Селигман (Peterson, Park & Seligman, 2005) се състои от 18 айтема, разпределени в три субскали, представящи основните ориентации към щастието. Инструментът е преведен и адаптиран за български условия от Господинова и Зиновиева (2011).

Конструиране на аз-а

Поради причините, посочени в теоретичния обзор, от които най-вече добрата надеждност и валидност при различни извадки и култури, скалата за независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а (IISS) на Лу и Гилмор (Lu & Gilmour, 2007) бе избрана за измерване на независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а. Тя се състои от 42 твърдения – по 21 за всеки тип конструиране на аз-а. Инструментът не е използван преди в България, което наложи провеждането на процедури по превод и адаптация, които са описани в текста на дисертацията.

Субективен конкретен успех и неговите характеристики

Спрямо целите на изследването бе съставен въпросник чрез комбиниране на инструменти от предишни изследвания, както и новоразработени такива. Подробни обосновки за избора на инструменти и необходимостта от промени в някои от тях са представени в текста на дисертацията.

Характеристиките на конкретния споделен успех, които са изследвани са:

- *Жизнена сфера на успеха* – успешно постигнатите цели са категоризирани в 8 категории, в зависимост от съдържанието си (1 = лични качества и духовно развитие, 2 = образование, 3 = работа, 4 = взаимоотношения, 5 = забавления, 6 = здраве и външен вид, 7 = пари и материални придобивки или 8 = други) (Gore, Cross, & Kanagawa, 2009; Gore, 2013a).
- *Причини за преследване на целта* – скала, адаптирана от Гор и Крос (Gore and Cross, 2006), състояща се от 8 айтема и 4 субскали: контролирани лични причини, контролирани релационни причини, автономни лични причини, автономни релационни причини.
- *Трудност* – единичен айтема, адаптиран от Литъл (Little, 1983).
- *Усилия* – 5 твърдения, адаптирани от предишно изследване (Gore, 2013b).
- *Типичност* – едно твърдение, разработено от Литъл (Little, 1983), измерващо колко типичен е за изследваното лице описаният конкретен успех.
- *Времева рамка* – айтемът е адаптиран от Гор и колектив (Gore et al., 2009). Участниците кодират своя отговор в една от следните времеви категории, които считаме за ординални: 1 – по-малко от месец; 2 – повече от един месец и по-малко от половин година; 3 – между половин и една година; 4 – повече от една година; 5 – трудно е да се дефинира кога точно е започнал проектът и кога е приключил във времето.
- *Важност* – скала от два айтема (Van Horen et al., 2008), измерваща приписаната значимост на целта.
- *Абстрактност* – единичен айтема, модифициран от вече съществуващ инструмент (Gore, 2013a). Инструкцията е, че някои цели са формулирани по

конкретен начин, докато други – по абстрактен, като са дадени примери за конкретни и абстрактни формулировки.

- *Погълнатост* – едно твърдение, разработено от Литъл (Little, 1983), измерващо до каква степен, лицето е било погълнато или дълбоко ангажирано с преследването на целта.
- *Очакван резултат* – един айтем, адаптиран от Литъл (Little, 1983). Участниците оценяват какво са очаквали като изход, когато са били ангажирани с преследването на целта от 1 (тотален провал) до 7 (изключителен успех).
- *Каузални атрибуции за резултата* – методът е преведен и стандартизиран за български условия от Величков и Радославова (2005). Състои се от три айтема, всеки измерващ един от три типа атрибуции – вътрешна атрибуция, глобалност и стабилност.
- *Конфликт с другите цели* – скалата от два айтема измерва конфликта между описаната цел и други важни цели на участниците. Адаптирана е по инструмент на Дауни и екип (Downie et al., 2006).
- *Субективен конкретен успех* – единичен айтем, създаден за целите на настоящото изследване. Измерва до каква степен постигането на тази цел се определя от участниците като успех.
- *Важност според другите* – едно твърдение, разработено от Литъл (Little, 1983), измерващо като колко важна се възприема целта от близките и значимите други на участниците.
- *Социална подкрепа* – скала от три айтема (Gore et al., 2009), измерваща възприетата социална подкрепа и възприетото окуражаване, което са получили изследваните лица от своите близки по време на процеса на постигане на целта.
- *Контакт със значимите други* – скала от 4 айтема и две сусбскали с по два айтема: Контакт със значимите други, за да научат и Реален контакт със значимите други. Създадена е за целите на настоящото изследване, на база направения теоретичен обзор.

- *Включеност на други в целта* – единичен айтем, създаден от Прокачи (Proccacci, 2008). Измерва степента, до която целта е преследвана самостоятелно или с други хора.
- *Групова цел* – дихотомен, единичен айтем, създаден за целите на настоящото изследване. Двете възможности са 1 – индивидуална и 2 – групова.
- *Участие на други при поставянето на целта* – единичен айтем, изследващ степента, в която целта е поставена самостоятелно от изследваните лица или заедно с други хора. Адаптиран е от предишни изследвания (Hunt, 2015). Участниците кодират своите отговори, използвайки следните категории, които считаме за ординални: 1 – поставих я изцяло сам/а; 2 – поставих я сам/а, но след предварително насочване от други хора; 3 – съвместно с други хора, които участваха в поставянето; 4 – изцяло от други хора.
- *Описание на конкретния успех* – участниците са помолени да опишат накратко със свои думи какъв е бил успехът, който са имали предвид.

Удовлетвореност от живота (SWLS)

Скалата за удовлетвореност от живота (SWLS) от Динер, Емънс, Ларсен и Грифин (Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985) се състои от 5 твърдения, измерващи общото усещане за удовлетвореност от живота. Инструментът е широко използван, надежден и валиден. Преведен и адаптиран е за български условия от Байчинска (1995).

Емоционален баланс

Инструментът за измерване на позитивен и негативен афект (PANAS) е създаден от Уотсън, Кларк и Телегън (Watson, Clark & Tellegen, 1988) и се състои от 20 айтема, разпределени в две субскали, измерващи позитивен и негативен ефект. Преведен е за български условия от Таир и екип (2011). Скалата може да бъде използвана с различни инструкции за времеви период. Изследваните лица първо са инструктирани да попълнят инструмента за емоционален баланс в ретроспективен план и да опишат своя позитивен и негативен ефект, касаещ конкретния успех, който са споделили. Те трябва да дават отговори за емоциите и усещанията си както по време на процеса на постигане на целта, така и след

нейното успешно постигане. След това инструментът е администриран отново, като този път участниците са инструктирани да оценяват колко често са изпитвали всяка една емоция през последния изминал месец.

Единични айтеми - успех

Субективен текущ успех

Единичен генерален айтем, адаптиран от Шелдън и Елиът (Sheldon & Elliot, 1998), по който респондентите оценяват колко успешни са били при постигането на своите цели в близкото минало („около месец назад“).

Субективен общ успех

Единичен генерален айтем, създаден за целите на настоящото изследване с идеята да служи за измерване на субективния общ успех. Участниците бяха инструктирани да си представят какво представлява успехът в живота за тях и ако 10 е максимумът, а 1 е минимумът, да преценят къде биха се разположили те в момента по тази скала от 1 до 10.

Айтемът цели да измери общия успех по начин подобен на този, с който общото щастие се измерва с единичен айтем. Това е един от малкото айтеми, оценявани с ликертова скала от 1 до 10, вместо 7-степенната, използвана при другите инструменти. Причината е, че този инструмент е създаден по аналогия на един от най-популярните инструменти за измерване на общото щастие с един айтем, който в последствие отпадна от изследването.

Материален успех

Единичен генерален айтем, адаптиран от предходен инструмент на Гарванова (2011). Участниците бяха инструктирани да дадат своите субективни оценки за материалния си успех от 1 (напълно неудовлетворяващ) до 7 (напълно удовлетворяващ).

Загриженост за успеха на другите

С цел измерване до каква степен участниците са загрижени за успеха на своите значими други, бяха адаптирани айтемите от субскала „Социална загриженост“ от методиката „Въпросник за училищна мотивация“, разработена от Макайнърни и Али (McInerney & Ali, 2006).

Извадка

Общо 686 души взеха участие в изследването. Участието им беше доброволно, анонимно и безвъзмездно. Всички участници бяха информирани, че изследването се провежда за целите на научен дисертационен труд. Събирането на данни бе проведено в периода април - септември 2016 г.

Табл. 1 – Демографски данни за извадката (N=686)

	N	%
<u>Пол:</u>		
Мъже	158	23,0%
Жени	506	73,8%
<u>Възrastови групи:</u>		
18-25 години	120	18,4%
26-35 години	267	40,9%
36-45 години	140	21,4%
46-55 години	79	12,1%
56 г. и нагоре	47	7,2%
<u>Ниво на образование:</u>		
Основно	0	0%
Средно	90	13,1%
Полувисше	31	4,5%
Бакалавърска степен	141	20,6%
Магистърска степен	368	53,6%
Докторска степен	35	5,1%
<u>Финансово положение:</u>		
Много под средното	17	2,5%
Под средното	70	10,2%
Средно	358	52,2%
Над средното	201	29,3%
Много над средното	15	2,2%
<u>Местоживеене:</u>		
Село	12	1,7%
Малък град	63	9,2%
Голям град	137	20,0%
Столица	452	65,9%

Участниците не са равномерно разпредени по пол – има повече жени (73,8%), отколкото мъже (23,0%). Спрямо възрастта, извадката е по-хетерогенна. Средната възраст е 35 години (SD = 11,38). Най-младият участник е на 18 години, а най-възрастният – на 73. Използвайки честотен анализ, бихме могли да придобием по-добра представа за процентното разпределение на различните възрастови групи. Респондентите между 18 и 25 години съставляват 18,4% от извадката, тези между 26 и 35 години – 40,9%, тези между 36 и 45 години – 21,4%, тези между 46 и 55 години – 12,1% и тези на възраст 55 години и нагоре – 7,2%. Това индикира, че по-голямата част от изследваните са възрастни хора на млада и средна възраст.

Повече от две трети от участниците в извадката са завършили висше образование – 53,6% имат магистърска степен, 20,6% имат бакалавърска степен и 5,1% имат докторска степен, като най-високо ниво на завършено образование. Следващи в процентното разпределение са тези, завършили средно образование (13,1%) и тези, завършили полувисше образование (4,5%). Няма участници, завършили единствено основно образование. От гледна точка на финансовото положение на участниците, 52,2% са определили своите доходи като средни, 23,3% - над средното ниво, 10,2% - под средното ниво, 2,5% - много под средното и 2,2% - много над средното ниво. Повечето от участниците живеят в столица (65,9%), последвани от тези, които живеят в голям град (20,0%), живеещите в малък град (9,2%) и живеещите на село, които са слабо представени в извадката (1,7%).

Почти всички участници, които са посочили своята етническа принадлежност, определят себе си като българи, с изключение на няколко души, които се определят като турци. Във въпросника, професията на изследваните лица се посочва в свободна форма. Прегледът на отговорите показва, че участниците са от множество професионални области – има адвокати, счетоводители, икономисти, мениджъри, собственици на малък бизнес, лекари, психолози, специалисти в областта на човешките ресурси, компютърни специалисти, инженери, учители, дизайнери, професионални певци, архитекти и др.

Процедура

Бяха създадени две форми на въпросника – класическа на хартиен носител и електронна в Гугъл форми (Google Forms). Беше гарантирано, че последователността на администрация на скалите е консистентна при двете форми и следователно – при всички

участници. Участниците бяха инструктирани да бъдат възможно най-искрени и обективни при техните отговори и по възможност да не мислят прекалено дълго върху тях. Средното време за попълване на въпросника е 20-30 минути.

Всички данни от гугъл формата бяха автоматично трансферирани чрез програма Excel в SPSS файл, което намали вероятността от грешки при попълване. SPSS версия 19.0 беше използвана за провеждането на анализа.

Субективното благополучие бе изчислено чрез сумиране на удовлетвореността от живота и настоящия позитивен ефект, изваждайки настоящия негативен такъв. Подобен начин на измерване на субективното благополучие е използван от Шелдън и Хуун (Sheldon & Hoon, 2007), които също измерват позитивния и негативния афект чрез скала за емоционален баланс (PANAS; Watson et al., 1988) и удовлетвореността от живота чрез скалата за удовлетвореност от живота на Динер и екип (SWLS; Diener et. al., 1985).

За целите на изследването бе нужно да се създадат две групи – една за хора с доминиращо независимо конструиране на аз-а и една за тези с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а. Това бе направено чрез изчисляване на z-стойностите по скалите, измерващи двата типа конструиране на аз-а за всеки участник, изваждайки z-стойностите на взаимозависимото конструиране от z-стойностите на независимото и използвайки 0 като гранична точка – резултатите над 0 са кодирани като доминиращо независимо конструиране на аз-а, а тези под 0 – като доминиращо взаимозависимо.

Резултати

Описателни статистики за скалите и единичните твърдения в изследването

Средна стойност, стандартно отклонение и надеждност бяха изчислени за всички скали в изследването. Те са представени в таблицата по-долу.

Табл. 2 – Средна стойност, стандартно отклонение и надеждност на използваните скали (N=686)

Скала/подскала	Брой твърдения	Средна стойност	Стандартно отклонение	Обхват на скалата	Коефициент на алфа Кронбах/Спиърман-Браун
Ориентация към смисъл	6	4,61	1,11	1-7	0,717
Хедонистична ориентация	6	4,81	1,19	1-7	0,803
Ориентация към включеност	6	4,36	0,99	1-7	0,672
Независимо конструиране на аз-а	21	5,18	0,80	1-7	0,876
Взаимозависимо конструиране на аз-а	21	4,61	0,83	1-7	0,869
Автономни релационни причини	2	3,90	1,96	1-7	0,715
Контролирани релационни причини	2	2,82	1,79	1-7	
Автономни лични причини	2	5,99	1,11	1-7	
Контролирани лични причини	2	3,74	1,88	1-7	
Усилия	5	5,67	1,08	1-7	0,774
Важност	2	5,75	1,12	1-7	0,529
Социална подкрепа	3	4,59	1,40	1-7	0,568
Реален контакт със значимите други	2	4,82	1,75	1-7	0,769
Контакт със значимите други за да научат	2	5,01	1,66	1-7	0,728
Позитивен афект по пътя към успеха	10	5,22	1,13	1-7	0,878
Негативен афект по пътя към успеха	10	2,90	1,41	1-7	0,907
Позитивен афект след постигането на успеха	10	5,44	1,08	1-7	0,867
Негативен афект след постигането на успеха	10	2,03	1,10	1-7	0,880
Загриженост за успеха на другите	4	5,94	0,91	1-7	0,620
Обща удовлетвореност от живота	5	4,58	1,28	1-7	0,840
Позитивен афект през последния месец	10	5,02	1,16	1-7	0,890
Негативен афект през последния месец	10	2,95	1,39	1-7	0,915

Скалите с множество айтеми се предпочитат от изследователите, поради по-високата им надеждност и прецизност на измерване. Въпреки това, когато в дадено изследване биват включени множество конструкти, това може да доведе до твърде дълга, времеемка и неефикасна тестова батерия. Поради тази причина, скали с едно или две твърдения биват използвани като компромисен вариант. Когато се описва надеждността на скали с два айтема, е най-удачно да се използва коефициентът на Спиърман – Браун (Eisinga, Grotenhuis and Pelzer, 2012). За скали с три или повече твърдения, надеждността на скалата е най-подходящо да се измерва с коефициент алфа на Кронбах.

Скалата за конфликт с другите цели, има безспорно незадоволителна надеждност, с коефициент на Спиърман – Браун = .103. Скалата се състои от два айтема („*Доколко целта за постигането на този успех бе в конфликт с постигането на други важни за Вас цели?*“ и „*Доколко целта за постигането на този успех спомогаше за постигането на други важни за Вас цели?*“ (реверсиран)). Тези два айтема изглежда, че не функционират заедно като скала, в настоящото изследване.

Възможна причина за това би могла да бъде, че в предишни изследвания, скалата е използвана за оценка на множество цели. Вероятно по този начин, реверсираният айтем в по-голяма степен оценява степента, до която няколко цели не работят заедно и по този начин допринасят за конфликта между целите. Въпреки това, в настоящото изследване се оценява само една успешно постигната цел, и вторият айтем изглежда, че измерва нещо друго, но не и обратното на конфликта между целите. Затова ние вярваме, че това е интегрираността на целите – степента, до която дадената цел е интегрирана с други важни цели. Поради тази причина, скалата бе разделена на два инструмента от единични айтема – Конфликт на целите и Интегрираност с другите, които в последствие бяха използвани за целите на изследването като отделни променливи.

Анализите показват, че повечето скали имат висока надеждност ($\alpha > .8$) или надеждност, достатъчно добра за изследователски цели ($\alpha > .7$). Има няколко скали, които показват по-ниско ниво на надеждност. Скалата „Ориентация чрез включеност“ се състои от 6 твърдения и има надеждност алфа на Кронбах = .672, която е близо до граничната стойност от .7 и съответно ние приемаме, че бихме могли да я ползваме за целите на изследването. Подобна надеждност показва и скалата „Загриженост за успеха на другите“ (4 айтема; $\alpha = .620$), чиито по-ниски нива биха могли да бъдат приписани на по-малкия брой

твърдения. Очаквано е, че увеличаването броя на твърденията би довела до увеличаване на коефициента на надеждност на скалата и обратното. Така, получените по-слаби коефициенти за по-кратки скали са също очаквани.

Две скали демонстрират доста по-ниска надеждност от граничната стойност от .7. Това са „Важност“ (2 айтема; коеф. на Спирман – Браун = .529) и „Социална подкрепа“ (3 айтема; α = .568). Те също се състоят от само 2 или 3 твърдения и съответно тяхната ниска надеждност, не е изненадваща. Въпреки факта, че тяхната надеждност е проблемна, тези две скали ще бъдат използвани за целите на изследването, но с по-голямо внимание.

Представени са и психометричните характеристики на генералните айтеми.

Табл. 3 – Средна стойност и стандартно отклонение на единичните айтеми (N=686)

Скала/подскала	Брой твърдения	Средна стойност	Стандартно отклонение	Обхват на скалата
Трудност	1	5,02	1,52	1-7
Очакван резултат	1	5,13	1,36	1-7
Типичност	1	4,92	1,81	1-7
Важност според другите	1	5,35	1,64	1-7
Погълнатост	1	5,72	1,22	1-7
Включеност на други в целта	1	3,38	2,04	1-7
Конфликт с другите цели	1	3,03	1,87	1-7
Интегрираност с другите цели	1	2,88	1,69	1-7
Абстрактност	1	3,59	2,11	1-7
Вътрешна атрибуция	1	5,31	1,46	1-7
Стабилност	1	5,52	1,55	1-7
Глобалност	1	5,38	1,67	1-7
Субективно усещане за успех	1	5,90	1,15	1-7
Удовлетвореност от материалното положение	1	4,57	1,46	1-7
Субективен текущ успех	1	4,88	1,50	1-7
Субективен общ успех	1	6,23	1,67	1-10

Факторна структура и надеждност на скалата за независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а (IISS)

Психометричните характеристики на скалата бяха проучени в две изследвания – в предварително, както и в същинското емпирично изследване. Подробните резултати от предварителното изследване са представени в текста на дисертацията. Тъй като то показва

много добри психометрични характеристики, не бяха необходими промени за окончателния вариант.

Скалата за независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а (ISS) беше подложена на експлораторен факторен анализ (коэф. на Кайзер-Майер-Олкин (КМО) = .88; Тест на Бартлет: $p < 0.001$). КМО индикира компактни модели на корелация и като резултат разграничими и надеждни фактори. Беше използвано дву-факторно решение с варимакс ротация. Дву-факторният модел демонстрира добра съвместимост с данните.

Двете най-високи факторни тегла са 9.20 и 3.47 и те обясняват общо 30.16% от вариацията. Стойностите, които следват са 2.02, 1.97, 1.80, 1.60, 1.46, 1.25, 1.15 и 1.01, обясняващи допълнителни 29.16% от вариацията. Отново, в съответствие с теоретичната рамка, зад вариацията на всички айтеми могат да бъдат идентифицирани два основни източника. Прегледът на графичното представяне на факторните тегла също показва, че два основни фактора следва да бъдат запазени.

Таблицата с ротираните факторни тегла от експлораторния факторен анализ на скалата за независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а (ISS) е представена в дисертацията. Почти всички айтеми имат тегла, по-големи от .30 в само един от факторите. Всички айтеми, с изключение на един, имат тегла единствено в или по-високи във фактора, към който теоретично принадлежат. Твърденията, попадащи във фактор 1, съставляват скалата за независимо конструиране на аз-а. Твърденията, попадащи във фактор 2 съставляват скалата за взаимозависимо конструиране на аз-а. Айтемът “Начинът, по който човек се самоопределя, може да се отрази в интимните взаимоотношения” попада и в двата фактора с позитивно, но много ниско тегло, което предполага, че вероятно има проблем с разбирането му и в бъдещи изследвания е добре да бъде променен неговият превод.

Всички скали имат висока надеждност – коефициентът алфа на Кронбах за скалата, измерваща независимото конструиране на аз-а е .88, а за тази, измерваща взаимозависимото е .87. Тези стойности са почти идентични с докладваните от авторите на скалата. В нито една от двете скали няма твърдения, чието премахване би довело до значително подобряване на надеждността.

Въпреки това, двете субскали корелират умерено помежду си ($r = 0.463$, $p < 0.001$). Това от своя страна подкрепя първоначалното допускане на авторите, че независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а не са полярни краища на една дименсия, а вместо

това представляват отделни дименсии. Освен това, визуалният преглед на баловете на двете субскали показва, че много от респондентите имат високи или ниски резултати едновременно и по двете скали. Това подкрепя допускането, че независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а са две отделни дименсии и могат да съществуват едновременно у един индивид. В заключение, двата типа конструиране на аз-а не представляват два полюса на континуум и е желателно те да бъдат измервани и изследвани за взаимовръзки поотделно.

Целта на Лу и Гилмор (Lu and Gilmour, 2007) е била да създадат скала, която да бъде надеждна при общата популация във всяка култура. Резултатите от основното изследване, както и тези от предварителното, показват, че скалата за независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а (IISS) действително е надеждна за общата популация в България.

Типове конкретен успех

Обобщеното представяне на описаните конкретни успехи от участниците разкрива голямо разнообразие в типовете успех. Основни категории, които се отличават са образование (завършване на даден курс, университет, професионално обучение и др.), семеен живот (склучване на брак, раждане на дете, успехи в родителството), интимен живот (намиране на партньор, раздяла с партньор), кариера (намиране на работа, завършване на важен проект в работата, получаване на повишение, стартиране на собствен бизнес и др.), саморазвитие (справяне с лош навик, справяне с емоционални проблеми, справяне с труден период, духовно развитие, водене на по-здравословен живот, постигане на по-голяма самостоятелност), хобита (повишаване на познанията или уменията, свързани с дадено хоби), материални придобивки (купуване на нещо, което е било желано дълго време – кола, дом и др.), спорт (постигане на високи спортни постижения), творчество (написване и публикуване на книга, изобретяване на нещо), междуличностни взаимоотношения (подобряване на взаимоотношенията с някого, прекратяване на взаимоотношенията с някого, разрешаване на конфликт, създаване на нови приятелства и др.), оказване на помощ на някого (оказване на материална или емоционална помощ на някого, помагане на някого да се справи с даден проблем).

Ефект на демографските характеристики върху конструирането на аз-а

Въпреки че не са издигнати специфични хипотези по отношение ефекта на демографските променливи, t-тест за независими извадки и еднофакторен междугрупов дисперсионен анализ бяха проведени, с цел да се провери техният ефект върху двата типа конструиране на аз-а. Вземайки предвид факта, че до този момент в България не са правени изследвания върху независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а, би било информативно да се провери дали възрастта, пола, образованието, материалното положение и местоживеенето, имат статистически значим ефект върху двата конструкта. Резултатите от проведените анализи са подробно представени в дисертацията. От всички демографски характеристики единствено полът, възрастта и образованието имат статистически значим ефект върху конструирането на аз-а.

Корелати на конструирането на аз-а с щастието

Взаимозависимото конструиране на аз-а има слаба позитивна връзка с всички типове ориентации към щастието ($r= 0,280$ до $r= 0,370$), много слаба позитивна корелация с удовлетвореността от живота ($r= 0,106$), но не и със субективното благополучие. Независимото конструиране на аз-а има значима слаба до умерена позитивна корелация с всички типове ориентации към щастието ($r= 0,366$ до $r= 0,514$). Значимата му позитивна корелация с удовлетвореността от живота ($r= 0,181$) е също много слаба, но за разлика от взаимозависимото конструиране, при независимото се наблюдава слаба корелация със субективното благополучие ($r= 0,212$).

Не в съответствие с очакванията за негативна връзка, взаимозависимото конструиране на аз-а има позитивна, макар и много слаба връзка с удовлетвореността от живота и не е свързано със субективното благополучие. Независимото конструиране на аз-а обаче е положително свързано и с двата конструкта и неговата връзка с удовлетвореността от живота е по-силна от тази между удовлетвореността от живота и взаимозависимото конструиране, което вече е в съответствие с очакванията. Независимото конструиране на аз-а също е по-силно свързано с ориентацията към щастие, в сравнение с взаимозависимото.

Табл. 4: Пиърсън корелации между щастието и двата типа конструиране на аз-а (N=686)

	Независимо конструиране	Взаимозависимо конструиране
Ориентация към смисъл	0,366**	0,370**
Хедонистична ориентация	0,514**	0,280**
Ориентация към включеност	0,400**	0,287**
Удовлетвореност от живота	0,181**	0,106**
Субективно благополучие	0,212**	0,047

** Корелацията е значима при ниво 0.01

Хипотезата, че ориентацията към смисъл ще има по-силна позитивна връзка с взаимозависимото конструиране на аз-а, отколкото с независимото, се потвърждава, но разликата е сравнително слаба ($r= 0,366$ в сравнение с $r= 0,370$). Разликите при връзките между конструирането на аз-а и другите две ориентации към щастието – хедонистичната и към включеност, е доста по-голяма. Докато връзката с независимото конструиране на аз-а е слаба, то тази с взаимозависимото е умерена. Освен това, докато при взаимозависимото конструиране на аз-а корелациите с хедонистичната ориентация ($r= 0,280$) и тази към включеност ($r= 0,287$) са близки, то при независимото конструиране корелацията с хедонистичната ориентация ($r= 0,514$) е значително по голяма от тази с ориентацията към включеност ($r= 0,400$).

Ако разгледаме йерархично ориентациите към щастие и за двата типа конструиране на аз-а, взаимозависимото конструиране на аз-а е най-силно свързано с ориентацията към смисъл, докато независимото конструиране на аз-а корелира най-силно с хедонистичната ориентация, което допълнително подкрепя, че ориентацията към смисъл е с по-голямо значение при взаимозависимото конструиране на аз-а, отколкото при независимото.

След като независимото конструиране на аз-а се характеризира с ценене на автономията, уникалност, отстояване на правата и излагане на собствените гледни точки, а взаимозависимото с ценене на свързаност с другите, групова хармония, вписване в групата, зачитане интересите на другите и подкрепяне целите на околните (Markus & Kitayama, 1991), беше очаквано да се открие позитивна взаимовръзка между взаимозависимото

конструиране на аз-а и смисловата ориентация към щастие, тъй като основен аспект на тази ориентация е службата към другите или някаква висша цел, обикновено свързана с обществото и човечеството (Peterson et. al., 2005).

Като заключение би могло да се каже, че и независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а са позитивно свързани с щастието. Въпреки това, взаимовръзката с независимото конструиране е по-силна, което е консистентно с теорията и резултатите от предишни изследвания, показващи, че щастието е по-търсено и ценено по-високо в индивидуалистичните култури и хората с високи стойности по независимост (Markus & Kitayama, 2010; Piña-Watson et al., 2014; E. C. Chang, Chang, & Sanna, 2012; Sheldon & Hoon, 2007; Diener et al. 1995; Klug & Maier, 2014).

Корелати на конструирането на аз-а с успеха

Загрижеността за успеха на другите има слаба, но значима корелация и с двата типа конструиране на аз-а. Въпреки това, взаимовръзката с взаимозависимото конструиране ($r=0,315$) е по-силна от тази с независимото ($r=0,243$). Субективният текущ ($r=0,104$) и общ успех ($r=0,105$) корелират много слабо само с независимото конструиране на аз-а. Материалният успех не е свързан с нито един тип конструиране на аз-а.

Табл. 5: Корелации между успеха и двата типа конструиране на аз-а (N=686)

	Независимо конструиране	Взаимозависимо конструиране
Загриженост за успеха на другите	<i>Спиърман корелация</i> 0,243**	<i>Спиърман корелация</i> 0,315**
Текущ субективен успех	<i>Пиърсън корелация</i> 0,104**	<i>Пиърсън корелация</i> -0,013
Общ субективен успех	<i>Пиърсън корелация</i> 0,105**	<i>Пиърсън корелация</i> 0,044
Материален успех	<i>Пиърсън корелация</i> 0,005	<i>Пиърсън корелация</i> 0,009

** Корелацията е значима при ниво 0.01

Очакванията, идващи от изследвания в литературния обзор (Markus & Kitayama, 2010), че субективният успех ще бъде позитивно свързан с независимото конструиране на аз-а, се потвърждават, макар и връзката да е много слаба. Въпреки това, взаимозависимото

конструиране на аз-а изглежда, че не е свързано със субективния успех, докато предишните изследвания и теорията показват, че би трябвало да има негативна връзка (Downie et al., 2006). Това може би означава, че взаимозависимото конструиране на аз-а не възпрепятства успеха, но независимото конструиране има известна роля в неговото подпомагане.

В евро-американските култури, където независимото конструиране на аз-а е изразено, културата сама по себе си предава идеите, че индивидуалните постижения, човек да бъде и да се чувства успешен, както и стремежът към майсторство и контрол, са важни и желани (Markus & Kitayama, 2010). Така, хората следват тези „послания“ като водещи в своя живот и поради това докладват по-високи нива на самочувствие, стремеж към постижения и субективен успех.

Очакванията за по-силна позитивна връзка между загрижеността за успеха на другите и взаимозависимото конструиране на аз-а, отколкото с независимото (L. Chang et al., 2004; Kim & Sharkey, 1995; Markus & Kitayama, 1991), също бяха потвърдени. Тъй като значимите други са включени в аз-а на хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а, логично е успехът на тези значими други да бъде по-важен за тях, отколкото за хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а. Така, при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране, при които вписването в групата и груповата хармония са високо ценени и при които значимите други са включени в представата за себе си, има по-високо ниво на грижа за и по-високо допринасяне към стремежите и общия успех на приятелите, семейството и другите значими хора. От друга страна, подобна загриженост за успеха на значимите други е налична също и при хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а, само че не в същата степен. Ким и Шаркий (Kim and Sharkey, 1995) представят възможно обяснение за това чрез идеята, че да си подпомагаш и допринасяш за целите, нуждите и желанията на другите често е необходимо условие за реализирането на личните цели, нужди и желания.

Това, което изглежда много вероятно от нашите данни е, че конструирането на аз-а не е свързано с това дали даден човек е беден или богат. Материалният успех е специфичен аспект на успеха и не се наблюдава връзка между него и конструирането на аз-а. Възможна причина е това, че вероятно други личностни характеристики са важни тук. Възможно е и други ситуационни фактори, отделно от личността, да определят материалния успех в България.

Корелати на конструирането на аз-а с характеристиките на конкретния успех

Първо ще бъдат разгледани корелациите между двата типа конструиране на аз-а и групата характеристики на конкретния скорошен успех, за които има информация от предишни изследвания по отношение вида и посоката на връзката. Поради тази причина, за тях бе използван едностранен тест за значимостта на корелациите.

Характеристиките, които корелират значимо и позитивно с двата типа конструиране на аз-а, но по-силно с **независимото** конструиране на аз-а са: автономни лични причини ($r=0,293$ сравнено с $r=0,181$), интегрираност на целите ($r=0,139$ сравнено с $r=0,109$) и очакван резултат ($r=0,228$ сравнено с $r=0,126$).

Табл. 6: Корелации между характеристиките на конкретен скорошен успех и двата типа конструиране на аз-а, за които има очаквания, на база предишни изследвания, по отношение на характера и посоката на взаимовръзките – Част 1 (N=686)

	Независимо конструиране		Взаимозависимо конструиране	
Автономни релационни причини	<i>Спиърман корелация</i>	0,153**	<i>Спиърман корелация</i>	0,350**
Контролирани релационни причини	<i>Спиърман корелация</i>	0,078*	<i>Спиърман корелация</i>	0,351**
Автономни лични причини	<i>Спиърман корелация</i>	0,293**	<i>Спиърман корелация</i>	0,181**
Контролирани лични причини	<i>Спиърман корелация</i>	0,102**	<i>Спиърман корелация</i>	0,349**
Конфликт с други цели	<i>Спиърман корелация</i>	-0,063	<i>Спиърман корелация</i>	0,088*
Интегрираност на целта	<i>Спиърман корелация</i>	0,139**	<i>Спиърман корелация</i>	0,109**
Очакван резултат	<i>Пиърсън корелация</i>	0,228**	<i>Пиърсън корелация</i>	0,126**

* Корелацията е значима при ниво 0.05

** Корелацията е значима при ниво 0.01

Характеристиките, които корелират значимо и позитивно с двата типа конструиране на аз-а, но по-силно с **взаимозависимото** конструиране на аз-а са: автономни релационни причини ($r=0,350$ сравнено с $r=0,153$), контролирани релационни причини ($r=0,351$ сравнено с $r=0,078$), контролирани лични причини ($r=0,349$ сравнено с $r=0,102$), възприета

социална подкрепа ($r= 0,152$ сравнено с $r= 0,074$), реален контакт със значимите други ($r= 0,274$ сравнено с $r= 0,180$) и контакт със значимите други, за да научат ($r= 0,345$ сравнено с $r= 0,189$).

Атрибуциите за успеха корелират значимо и позитивно, но много слабо единствено с независимото конструиране на аз-а. Ранжирано спрямо силата на връзката, на първо място стоят вътрешните атрибуции ($r= 0,127$), следвани от глобалните атрибуции ($r= 0,114$) и стабилните атрибуции ($r= 0,107$).

Конфликтът с други цели корелира значимо само с взаимозависимото конструиране, като корелацията е много слаба позитивна ($r= 0,088$). Позитивната много слаба корелация с независимото конструиране на аз-а не е значима, макар почти да достига прага на статистическа значимост ($r= -0,063$; $p= 0.059$).

Много подобни са резултатите за груповата цел – почти се достига нужното ниво на статистическа значимост при независимото конструиране на аз-а ($r= -0,064$; $p= 0.055$) и има значима положителна корелация с взаимозависимото конструиране на аз-а ($r= 0,092$). И двете корелации са много слаби.

Включеността на други в целта също корелира значимо само с взаимозависимото конструиране на аз-а ($r= 0,160$), като взаимовръзката е позитивна. Корелацията с независимото конструиране на аз-а е негативна, но е далеч от статистически значима ($r= -0,047$; $p= 0.122$).

Поставянето на целта с други хора има значима положителна корелация с взаимозависимото конструиране на аз-а ($r= 0,108$) и негативна значима корелация с независимото конструиране ($r= -0,095$).

Няма характеристики от първата група, които да не са свързани по никакъв начин с типовете конструиране на аз-а.

И двата типа конструиране на аз-а са свързани с много от характеристиките на текущия успех. Въпреки това, повечето от взаимовръзките са много слаби, няколко връзки са слаби и няма умерени или силни връзки.

Табл. 7: Корелации между характеристиките на конкретен скорошен успех и двата типа конструиране на аз-а, за които има очаквания, на база предишни изследвания, по отношение на характера и посоката на взаимовръзките – Част 2 (N=686)

	Независимо конструиране	Взаимозависимо конструиране
Вътрешни атрибуции	<i>Спиърман корелация</i> 0,127**	<i>Спиърман корелация</i> -0,046
Стабилни атрибуции	<i>Спиърман корелация</i> 0,107**	<i>Спиърман корелация</i> 0,063
Глобални атрибуции	<i>Спиърман корелация</i> 0,114**	<i>Спиърман корелация</i> 0,065
Възприета социална подкрепа	<i>Пиърсън корелация</i> 0,074*	<i>Пиърсън корелация</i> 0,152**
Поставяне на целта заедно с други	<i>Спиърман корелация</i> -0,095**	<i>Спиърман корелация</i> 0,108**
Групова цел	<i>Спиърман корелация</i> -0,064	<i>Спиърман корелация</i> 0,092**
Включеност на други в целта	<i>Спиърман корелация</i> -0,047	<i>Спиърман корелация</i> 0,160**
Реален контакт със значимите други	<i>Спиърман корелация</i> 0,180**	<i>Спиърман корелация</i> 0,274**
Контакт със значимите други да научат	<i>Спиърман корелация</i> 0,189**	<i>Спиърман корелация</i> 0,345**

* Корелацията е значима при ниво 0.05

** Корелацията е значима при ниво 0.01

Очаквано бе, че автономните и личните причини ще бъдат свързани позитивно с двата типа конструиране на аз-а, като връзката с независимото конструиране ще бъде по-силна. Това очакване се потвърди. Автономните причини са по-силно свързани с независимото конструиране. Освен това, ако сравним при независимото конструиране автономните лични причини с контролираните лични причини или автономните релационни причини с контролираните релационни причини, става видно, че връзката с автономните причини е по-силна от тази с контролираните. Същото е валидно за личните причини – ако сравним за независимото конструиране автономните лични причини с автономните релационни причини или контролираните лични с контролираните релационни причини, корелацията и в двата случаи е по-висока при личните причини. Така, наличието на причини, които са свързани с реален интерес и удоволствие от дейността или с лична убеденост, че целта е важна, е характерно и за двата типа конструиране на аз-а, но е по-често срещано при независимото.

Беше очаквано също, че контролираните и релационните причини ще бъдат позитивно свързани с двата типа конструиране на аз-а, но връзката с взаимозависимото конструиране ще бъде по-силна. Това очакване също се потвърждава. Контролираните релационни причини корелират по-силно с взаимозависимото конструиране. Освен това, сравнявайки за взаимозависимото конструиране на аз-а автономните лични с контролираните лични или автономните релационни с контролираните релационни причини, е видно, че връзката с контролираните причини е по-силна от тази с автономните. Същото е вярно за релационните причини – ако сравним за взаимозависимото конструиране на аз-а автономните лични причини с автономните релационни причини или контролираните лични с контролираните релационни причини, и в двата случая корелацията е по-висока за релационните причини. Така, наличието на причини, които са свързани с правене на нещо важно за близък човек, с обстоятелствата или със задължението и дълга, е характерно и за двата типа конструиране на аз-а, но е по-често срещано за взаимозависимото.

Има данни, че конструирането на аз-а може да е свързано с приписването на негативни или позитивни очаквани резултати със стремежите на даден човек (E. C. Chang et al., 2012). Нашите резултати показват, че при независимото конструиране на аз-а, очакванията за успешен резултат са по-високи отколкото при взаимозависимото конструиране.

Очакването, че ще има повече вътрешни, глобални и стабилни атрибуции (Aldridge & Islam, 2012; L. Chang et al., 2004) при независимото конструиране на аз-а, сравнено с взаимозависимото, бе само отчасти потвърдено от получените резултати. Гореописаните атрибуции са наистина позитивно свързани с независимото конструиране на аз-а, макар и корелациите да са много слаби. Същевременно с това няма връзка между атрибудиите и взаимозависимото конструиране. Поради тази причина, не бихме могли да заключим, че хората с високо взаимозависимо конструиране на аз-а имат по-скромни атрибуции. Вместо това, взаимозависимото конструиране не изглежда, че определя атрибудиите за успех, докато независимото го определя, но в малка степен.

Консистентно с очакванията (Downie et al., 2006; Gore and Cross, 2010), взаимовръзката между конструирането на аз-а и интегрираността на целите е наистина по-силна при независимото конструиране, сравнено с взаимозависимото, като връзката е

положителна. И двата типа конструиране на аз-а се свързват със споделянето на голям конкретен успех, който е интегриран с мрежа от други важни цели. Въпреки това, конкретната успешно постигната цел, допринася в по-малка степен за успеха на другите важни цели при взаимозависимото конструиране, в сравнение с независимото. Предполага се, че хората с взаимозависимо конструиране на аз-а ще имат по-малко интегрирани една с друга цели, тъй като техните цели произхождат от множество разнообразни източници – биват поставени от други хора, поставени с цел служба на другите или обслужване на различните роли, които взаимозависимите хора са включили в своя аз (Downie et al., 2006). Също така кохерентността между целите е по-малко важна за хората с доминиращо взаимозависимо конструиране.

Конфликтът с другите цели се очаква да има по-силна позитивна връзка с взаимозависимото конструиране, отколкото с независимото (Downie et al., 2006; Heine & Lehman, 1997, 1999). Наблюдаваните взаимовръзки между конструирането на аз-а и конфликта с другите цели са консистентни с очакванията само в известна степен. Независимото конструиране на аз-а изглежда не е свързано с конфликта между споделяната успешно постигната цел и други важни за респондентите цели, докато по-високите резултати по взаимозависимо конструиране на аз-а, се свързват със слабо повишение в конфликта между споделяната цел и другите важни цели.

Конгруентно с резултатите от предишни изследвания (Chua, Carbonneau, Milyavskaya, & Koestner, 2015), както и с очакванията, възприетата социална подкрепа е значимо и позитивно свързана с двата типа конструиране на аз-а. И двете корелации са много слаби. Въпреки това, връзката с взаимозависимото конструиране на аз-а е по-силна от тази с независимото. Освен това, последната корелация е много близка до 0 и въпреки че е значима, връзката би могла да се определи като почти несъществуваща. Като заключение може да се обобщи, че взаимозависимото конструиране на аз-а, или определянето на аз-а като по-гъвкав и взаимосвързан с другите и контекста, се свързва с възприемането на другите като по-подкрепящи и допринасящи за личния успех.

В съответствие с данни от предишни изследвания, контактът със значимите други има позитивна взаимовръзка с двата типа конструиране на аз-а, като тази с взаимозависимото е по-силна (Cross et al., 2002, цит. по Gore & Cross, 2010). Това е валидно както за контакта със значимите други сам по себе си, така и за този с цел споделяне за

успеха. Техните корелации с независимото конструиране на аз-а се определят като много слаби, докато корелациите с взаимозависимото конструиране на аз-а – като слаби. Разликата в коефициентите е по-голяма при контакта със значимите други с цел да узнаят за успеха. Това означава, че хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а не само прекарват повече време в комуникация с хората, които считат за близки, но също говорят за своите успехи с близките си в по-голяма степен, отколкото тези с доминиращо независимо конструиране. Различни фактори биха могли да бъдат причина за това – ако хората с по-изразено взаимозависимо конструиране на аз-а се чувстват щастливи поради успехите на своите приятели и семейство, те от своя страна биха искали да споделят своите успехи, за да зарадват близките си. Или тяхната успешно постигната цел може да бъде поставена поради причини, свързани с техните значими други, или дори определена от тях, което логично води до заключението, че тези хора, в качеството им на заинтересована страна, ще бъдат информирани за успеха. Възможно е и успехът да носи позитивни емоции за хората с доминиращо взаимозависимо конструиране (или поне в по-голяма степен) само след като приятелите и семейството им са припознали постигнатата цел като успех.

Очакването, че поставянето на целта с други хора вместо самостоятелно, ще има по-силна позитивна връзка с взаимозависимото конструиране, базирано на данни от предишни изследвания (Hunt, 2015; Kim & Sharkey, 1995), се потвърждава частично от получените от нас резултати, тъй като идентифицираната корелация с взаимозависимото конструиране е позитивна, макар и много слаба, докато връзката с независимото конструиране е негативна (и отново много слаба). Това означава, че се наблюдава известна тенденция, взаимозависимите хора да поставят целите си заедно с други хора, за разлика от независимите, при които е по-характерно изцяло самостоятелното целеполагане.

Очакваше се, че при взаимозависимото конструиране на аз-а ще се наблюдава по-висока степен на включване на други хора в целта (Weisz et al. 1984), както и повече споделени групови цели (Downie, Koestner, Horberg, & Haga, 2006; Markus & Kitayama, 1991; Weisz et al. 1984), отколкото при независимото. Маркърс и Китаяма (Markus & Kitayama, 1991) твърдят, че независимо конструиране на аз-а се свързва с по-висок приоритет на личните цели, докато взаимозависимото е свързано с по-висок приоритет на груповите цели. Това се потвърждава частично от получените от нас резултати, тъй като се идентифицира слаба, позитивна взаимовръзка само с взаимозависимото конструиране на аз-а и липса на

връзка с независимото. С други думи, колкото по-висок резултат има човек по взаимозависимо конструиране на аз-а, толкова по-голям е шансът той или тя да споделят групова, вместо индивидуална цел, и че ще има други хора, включени до голяма степен в целта. Резултатите по независимото конструиране на аз-а нямат отношение към груповата цел или включването на други хора в целта. Това допълнително подкрепя данните от предишни изследвания, според които двата типа конструиране на аз-а са отделни дименсии, които могат да имат различни корелати, и че тяхното едновременно изследване като две дименсии е по-информативно.

По-долу са представени и разгледани корелациите между двата типа конструиране на аз-а и групата от характеристики на конкретния скорошен успех, за които няма информация от предишни изследвания по отношение характера и посоката на взаимовръзката. Поради това бе използван двустранен тест за значимостта на корелациите.

Табл. 8: Корелации между характеристиките на конкретен скорошен успех и двата типа конструиране на аз-а, за които няма очаквания, на база предишни изследвания, по отношение на характера и посоката на взаимовръзките (N=686)

	Независимо конструиране	Взаимозависимо конструиране
Трудност	<i>Пиърсън корелация</i> 0,067	<i>Пиърсън корелация</i> 0,113**
Усилия	<i>Спиърман корелация</i> 0,309**	<i>Спиърман корелация</i> 0,200**
Типичност	<i>Спиърман корелация</i> 0,140**	<i>Спиърман корелация</i> 0,093*
Времева рамка	<i>Спиърман корелация</i> 0,065	<i>Спиърман корелация</i> 0,072
Важност	<i>Спиърман корелация</i> 0,154**	<i>Спиърман корелация</i> 0,216**
Абстрактност	<i>Спиърман корелация</i> -0,034	<i>Спиърман корелация</i> 0,001
Погълнатост	<i>Спиърман корелация</i> 0,240**	<i>Спиърман корелация</i> 0,200**
Субективен конкретен успех	<i>Спиърман корелация</i> 0,204**	<i>Спиърман корелация</i> 0,140**
Важност според другите	<i>Спиърман корелация</i> 0,165**	<i>Спиърман корелация</i> 0,220**

* Корелацията е значима при ниво 0.05

** Корелацията е значима при ниво 0.01

Характеристиките, които корелират значимо и позитивно и с двата типа конструиране на аз-а, но с по-силна взаимовръзка при **независимото** конструиране са: усилия ($r= 0,309$ сравнено с $r= 0,200$), типичност ($r= 0,140$ сравнено с $r= 0,093$), погълнатост ($r= 0,240$ сравнено с $r= 0,200$) и субективен конкретен успех ($r= 0,204$ сравнено с $r= 0,140$).

Характеристиките, които корелират значимо и позитивно и с двата типа конструиране на аз-а, но с по-силна взаимовръзка при **взаимозависимото конструиране** са: важност ($r= 0,216$ сравнено с $r= 0,154$) и важност според другите ($r= 0,220$ сравнено с $r= 0,165$).

Трудността корелира значимо само с взаимозависимото конструиране на аз-а, като връзката е много слаба позитивна ($r= 0,113$).

Има само две характеристики, които не са свързани с нито един от двата типа конструиране на аз-а: времева рамка и абстрактност.

И двата типа конструиране на аз-а са свързани с повечето от характеристиките на конкретния успех и при характеристиките, за които нямахме теоретични допускания за характера и посоката на взаимовръзка. Въпреки това наблюдаваните взаимовръзки са слаби или много слаби.

Взаимозависимото конструиране на аз-а е свързано с преживяването на трудности при преследването на успеха и с приписване на по-голяма важност на целта. При взаимозависимото конструиране е по-вероятно значимите други също да определят събитието като голям успех, сравнено при независимото конструиране.

Независимото конструиране на аз-а се характеризира с полагането на повече усилия при преследването на целта, по-голяма погълнатост в процеса, споделяне на успех, който е типичен за човека, и с по-голяма вероятност човек лично да счита събитието като голям успех.

Предиктори на позитивния афект по време на преследване на целта и след успешното ѝ постигане при доминиращо независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а

Регресионният анализ позволява да бъдат определени специфичните фактори, които предсказват всяка от зависимите променливи в модела. Регресионните анализи бяха проведени като всяка от изходните променливи в модела бе заложена като зависима променлива, съответно поотделно за всяка от двете групи доминиращо конструиране на аз-а. Бе използван стъпков регресионен анализ с поетапно изваждане на променливи, където променливата с най-лоша r стойност бива премахната първа, след което регресията бива оценена отново. Тези стъпки биват повтаряни докато останат само предикторите със статистическа значимост.

Регресиите за позитивния афект (ПА) по време на процеса на преследване на целта и след успешното ѝ постигане при доминиращо независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а, отговарят на допусканията за хомоскедастичност, независимост на грешките, линейност на данните и липса на мултиколинеарност.

Регресиите за негативния афект (НА) по време на процеса на преследване на целта и след успешното ѝ постигане при доминиращото независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а не отговарят на допускането за хомоскедастичност. Поради това, предикторите на негативния афект няма да бъдат представени или интерпретирани в настоящото изследване, защото генерализацията на резултатите е невъзможна в този случай.

Пълният модел с предикторите за ПА включва всички характеристики на успешно постигнатата цел, с изключение на сферата, в която попада целта, тъй като тя е номинална променлива с повече от две категории. Така предвидените предиктори в модела са Групова цел, Времева рамка, Поставяне на целта заедно с други, Автономни персонални причини, Автономни релационни причини, Контролирани персонални причини, Контролирани релационни причини, Усилия, Важност, Трудност, Очакван резултат, Типичност, Важност според другите, Погълнатост, Социална подкрепа, Реален контакт със значимите други, Контакт със значимите други за да узнаят, Включеност на другите в целта, Конфликт с другите цели, Интегрираност на целта, Абстрактност, Вътрешни атрибуции, Стабилни атрибуции, Глобални атрибуции и Субективен конкретен успех.

Предиктори на позитивния афект по време на преследване на целта

Линеен регресионен анализ бе използван, за да се провери статистическият ефект на 25-те характеристики на успешно постигнатата цел върху позитивния афект по време на преследване на целта. Множествената регресия бе проведена, след като файлът с данните бе разделен на две групи, в зависимост от доминиращото конструиране на аз-а. Резултатите са представени в таблиците по-долу. Тъй като бяха нужни 20 стъпки за взаимозависимото конструиране на аз-а и 21 стъпки за независимото, са представени само финално получените модели.

Независимите променливи, които не предсказват афекта със статистическа значимост в групата с доминиращо взаимозависимо конструиране, бяха премахнати една по една от регресионното уравнение в следния ред: Трудност, Типичност, Автономни релационни причини, Интегрираност на целта, Контролирани лични причини, Социална подкрепа, Субективен конкретен успех, Важност според другите, Стабилни атрибуции, Времева рамка, Поставяне на целта заедно с други хора, Важност, Абстрактност, Контакт със значимите други за да научат, Конфликт с другите цели, Контролирани релационни причини, Глобални атрибуции. Премахването на всяка една променлива подобри предсказващата сила на модела (F стойността се повишава с всяко премахване).

Независимите променливи, които не предсказват афекта със статистическа значимост в групата с доминиращо независимо конструиране, бяха премахнати една по една от регресионното уравнение в следния ред: Времева рамка, Реален контакт със значимите други, Трудност, Поставяне на целта заедно с други хора, Конфликт с другите цели, Глобални атрибуции, Важност според другите, Погълнатост, Абстрактност, Контакт със значимите други за да научат, Социална подкрепа, Интегрираност на целта, Вътрешни атрибуции, Контролирани лични причини и Типичност. Премахването на всяка една подобряваше предсказващата сила на модела.

Финалният модел в групата с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а (Табл. 9), се състои от 6 независими променливи и е статистически значим при ниво $p < 0.001$. Моделът обяснява $R^2 \approx 39\%$ от вариацията на позитивния афект при преследването на целта. Този процент индикира добра предсказваща способност на модела. Въпреки това, има други променливи, които също обясняват вариацията на позитивния афект.

Приведеният $R^2 = .376$ е много близък до реалния R^2 , което значи, че моделът генерализира добре.

Предикторите, които имат статистически значим принос към предсказването на модела спрямо изходната променлива са: Автономни лични причини (бета = 0.328; $p < 0.001$), Усилия (бета = 0.260; $p < 0.001$), Вътрешни атрибуции (бета = 0.152; $p < 0.001$), Очакван резултат (бета = 0.121; $p < 0.01$), Реален контакт със значимите други (бета = 0.108; $p < 0.01$) и Включеност на други в целта (бета = 0.064; $p < 0.05$).

Табл. 9: Линейна регресия на характеристиките на успеха върху позитивния афект по време на преследване на целите при взаимозависимото конструиране на аз-а (N=292)

Модел	$R^2=0.389;$ $F=30.210; p < 0.001$			
	Нестанд. Бета	Станд. грешка	Станд. Бета	P
Константа	-,427	,427		,319
Автономни лични причини	,328	,056	,310	,000
Усилия	,260	,062	,225	,000
Вътрешни атрибуции	,152	,039	,186	,000
Очакван резултат	,121	,040	,144	,002
Реален контакт със значимите други	,108	,035	,153	,002
Включеност на други в целта	,064	,028	,112	,025

Това означава, че за хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а това, което определя позитивния афект по време на процеса на преследване на целта, е 1) поставянето на целта поради реален интерес и наслаждаване на преживяването или поради искреното вярване, че целта е важна, 2) влагането на много усилия в преследването на целта, 3) възприемането на целта като постижима и предвиждането на позитивен изход, 4) поддържането на честа комуникация със значимите други, 5) участието на други хора в процеса на преследване на целта и б) вярата, че причината за успеха не е свързана с обстоятелствата или другите хора, но със самия човек.

Финалният модел при групата на хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а (Табл. 10) се състои от 5 независими променливи и е статистически значим при ниво от $p < 0.001$. Моделът обяснява $R^2 \approx 43\%$ от вариацията на позитивния афект, при

преследването на целта. Този процент индикира добра предсказваща сила на модела. Въпреки това има и други променливи, които също обясняват вариацията на позитивния афект. Приведеният $R^2 = .419$ е много близък до реалния R^2 , което означава, че моделът генерализира добре.

Предикторите, които имат статистически значим принос към обяснителната сила на модела спрямо изходната променлива са Усилия (бета = 0.385; $p < 0.001$), Автономни лични причини (бета = 0.238; $p < 0.001$), Субективен конкретен успех (бета = 0.139; $p < 0.01$), Очакван резултат (бета = 0.121; $p < 0.01$) и Автономни релационни причини (бета = 0.055; $p < 0.05$).

Табл. 10: Линейна регресия на характеристиките на успеха върху позитивния афект по време на преследване на целите при независимото конструиране на аз-а (N=240)

Модел	$R^2=0.431$; $F=35.491$; $p < 0.001$			
	Нестанд. Бета	Станд. грешка	Станд. Бета	P
Константа	,043	,417		,918
Усилия	,385	,053	,393	,000
Автономни лични причини	,238	,052	,242	,000
Субективен конкретен успех	,139	,050	,149	,006
Очакван резултат	,121	,040	,151	,003
Автономни релационни причини	,055	,026	,105	,038

Това означава, че за хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а това, което до голяма степен определя позитивния афект по време на преследването на целта, е: 1) поставянето на целта поради причини, свързани с участието на значимите други или вземането предвид на техните интереси и мнения, 2) поставянето на целта, поради реален интерес, наслаждаване на преживяването или искреното вярване, че целта е важна, 3) влагане на много усилия в преследването на целта, 4) възприемане на целта като постижима и предвиждане успешен изход, и 5) самостоятелно определяне на събитието като успех.

Изненадващо, поставянето на целта поради участието на значими други или поради загриженост за интересите или вярванията на близките, също допринася за позитивния афект по време на преследване на целта при хората с доминиращо независимо конструиране

на аз-а. Въпреки това, ефектът е пренебрежимо малък. Тези данни обаче са изненадващи, тъй като автономните релационни причини са по-типични за хората с взаимозависимо конструиране на аз-а, но получените от нас резултати показват, че те допринасят единствено за позитивния афект на хората с независимо конструиране.

Предиктори на позитивния афект след успешно постигане на целта

Линеен регресионен анализ беше използван, за да се провери статистическият ефект на 25-те характеристики на успешно постигнатата цел върху позитивния афект по време на преследването на целта. Множествената регресия бе проведена след като файлът с данните бе разделен на две групи, в зависимост от доминиращото конструиране на аз-а. Резултатите са представени в табличен вид по-долу. Тъй като бяха нужни 18 стъпки за взаимозависимото конструиране на аз-а и 21 стъпки за независимото, са представени само финално получените модели.

Независимите променливи, които не предсказваха статистически значимо афекта в групата с доминиращо взаимозависимо конструиране бяха премахнати една по една от регресионното уравнение в следния ред: Автономни релационни причини, Контролирани лични причини, Стабилни атрибуции, Типичност, Важност според другите, Глобални атрибуции, Трудност, Включеност на другите в целта, Групова цел, Абстрактност, Контролирани релационни причини, Интегрираност на целта, Реален контакт със значимите други, Важност, Поставяне на целта заедно с други хора, Вътрешни атрибуции и Очакван резултат. Премахването на всяка една от горепосочените променливи подобри предсказващата сила на модела (F стойността се повишава с всяко премахване).

Независимите променливи, които не предсказваха статистически значимо афекта в групата с доминиращо независимо конструиране бяха премахнати една по една от регресионното уравнение в следния ред: Контакт със значимите други за да научат, Глобални атрибуции, Групова цел, Стабилни атрибуции, Абстрактност, Автономни релационни причини, Трудност, Конфликт между целите, Времева рамка, Погълнатост, Очакван резултат, Важност според другите, Типичност, Интегрираност на целите, Контролирани релационни причини, Контролирани лични причини, Поставяне на целта с други, Реален контакт със значимите други, Включеност на други в целта и Вътрешни

атрибуции. Премахването на всяка една от горепосочените променливи подобри предсказващата сила на модела (F стойността се повишава с всяко премахване).

Финалният модел при групата на хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а (Табл. 11) се състои от 8 независими променливи и е статистически значим при ниво от $p < 0.001$. Моделът обяснява $R^2 \approx 49\%$ от вариацията на позитивния афект след постигането на целта. Този процент индикира добра предсказваща сила на модела. Въпреки това, има други променливи, които също обясняват вариацията на позитивния афект. Приведеният $R^2 = .480$ е много близък до реалния R^2 , което означава, че моделът генерализира добре.

Табл. 11: Линейна регресия на характеристиките на успеха върху позитивния афект след успешно постигане на целта при взаимозависимо конструиране на аз-а (N=292)

Модел	$R^2=0.494;$ $F=34.533; p < 0.001$			
	Нестанд. Бета	Станд. грешка	Станд. Бета	P
Константа	-,073	,405		,858
Субективен конкретен успех	,264	,044	,290	,000
Автономни лични причини	,211	,047	,221	,000
Усилия	,163	,060	,159	,006
Поглъщане	,112	,046	,132	,015
Контакт със значимите други, за да научат	,108	,032	,161	,001
Времева рамка	,093	,041	,099	,023
Социална подкрепа	,076	,036	,099	,037
Конфликт с други цели	-,056	,026	-,097	,032

Предикторите, които имат статистически значим принос към обяснителната сила на модела, спрямо изходната променлива са: Субективен конкретен успех (бета = 0.264; $p < 0.001$), Автономни лични причини (бета = 0.211; $p < 0.001$), Усилия (бета = 0.163; $p < 0.01$), Погълнатост (бета = 0.112; $p < 0.05$), Контакт със значимите други за да научат (beta = 0.108; $p < 0.001$), Времева рамка (бета = 0.093; $p < 0.05$), Социална подкрепа (beta = 0.076; $p < 0.05$), Конфликт между целите (бета = -0.056; $p < 0.05$).

Това означава, че за хората с взаимозависимо конструиране на аз-а това, което определя позитивния афект след успешното постигане на целта, е: 1) поставянето на целта поради реален интерес, наслаждаване на преживяването или искрена вяра, че целта е важна, 2) отнемането на повече време за постигане на целта, 3) влагането на много усилия в преследването на целта, 4) дълбоката погълнатост в процеса на преследване на целта, 5) възприетата социална подкрепа и полученото окуражаване по време на преследване на целта, 5) поддържането на контакт със значимите други, за да бъде споделен успехът с тях, 6) липсата на конфликт между конкретната успешно постигната цел и други важни за индивида цели и 7) личното възприемане на събитието като истински успех.

Въпреки това, ефектът на конфликта между целите и социалната подкрепа е пренебрежимо малък.

Финалният модел при групата на хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а (Табл. 12) се състои от 5 независими променливи и е статистически значим при ниво от $p < 0.001$. Моделът обяснява $R^2 \approx 43\%$ от вариацията на позитивния афект, след постигането на целта. Този процент, индикира добра предсказваща сила на модела. Въпреки това, има други променливи, които също обясняват вариацията на позитивния афект. Приведеният $R^2 = .417$ е много близък до реалния R^2 , което означава, че моделът генерализира добре.

Табл. 12: Линейна регресия на характеристиките на успеха върху позитивния афект след успешно постигане на целта при независимото конструиране на аз-а (N=246)

Модел	$R^2=0.429;$ $F=36.051; p < 0.001$			
	Нестанд. Бета	Станд. грешка	Станд. Бета	P
Константа	,030	,434		,945
Усилия	,377	,052	,383	,000
Автономни лични причини	,175	,053	,171	,001
Важност	,168	,047	,187	,000
Социална подкрепа	,124	,038	,166	,001
Субективен конкретен успех	,122	,054	,122	,025

Предикторите, които имат статистически значим принос към предсказващата сила на модела спрямо изходната променлива са: Усилия (бета = 0.377; $p < 0.001$), Автономни лични

причини (бета = 0.175; $p < 0.001$), Важност (бета = 0.168; $p < 0.001$), Социална подкрепа (бета = 0.124; $p < 0.001$), Субективен конкретен успех (бета = 0.122; $p < 0.05$).

Това означава, че за хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а това, което до голяма степен определя позитивния афект след успешното постигане на целта, е 1) влагането на много усилия при преследването на целта, 2) поставянето на целта поради реален интерес, наслаждаване на преживяването или искрена вяра, че целта е важна, 3) придаване на голяма важност на успеха, 4) възприетата социална подкрепа и полученото окуражаване по време на преследването на целта и 5) личното определяне на събитието като успех.

Дискусия

В унисон с очакванията, резултатите от линейните регресионни анализи предоставят допълнителна подкрепа, че успешното постигане на целта има принос към позитивния афект и по време на преследване на целта и след нейното постигане. Има също и значими различия в предикторите за групата на хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а и групата на хората с доминиращо взаимозависимо. Различия съществуват също и при предикторите по време на преследване на целта и след нейното успешно постигане.

Усилията и автономните лични причини предсказват позитивен афект и преди и след постигането на успех и при двата типа конструиране на аз-а. Това ги отличава като важни, универсални предиктори на позитивния афект. Разликата между двата типа конструиране на аз-а е в това, че при независимото количеството на вложени усилия за постигане на целта има по-силна предсказваща способност в сравнение с автономните лични причини, докато при взаимозависимото конструиране на аз-а автономните лични причини имат по-силна предсказваща способност от усилията.

Беше очаквано, че автономните причини и самостоятелното поставяне на целта (Deci and Ryan, 2000; 2008; Ryan & Deci, 2000; Hunt, 2015) ще повишават позитивния афект и за двата типа конструиране, но ефектът би бил по-силен при независимото конструиране на аз-а. Поставянето на целта не предсказва позитивен афект в настоящото изследване, въпреки че предишни изследвания (Hunt, 2015) са открили, че самостоятелното поставяне на целите предсказва удоволствие и наслаждаване на дейността и при двата типа конструиране. Резултатите за автономните лични причини обаче отговарят на очакванията. Теорията за

самодетерминирането (self-determination theory) (Ryan & Deci, 2000; Deci & Ryan, 2000) постулира, че компетентността, автономията и свързаността са изначални психологически нужди, които са „необходими условия за психологическо израстване, интегритет и благополучие“ (Deci & Ryan, 2000, с. 227). Автономията при целепологането се определя от неаличието на цели, които отразяват интересите и ценностите на индивида, което е обратното на наличието на контролирани цели, които са възприети под влиянието на натиск или очаквания от страна на други хора (Koestner, 2008). Автономията се счита, че е универсално жизнено важна при всички хора, и че е свързана с постоянство и придържане към целите, вътрешна мотивация, саморегулация, както и с психологическо благополучие (Deci & Ryan, 2008; Waterman et al., 2003). Нашите резултати също подкрепят теорията за самодетерминирането и предходни данни, че наличието на автономия се свързва с позитивни психологически преживявания и придобивки.

Друго изследване (Yi, Gore, & Kanagawa, 2014), проучващо ролята на културата в мотивацията, сравнявайки американски и японски участници, докладва резултати, които са в унисон с горепосочените данни, тъй като автономните лични причини, предсказват благополучието и при двете групи. Въпреки това, автономните релационни причини, които отразяват нуждите на значимите други, предсказват благополучието по-добре при японците. В този контекст, получените от нас данни, че автономните релационни причини предсказват позитивния афект по време на преследването на целта само за групата с доминиращо независимо конструиране на аз-а е силно изненадващо. Въпреки това, гореописаната предикция е много слаба.

Заедно с автономните лични причини, усилията са един от най-важните предиктори на позитивния афект при конкретния субективен успех. Очевидно е, че полагаането на повече усилия в процеса на преследване на целта има като резултат повече позитивни усещания по време на преследване на целта до самото ѝ успешно постигане, както и след него. Това е валидно и за двата типа конструиране на аз-а, но ефектът е по-силен при независимото. Межкултурно изследване на психологическите преживявания при китайски и американски колежани (Chang et al., 2004), показва, че когато определен успех е бил постигнат след множество усилия, колежаните от Китай, при които доминиращото взаимозависимо конструиране на аз-а е по-типично, са имали по-високо ниво на съмнение в себе си и много повече амбивалентност по отношение ползите от провала, отколкото

колежаните от САЩ. Те също са били склонни да омаловажават своите способности като причина за постигане на успеха, в полза на външни атрибуции. Всички тези фактори могат да попречат на емоциите, свързани с успеха при взаимозависимите индивиди.

Предишни изследвания показват, че споделянето на успеха с близките се свързва с позитивен афект и е благотворно за субективното благополучие (Snyder, 1994). Следователно, приносът на контакта със значимите други за да узнаят за успеха, върху позитивния афект след успешното постигане на целта е очаквано. То е също в унисон и с теорията за конструиране на аз-а (Markus and Kitayama 1991; Klug & Maier, 2014), която постулира, че системата от цели на хората с взаимозависимо конструиране на аз-а не е толкова конгруентна с техният аз и отразява и какво желаят значимите други и какви са техните оценки.

Следователно е възможно хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а да извличат удовлетворение и да изпитат позитивни емоции след своя успех в по-голяма степен след като техните близки са ги оценили като успех. Хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а са много чувствителни към одобрение от страна на околните (Markus & Kitayama, 1991). Хората с доминиращо независимо конструиране, от друга страна, извличат удовлетворение от своите лични успехи сами, тъй като тяхната система от цели не е зависима от мнението или желанията на другите. Затова и споделянето за успеха със значимите други не допринася за повишаването на субективното им благополучие. Получените от нас резултати също не идентифицират ефект на контакта със значимите други, с цел те да узнаят за успеха, върху позитивния афект при хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а.

Резултатите от предишни изследвания, показват, че при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а контактът със значимите други повишава успеха чрез повишаване на релационната мотивация и чрез по-упорита работа по посока постигането на целта (Gore, 2013b). Въпреки това, както твърди Гор (Gore, 2013b), преди не е било диференцирано дали тези ползи имат за източник просто контакта със значимите други сам по себе си или индивидите с доминиращо взаимозависимо конструиране търсят този контакт след като са се трудили усилено по посока целта, за да може близките им да научат за това просто да им се похвалят. Поради това, ние създадохме две скали, които да диференцират реалния контакт със значимите други и контакта, с цел те да научат за успеха.

Това даде добри резултати, тъй като идентифицирахме предикция на контакта със значимите други спрямо позитивния афект само за хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а, като обаче контактът сам по себе си е предиктор по време на преследването на целта, докато контактът със значимите други за да узнаят за успеха е предиктор след постигането на целта.

Контактът със значимите други играе важна роля при хората с доминиращо взаимозависимо контролиране на аз-а по време на преследването на успеха вероятно защото те са склонни да интегрират нуждите на близките си и са също предразположени към това да поставят целите си заедно с тях, което означава, че когато тези значими други са наблизо, това само по себе си би повишило усещането на значимост и смисъл на дейността, която е мотивирана с оглед на тези значими други.

Беше очаквано също, че важноста на успеха според другите ще предсказва повишаване на позитивния и намаляване на негативния афект и за двата типа конструиране на аз-а, но предикцията ще бъде по-силна при взаимозависимото конструиране (Suh, Diener, Oishi, and Triandis, 1998; Markus and Kitayama, 1991). Въпреки това, важноста на успеха, според другите не се оказва значим предиктор. Вероятно е по-важно дали значимите други, след като оценят събитието като успех, ще демонстрират тази оценка чрез някакво потвърждение, че стремежът към целта си е заслужавал, отколкото доколко те действително считат успеха за важен. Наистина, в колективистичните култури, оценката на значимите други по отношение на това какъв е животът на индивида е това, което играе важна роля при когнитивната преценка на удовлетвореността от живота, докато при индивидуалистичните култури преценката е на база афективното благополучие на индивида (Suh, Diener, Oishi, and Triandis, 1998).

Предишно изследване докладва, че важноста на целта не е свързана в благополучието и при двата типа конструиране на аз-а (Gore & Cross, 2010). Въпреки това, важно е да се отбележи, че само академични цели са били изследвани от горепосочените автори. Получените от нас данни показват, че важноста е предиктор на позитивния афект, след успешното постигане на целта само при хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а. Това означава, че те изпитат повече позитивни усещания при успех, когато сами определят постигнатото за важно. Това ги отличава от хората с доминиращо

взаимозависимо конструиране на аз-а, които изпитват повече позитивни емоции, когато те контактуват със своите близки за да ги информират за постигнатия успех.

Социалната подкрепа предсказва позитивен афект след успешното постигане на целта и при двата типа конструиране на аз-а. Въпреки това, предикцията е по-голяма за хората с независимо конструиране. Вероятно обяснение за това е, че да бъдеш социално интегриран е универсално важно за психологическото благополучие, но възприетата социална подкрепа играе по-голяма роля при независимото конструиране, защото при него тя не е даденост. Индивидите с доминиращо взаимозависимо конструиране по-често са част от споделена регулаторна система с другите, където те осигуряват подкрепа и грижа, но и получават същото в замяна. При тези с доминиращо независимо конструиране на аз-а, подобно нещо не е очаквано да се случва често и вероятно поради тази причина когато се случи, то в по-голяма степен води до преживяване на позитивен афект.

Интегрираността на целите се очакваше да предсказва повишаване на позитивния афект само при хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а (Gore & Cross, 2010; Cross et al., 2003), но това не бе потвърдено от настоящото изследване. От друга страна, конфликтът между целите се явява негативен предиктор за позитивния афект след успешното постигане на целта само за хората с доминиращо взаимозависимо конструиране. Въпреки, че взаимозависимото конструиране корелира много слабо с преживяването на конфликт между успешно постигната цел и други важни цели, това преживяване влияе негативно при тях върху позитивните преживявания след като успехът стане реалност. Логично е, че когато човек е постигнал нещо, което пречи на други важни негови стремежи, това ще доведе до по-малко щастие. Възможно обяснение за това, че конфликтът между целите предсказва това само за взаимозависимите индивиди, е фактът, че те преживяват подобен конфликт по-често, вследствие на което са по-чувствителни спрямо негативните последици от него.

Очакването на база предишни изследвания, че типичността на целта и груповата цел (Gore, 2013b), както и поставянето на целта от други хора (Hunt, 2015) ще предсказват понижаване на позитивния афект за хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а и повишаване на позитивния афект при тези с доминиращо взаимозависимо, не бе потвърдено. Нито една от тези характеристики на целта не бе идентифицирана като значим предиктор на позитивния афект.

Включеността на други в целта се очакваше да предсказва положително позитивния афект при взаимозависимото конструиране на аз-а и да го предсказва негативно при независимото. Нашите резултати показват, че тя предиктира позитивния афект по време на процеса на преследване на целта само за хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а. Причината за тези резултати най-вероятно се припокриват с гореописаните причини, поради които контактът със значимите други при преследването на целта, благоприятства щастието (Gore, 2013b).

Очакваният изход предсказва позитивния афект по време на преследване на целта, без значение от доминиращото конструиране на аз-а. Предишни изследвания индикират, че очакването на успешен изход води до по-голямо посвещаване в процеса на преследване на целта (Locke & Latham, 1994) и повишена мотивация (Vasquez & Buehler, 2007). Убеждението, че целта е постижима, вероятно води до усещането, че дейността е смислена, а една от ориентациите към щастие е именно чрез смисъл.

Субективният конкретен успех или личното определяне на събитието като истински успех се явява предиктор на позитивен афект и при двата типа конструиране на аз-а. Въпреки това, при независимото конструиране, той предиктира позитивен афект както по време на преследване на целта, така и след успешното ѝ постигане, докато при взаимозависимото е предиктор само след успешното постигане на целта. Всъщност, това е най-силният предиктор при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а след успешното постигане на целта. Това предполага, че дори и загрижеността за нуждите и интересите на другите да определя поведението на взаимозависимите хора и споделянето на успеха да е важно за тях, то тяхното лично усещане, че са постигнали нещо голямо и значимо, което сами определят като успех, е също много важно за тяхното щастие.

Вътрешните атрибуции повишават нивата на щастие по време на преследването на целта за хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а. Според теорията за самодетерминирането (Ryan & Deci, 2000; Deci & Ryan, 2000) компетентността и автономията, които са свързани с вярването, че причините за успеха не са свързани с обстоятелствата или с другите хора, но със самия индивид, допринасят универсално за благополучието. Въпреки това, получените от нас резултати показват, че хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а имат благоприятен ефект само от вътрешните атрибуции. Тъй като та са взаимосвързани с други хора в една обща мрежа на

взаимопомощ, е възможно когато те постигнат нещо изцяло сами, това да допринася за техните позитивни емоции, тъй като е нещо което не се случва често. От друга страна, наличието на вътрешни атрибуции може би е обичайно за хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а и затова, поради хедонистична адаптация, да не се явява като допринасящо за личното благополучие.

Настоящият модел не обяснява голяма част от вариацията. Конструктът за позитивния афект е прекалено сложен и има фактори извън конструкта за успеха, за които е известно, че го детерминират, и не са включени в модела. Въпреки това, също е възможно настоящият модел да не обхваща всички типове характеристики на конкретния успех, които имат ефект върху позитивния афект, и е препоръчително бъдещи изследвания да проверят допълнително предиктивната му сила.

Предиктори на субективното благополучие при доминиращо независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а

Пълният модел с предикторите за субективното благополучие, включва като очаквани предсказващи променливи в модела: Субективен конкретен успех, Субективен общ успех, Материален успех, Загриженост за успеха на другите, Хедонистична ориентация, Смеслова ориентация, Ориентация към включеност.

Регресионни анализи бяха използвани за да се определят специфичните фактори, свързани с успеха, както и ориентациите към щастието, които повлияват субективното благополучие. Множествените регресии бяха проведени след като файлът с данните бе разделен на две групи, в зависимост от типа конструиране на аз-а. Бе използван стъпков регресионен анализ с поетапно изваждане на променливи, където променливата с най-лоша r стойност бива премахната първа, след което регресията бива оценена отново, и тези стъпки биват повтаряни докато останат само предикторите със статистическа значимост.

Тъй като бяха нужни 3 стъпки за взаимозависимото конструиране на аз-а и 5 стъпки за независимото, са представени само финално получените модели. Резултатите са представени в таблиците по-долу. Допусканията за хомоскедастичност, независимост на грешките, линейност на данните и липса на колинеарност са спазени.

Независимите променливи, които не предсказват статистически значимо афекта при групата с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а бяха премахвани една по една

от регресионното уравнение в следния ред: Загриженост за успеха на другите, Хедонистична ориентация. Премахването на всяка една от променливите, подобрява предиктивната сила на модела.

Независимите променливи, които не предсказват статистически значимо афекта при групата с доминиращо независимо конструиране на а-за бяха премахвани една по една от регресионното уравнение в следния ред: Загриженост за успеха на другите, Хедонистична ориентация, Материален успех, Смеслова ориентация. Премахването на всяка една подобрява предиктивната сила на модела.

Финалният модел при групата на хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а (Табл. 13) се състои от 5 независими променливи и е статистически значим при ниво от $p < 0.001$. Моделът обяснява $R^2 \approx 52\%$ от вариацията на субективното благополучие. Този процент, индикира добра предсказваща сила на модела. Въпреки това, има други променливи, които също обясняват вариацията на субективното благополучие. Приведеният $R^2 = .504$ е много близък до реалния R^2 , което означава, че моделът генерализира добре.

Табл. 13: Линейни регресии на ориентациите към щастие и типовете успех върху субективното благополучие при взаимозависимото конструиране на аз-а (N=284)

Модел	$R^2=0.518;$ $F=59.804; p < 0.001$			
	Нестанд. Бета	Станд. грешка	Станд. Бета	P
Константа	-4,530	,707		,000
Субективен текущ успех	,613	,089	,326	,000
Ориентация към включеност	,562	,127	,207	,000
Субективен общ успех	,503	,093	,289	,000
Смеслова ориентация	,279	,122	,113	,015
Материален успех	,245	,098	,125	,013

Предикторите, които имат статистически значим принос към предикцията на модела спрямо изходната променлива са: Субективен текущ успех (бета = 0.613; $p < 0.001$), Ориентация към включеност (бета = 0.562; $p < 0.001$), Субективен общ успех (бета = 0.503; $p < 0.001$), Смеслова ориентация (бета = 0.279; $p < 0.05$) и Материален успех (бета = 0.245;

$p < 0.05$). Това означава, че за хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а това, което детерминира субективното благополучие, е: 1) преследване на щастие чрез включеност и погълнатост в дейностите, както и 2) чрез дейности в името на по-висша цел, служба на другите или себепознание, 3) усещане за успешност в живота като цяло, 4) усещане за успех в скорошните стремежи, както и 5) удовлетвореност от материалния успех.

Финалният модел при групата на хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а (Табл. 14) се състои от 3 независими променливи и е статистически значим при ниво от $p < 0.001$. Моделът обяснява $R^2 \approx 51\%$ от вариацията на субективното благополучие. Този процент, индикира добра предсказваща сила на модела. Въпреки това, има други променливи, които също обясняват вариацията на субективното благополучие. Приведеният $R^2 = .504$ е много близък до реалния R^2 , което означава, че моделът генерализира добре.

Табл. 14: Линейни регресии на ориентациите към щастие и типовете успех върху субективното благополучие при независимото конструиране на аз-а (N=234)

Модел	$R^2=0.511;$ $F=80.048; p < 0.001$			
	Нестанд. Бета	Станд. грешка	Станд. Бета	P
Константа	-2,964	,729		,000
Субективен общ успех	,677	,085	,422	,000
Ориентация към включеност	,608	,137	,209	,000
Субективен текущ успех	,601	,101	,317	,000

Предикторите, които имат статистически значим принос към модела по отношение на изходната променлива са: Субективен общ успех (бета = 0.677; $p < 0.001$), Ориентация към включеност (бета = 0.608; $p < 0.001$) и Субективен текущ успех (бета = 0.601; $p < 0.001$). Това означава, че за хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а 1) преследването на щастие чрез погълнатост в дейността, 2) усещането за успешност в живота като цяло и 3) усещането за успешност в скорошните стремежи, е това което определя тяхното субективно благополучие.

Дискусия

Успешното преследване на целите има дългосрочен позитивен ефект върху субективното благополучие, както показва мета-анализ (Klug & Maier, 2014). Резултатите от него са от голяма важност, тъй като дават информация за общия ефект на успешното постигане на целите, който се определя като среден към голям, и поставят успеха като по-важен детерминант на субективното благополучие от здравето, социално-икономическия статус или личността.

Получените в настоящото изследване резултати потвърждават ролята на успеха върху субективното благополучие, тъй като субективният текущ и субективният общ успех предсказват субективното благополучие, независимо от доминиращия тип конструиране на аз-а (те са положителен предиктор и в двете групи конструиране на аз-а).

Ако сравним стандартизираните коефициенти бета за субективното благополучие в двете групи, ще видим, че ефектът е по-силен при независимото конструиране на аз-а, в сравнение с взаимозависимото. За хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а, увеличаването в бала на субективния успех води до по-голямо увеличаване в нивата на субективно благополучие. В това отношение, получените от нас резултати отново са в унисон с очакванията, базирани на резултатите от предишни изследвания.

Горепосоченият мета-анализ (Klug & Maier, 2014) индикира, че позитивната връзка между успеха и субективното благополучие е по-силна при индивидуалистичните култури където независимото конструиране на аз-а е по-изразено, в сравнение с колективистичните, при които взаимозависимото е по-изразено. Резултатите от настоящото изследване позволяват да се предположи, че предходно докладвания силен ефект на успеха върху щастието, бива също обясняван от корелатът на индивидуално ниво на културната ориентация индивидуализъм-колективизъм, който именно е конструирането на аз-а.

Възможно обяснение защо успехът не допринася така за щастието при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а, както при тези с доминиращо независимо е фактът, че системата от цели на хората с взаимозависимо конструиране на аз-а не е толкова конгруентна с техният аз, защото също отразява стремежите и оценките на значимите други (Markus and Kitayama 1991; Klug & Maier, 2014). Това възпрепятства и забавя приноса на успеха за субективното благополучие на индивида. Ако например хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а извличат удовлетворение от успеха

само след като техните близки са го оценили като успех, това би довело до намаляване на вероятността за преживяване на щастие. Причините за това са: първо, не е ясно дали значимите други ще признаят успеха за такъв изобщо; второ, значимите други могат да имат различни мнения – някои от тях могат да оценят успеха като такъв, докато други могат и да не го направят; и не на последно място - дори и значимите други единодушно да определят събитието като успех, тази оценка може да бъде забавена във времето поради определени причини или дори да е трудно да се идентифицира кога това се е случило.

Друга причина, поради която успехът не допринася за щастие при взаимозависимото конструиране на аз-а толкова силно, колкото при независимото, може би се крие в културата, която оформя аз-а на хората като независим или взаимозависим. В евро-американските, индивидуалистични култури съществуват обслужващи личността тенденции (*self-interested tendencies*) (Markus & Kitayama, 2010). При тях културата създава, поощрява и поддържа идеи, че индивидуалните постижения, личният успех и личното щастие са много важни и желани. Тези идеи биха могли да бъдат разпознати дори и в рекламите и популярните лозунги. Хората, на свой ред, се стремят към щастие и успех в по-голяма степен и следователно докладват по-високи нива на самочувствие, оптимизъм, желание за майсторство и т.н. (Markus & Kitayama, 2010). Това разбира се, поставя харесването на себе си и определянето на себе си като успешен като по-допринасящо за цялостното щастие и субективното благополучие в индивидуалистичните култури, където независимото конструиране на аз-а е по-често доминиращо.

Субективният текущ успех предсказва субективното благополучие по-силно от субективния общ успех при доминиращото взаимозависимо конструиране на аз-а. Обратното е валидно за доминиращото независимо конструиране на аз-а – субективният общ успех предсказва субективното благополучие по-силно от субективния текущ успех. Тези резултати може би са свързани с факта, че хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а са по-консистентни сред различните ситуации и контекст, жизнени сфери и роли, докато при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране контекстът е по-важен и техният аз е по-гъвкав и отговарящ на текущите обстоятелства (Markus & Kitayama, 1991).

Резултатите, че загрижеността на успеха на другите не е значим предиктор на субективното благополучие и при двата типа конструиране на аз-а, са силно изненадващи.

Предишни изследвания докладват, че и хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а и тези с доминиращо независимо конструиране приписват еднаква важност на социалните цели (Van Horen et al., 2008). Данни от експеримент индикират, че помагайки повече на другите и извършвайки повече актове на доброта от обикновено, води до значително увеличаване на щастието (Lyubomirsky, Tkach & Sheldon, 2004, цит. по Lyubomirsky, Sheldon, et al., 2005). Друго изследване идентифицира важността на това да откликваш на добрите новини от значимите други – участниците са помолени да отговарят на успехите на своите близки с интерес и ентузиазъм в продължение на една седмица, след което техните нива на щастие се повишават съществено, а нивата им на депресия значително се понижават (Schueller, 2012).

Предполагаемата причина за тази универсална важност на това да бъдеш загрижен за успеха на другите е, че наличието на социални цели и допринасянето за успеха на другите хора са жизнено важни за личния успех на всеки (Kim & Sharkey, 1995). Тъй като хората живеят в общество, социалното приемане и интегрираност, както поддържането на позитивни отношения с другите хора, действително подпомагат постигането на личните цели на индивидите, които сами са интегрирани и помагат на другите. Триверс (Trivers, 1971) нарича този процес с термина „реципрочно алтруистично поведение“.

Въпреки тази универсална важност, ние очаквахме, че загрижеността за успеха на другите ще бъде по-силен предиктор на субективното благополучие при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а, в сравнение с тези с доминиращо независимо. Предполага се, че хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а ще бъдат по-предразположени към преживяване на негативни чувства като ревност от успеха на своите приятели, поради по-високата им конкурентност. От своя страна, хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а са по-предразположени към това да преживяват щастие от успеха на своите приятели (Hunt, 2015). При взаимозависимото конструиране личната идентичност е преплетена със значимите други и на тях се приписва по-голяма значимост. Следователно, проявяването на загриженост полагането на усилия за удовлетворяване на нуждите им би трябвало да е много по-основно и важно (Kim & Sharkey, 1995). Известно е, че в колективистичните култури аз-ът е по-вероятно да бъде изграден от или свързан с целите и постиженията на значимите други, докато при индивидуалистичните – да бъде изграден от или свързан с личните цели и постижения (Chang et al., 2004).

Изследване разкрива, че обръщането на внимание на и удовлетворяването на нуждите на взаимоотношенията със значимите други е важен предиктор за благополучието при хората с високо релационно конструиране на аз-а (Cross et al., 2003). При хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а невронните реакции, които индикират позитивни емоции свързани с наградите, които техните приятели получават, са толкова силни, колкото когато самите индивиди получават награди (Varnum, Shi, Chen, Qiu, & Han, 2014). При хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а, тези невронни реакции са наблюдавани само когато те самите получават награда. Това изследване също докладва данни, подкрепящи че взаимозависимото конструиране на аз-а може да повлиява позитивно проявата на емпатия когато значимите други губят.

Въпреки това, получените от нас резултати индикират, че ангажираността с и подпомагането на успеха на близките не увеличава нивата на субективно благополучие. Както е видно, това противоречи с голяма част от емпиричните изследвания и теорията в областта. Има данни, че не помощта към другите сама по себе си е това, което води до по-голямо щастие, а възприетата благодарност и признателност от тези, на които е било помогнато (Lyubomirsky, 2007). Възможно обяснение за нашите изненадващи резултати, е че скалата за загриженост за успеха на другите и теоретичният ни модел като цяло не обхващат получаването на благодарност и признателност като резултат от оказаната помощ и положените усилия.

Питърсън, Парк и Селигман (Peterson, Park & Seligman, 2005) докладват, че всяка една от ориентациите към щастието предсказва удовлетвореност от живота като цяло. Въпреки това, получените от нас резултати показват, че съществуват различия в начина по който ориентациите предсказват субективното благополучие при хората с доминиращо взаимозависимо и доминиращо независимо конструиране на аз-а. Ориентацията към включеност е силен предиктор и за двата типа конструиране. Хедонистичната ориентация, от своя страна, не предсказва субективното благополучие при нито един от видовете конструиране на аз-а. Тъй като няма предишни изследвания за взаимовръзките между ориентациите към щастие и конструирането на аз-а, ние вярваме, че повече емпирични данни би трябвало да бъдат събрани, преди тези резултати да бъдат интерпретирани.

Смисловата ориентация към щастие предсказва субективното благополучие само при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а. Освен това, нашите резултати

показват, че тази ориентация е по-изразена при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а, в сравнение с тези с доминиращо независимо конструиране. Смесовата ориентация се характеризира със служба в името на другите или на по-висша цел, която много вероятно е свързана с обществото или човечеството изобщо (Peterson et al., 2005). Следователно е логично хората с доминиращо взаимозависимо конструиране да се стремят към щастието по-често по този начин. Хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а ценят постиженията и конкуренцията, себеизразяването, идентифицирането и изтъкването на собствените сили, знанието какво човек иска и стремежа към него. От друга страна, хората с взаимозависимо конструиране на аз-а ценят сътрудничеството, вписването и хармонията с другите, което прави по-вероятно за тях да изберат за себе си поведение, което е в унисон с очакванията на другите, и да допринасят към интересите и благополучието на другите (Markus & Kitayama, 1991).

Интересни са данните, че материалният успех предсказва субективното благополучие само за хората, които са с доминиращ взаимозависим аз. Ние измервахме материалния успех като удовлетвореност от материалното положение, което по-често е споделено в цялото семейство или домакинство. Поради това, измерването на този тип успех може също да обхваща успеха на другите или подкрепянето на близките хора. Това е вероятно обяснение защо материалният успех има принос към щастието на хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а. Известно е, че парите сами по себе си „не могат да направят човек щастлив“, но когато те означават взаимосвързаност с близките в мрежа на взаимопомощ и подкрепа, вероятно те могат да имат този ефект при хората, които ценят такава свързаност.

Генерална дискусия

Целта на настоящото изследване бе да обогати разбирането за взаимосвързките между независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а и щастието и субективния успех, както и ролята на доминиращото конструиране на аз-а при връзката между успех и щастие.

Независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а се разкриват като отличителни дименсии, подобни на черти, всяка от които има уникални връзки и предиктори.

И двата типа конструиране на аз-а са позитивно свързани с щастието. Въпреки това, връзката с независимото конструиране е по-силна, което е в унисон с теорията и предишните изследвания, показващи, че щастието е по-търсено и по-високо ценено в индивидуалистичните култури и при хората с високо независимо конструиране на аз-а (Markus & Kitayama, 2010; Piña-Watson et al., 2014; E. C. Chang, Chang, & Sanna, 2012; Sheldon & Hoon, 2007; Diener et al. 1995; Klug & Maier, 2014).



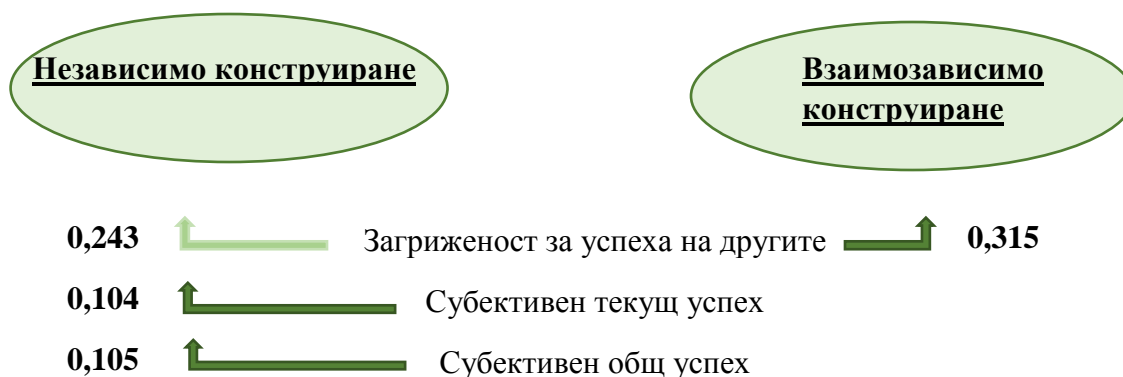
Фиг. 2: Значими корелации между щастието и двата типа конструиране на аз-а

Общо има повече фактори, предсказващи позитивен афект при двете фази на конкретния успех при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а, отколкото при тези с доминиращо независимо конструиране. Тази по-голяма сложност може допълнително да обяснява факта, че хората с доминиращо взаимозависимо конструиране докладват по-малко щастие, отколкото тези с доминиращо независимо конструиране.

Въпреки че разликите в коефициентите на корелация между смисловата ориентация и двата вида конструиране на аз-а е много малка, когато сравняваме размера на тази корелация с другите ориентации, става видно, че смисловата ориентация е по-важна при взаимозависимото конструиране, отколкото при независимото. Главен аспект на тази ориентация е службата в полза на другите или на по-висша цел, обикновено свързана с обществото или човечеството (Peterson et al., 2005), а взаимозависимото конструиране се характеризира с ценене на свързаността с другите, груповата хармония, загрижеността и допринасянето към интересите на другите (Markus & Kitayama, 1991).

Освен това, смисловата ориентация към щастие предсказва субективното благополучие само при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а, макар и Питърсън, Парк и Селигман (Peterson, Park & Seligman, 2005) да докладват, че всяка от ориентациите към щастие предсказва удовлетвореността от живота като цяло. При това, получените от нас данни показват, че ориентацията към включеност е силен предиктор и за двата типа конструиране на аз-а, но хедонистичната ориентация не предсказва субективното благополучие при нито един от двата типа конструиране на аз-а.

Данните от нашето изследване показват, че субективният текущ и общ успех предсказват субективното благополучие без значение от доминиращото конструиране на аз-а, което е в унисон с резултатите от мета-анализ (Klug & Maier, 2014) и определя успешното постигане на целта като важен детерминант на субективното благополучие с дългосрочен позитивен ефект върху него.



Фиг. 3: Значими корелации между успеха и двата типа конструиране на аз-а

Получените от нас данни показват, че този ефект е по-силен при независимото конструиране на аз-а, сравнено с взаимозависимото, което също е в унисон с данните от предишни изследвания. Те индикират, че позитивната връзка между успеха и субективното благополучие е по-силна при индивидуалистичните култури (Klug & Maier, 2014). Няколко причини могат да определят това. Първата е, че системата от цели на хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а не е толкова конгруентна с техния аз, тъй като отразява и това, към което се стремят другите (Markus and Kitayama 1991; Klug & Maier, 2014), което може да възпрепятства и забавя приноса на успеха към субективното

благополучие. Втората е, че при индивидуалистичните култури са на лице тенденции обслужващи личността (Markus & Kitayama, 2010) и идеи, че индивидуалните постижения, личният успех и личното щастие са много важни и желани.

Субективният успех е положително свързан само с независимото конструиране на аз-а, което вероятно означава, че взаимозависимото конструиране не възпрепятства успеха, но независимото конструиране го подпомага. Предишни изследвания и теории показват, че хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а докладват по-висок успех (Markus & Kitayama, 2010), докато тези с доминиращо взаимозависимо са по-малко успешни (Downie et al., 2006).

Материалният успех не е свързан с конструирането на аз-а – наличието на доминиращо независимо или взаимозависимо конструиране на аз-а не е свързано с това дали човек е богат или беден. Въпреки това, той предсказва субективното благополучие при хора, които са с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а. Възможна причина за това е, че материалните обстоятелства са често споделени и общи за цялото семейство или домакинство и поради това конструктът може би обхваща успехите на близките хора или помагането и подкрепянето на значимите други.

Табл. 15: Предиктори на позитивния афект при конкретния успех при взаимозависимо и независимо конструиране на аз-а

	Взаимозависимо конструиране	Независимо конструиране
Предиктори на субективното благополучие	<p>Субективен текущ успех ,613</p> <p>Ориентация чрез включеност ,562</p> <p>Субективен общ успех ,503</p> <p>Смислова ориентация ,279</p> <p>Материален успех ,245</p>	<p>Субективен общ успех ,677</p> <p>Ориентация чрез включеност ,608</p> <p>Субективен текущ успех ,601</p>

Загрижеността за успеха на другите е позитивно свързана с двата типа конструиране на аз-а, което показва неговата универсална важност. Ким и Шарки (Kim & Sharkey, 1995) постулират, че помагането и допринасянето за целите, нуждите и желанията на другите често е необходимо условие за задоволяване на собствените цели, нужди и желания. Въпреки това, връзката на тази загриженост с взаимозависимото конструиране на аз-а е по-

силна. При взаимозависимото конструиране, където вписването и хармонията в групата са ценени до голяма степен, и където значимите други са включени в представата за себе си, има наличие на повече грижа, допринасяне за стремежите и общия успех на приятелите, семейството и другите значими хора (L. Chang et al., 2004; Markus & Kitayama, 1991).

Въпреки това, загрижеността за успеха на другите не предсказва значимо субективното благополучие и при двата типа конструиране на аз-а. Тези резултати са силно изненадващи, тъй като противоречат на множество данни от предишни изследвания, показващи универсалната ѝ важност за щастието (Van Horen et al., 2008; Lyubomirsky, Tkach & Sheldon, 2004, цит. по Lyubomirsky, Sheldon, et al., 2005; Schueller, 2012; Kim & Sharkey, 1995; Trivers, 1971), която е по-силно изразена при независимото конструиране на аз-а (Hunt, 2015; Kim & Sharkey, 1995; L. Chang et al., 2004; Cross et al., 2003; Varnum et al., 2014).

Както е видно от фиг. 4, относително голямо разнообразие от категории на конкретния успех бяха докладвани от участниците.



Фиг. 4: Процентно разпределение на категориите на споделян успех

Съществуват и различия при взаимовръзките между видовете конструиране на аз-а и характеристиките на успешно постигнатия конкретен успех.

Множество характеристики на успешно постигнатата цел допринасят за позитивния афект както по време на процеса на преследване на целта, така и след нейното успешно постигане. Има и значими различия при предикторите в групата на хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а и групата на тези с доминиращо взаимозависимо конструиране. Различия съществуват и между предикторите по време на преследването на целта и след нейното успешно постигане.



Фиг. 5: Характеристики на конкретния скоросен успех, които корелират по-силно и значимо с независимото конструиране на аз-а

Автономните лични причини са позитивно свързани и с двата типа конструиране на аз-а, но корелацията с независимото е по-силна. Като цяло, автономните лични причини

(свързани с реален интерес и наслаждаване на преживяването или с личното вярване, че целта е важна) са налични у хората независимо от тяхното конструиране на аз-а, но връзката е по-силна с независимото конструиране.

Обратно, релационните причини (свързани с правене на нещо важно за близките, с обстоятелствата и с дълга) са също позитивно свързани и с двата типа конструиране на аз-а, но връзката с взаимозависимото конструиране е по-силна.

Автономните лични причини се разкриват като важен универсален предиктор на позитивния афект преди и след постигането на успех и при двата типа конструиране на аз-а. Според теорията на самодетерминирането (Ryan & Deci, 2000; Deci & Ryan, 2000), автономията е една от изначалните психологически нужди и необходимо условие за психологическо благополучие.

Заедно с автономните лични причини, усилията са един от другите универсални предиктори на позитивен афект при субективния конкретен успех. Влагането на повече усилия при преследването на целта води до повече позитивни преживявания при стремежа към успех, както и след неговото постигане, но този ефект е по-силен при независимото конструиране на аз-а. Межкултурно изследване (L. Chang et al., 2004) докладва, че в Изтока има фактори, които възпрепятстват позитивните емоции, свързани с успеха. Когато даден успех е бил постигнат след множество усилия, китайците докладват по-високи нива на съмнение в себе си и повече амбивалентност по отношение ползите от провала, в сравнение с американците. Те са също по-предразположени към това да подценяват способностите си като причина за постигнатия успех, в полза на външни атрибуции.

При независимото конструиране на аз-а очакванията за успешен резултат са по-високи, отколкото при взаимозависимото конструиране, което е в унисон с данните от предишни изследвания, според които конструирането на аз-а може да е свързано с приписване на негативен или позитивен изход от стремежите на човек (E. C. Chang et al., 2012).

Очакването, че ще има повече вътрешни, глобални и стабилни атрибуции (Aldridge & Islam, 2012; L. Chang et al., 2004) при хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а, сравнено при тези с доминиращо взаимозависимо конструиране, се потвърждава само частично от настоящото изследване. Описаните по-горе атрибуции са наистина свързани позитивно с независимото конструиране на аз-а, въпреки че корелациите са много слаби, но

липсват взаимовръзки между атрибуциите и взаимозависимото конструиране. Поради това, не бихме могли да заключим, че хората с високо взаимозависимо конструиране на аз-а имат по-скромни атрибуции. Вместо това, взаимозависимото конструиране на аз-а изглежда не определя атрибуциите при успеха, докато независимото ги определя, но в много малка степен.



Фиг. 6: Характеристики на конкретния скорошен успех, които корелират по-силно и значимо с взаимозависимото конструиране на аз-а

Единствено вътрешните атрибуции бяха идентифицирани като повишаващи нивата на щастие, и то само по време на преследването на целта и само при хората с доминиращо

взаимозависимо конструиране на аз-а. Възможно е, тъй като те са свързани с другите хора в мрежа на взаимопомощ, когато те постигнат нещо изцяло благодарение на себе си това да се случва по-рядко, и поради това да допринася повече за усещането за компетентност, контрол и автономия. Такова усещане, от своя страна, според теорията на самодетерминирането (Ryan & Deci, 2000; Deci & Ryan, 2000), допринася универсално за субективното благополучие.

Независимото конструиране на аз-а не изглежда да е свързано с конфликта между целите, докато повишението на нивата на взаимозависимото конструиране на аз-а се свързва със слабо повишение на нивата на конфликт с другите цели. Конфликтът между целите е идентифициран в предходни изследвания като имащ по-силна позитивна връзка с взаимозависимото конструиране, отколкото с независимото (Downie et al., 2006; Heine & Lehman, 1997, 1999). Конфликтът между целите е негативен предиктор на позитивния афект след постигането на целта при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а. Възможна причина защо конфликтът между целите предсказва по-малко щастие само при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а, би могла бъде че те по-често се сблъскват с такъв конфликт, поради което и са по-чувствителни към неприятните последици и трудностите, свързани с него.

Възприетата социална подкрепа се свързва позитивно и с двата типа конструиране на аз-а, но връзката с взаимозависимото е по-силна. Взаимозависимото конструиране, или възприемането на собствения аз като по-гъвкав и обвързан с другите и контекста, се свързва с възприемане на другите като по-подкрепящи и допринасящи за личния успех, което е наблюдавано и в предишни изследвания (Downie et al., 2006; Heine & Lehman, 1997, 1999).

Социалната подкрепа също предсказва позитивен афект след успешното постигане на целта и за двата типа конструиране на аз-а, като предикцията е по-силна за хората с доминиращо независимо конструиране, сравнено с тези с взаимозависимо. Възможна причина за тези резултати е това, че социалната интегрираност е универсално и жизнено важно условие за психологическото благополучие, но възприетата социална подкрепа играе по-важна роля при независимото конструиране на аз-а, тъй като при него я има по-рядко и поради това не се възприема като даденост. Хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а по-често са в споделена регулаторна система с другите, където те

осигуряват подкрепа и помощ, но и получават такива в замяна. В следствие на хедонистичната адаптация, това не води до позитивен афект в такава голяма степен при тях.

Както и при възприетата социална подкрепа, контактът със значимите други се свързва позитивно и с двата типа конструиране на аз-а, но връзката с взаимозависимото е по-силна. Това е валидно както за контакта със значимите други сам по себе си, така и за контакта с тях, с цел новината за успеха да бъде споделена. Това означава, че хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а не само прекарват повече време общувайки с или в компанията на своите близки, но и също така повече говорят за своите успехи и цели с тях. Вероятно при взаимозависимото конструиране на аз-а е по-важно да се сподели за успеха, отколкото при независимото конструиране.

Данните от нашето изследване не откриват значим ефект на контакта със значимите други за да научат за успеха върху позитивния афект при хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а, но съществува ефект върху позитивния афект след успешно постигане на целта при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране. Тези данни подкрепят теорията на Маркърс и Китаяма (Markus and Kitayama, 1991), която постулира, че системата от цели при хората с взаимозависимо конструиране на аз-а не е толкова конгруентна с техния аз, а отразява стремежите и оценките на значимите други. Поради това е възможно хората с доминиращ взаимозависимо конструиран аз-а да извличат удовлетворение от и да изпитват позитивни емоции след постигането на своя успех в по-голяма степен, след като техните значими други са определили събитието като успех. Хората с доминиращо независимо конструиране на аз-а, от своя страна, извличат удовлетворение от техните лични, самостоятелни успехи, тъй като тяхната система от цели не е зависима от стремежите и оценките на другите и поради това споделянето за успеха с близките не допринася за повишаване на субективното благополучие.

Важността на споделянето на успеха с другите хора и тяхната оценка за него като успех при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а би могла да обясни защо успехът не допринася за щастието при тях толкова силно, колкото при тези с доминиращо независимо конструиране. Това необходимо условие за извличане на позитивни емоции и преживяване на по-голямо субективно благополучие може да възпрепятства и забавя процеса при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а. Ако те извличат удовлетворение от успеха, след като техните близки са го определили

като такъв, е възможно това да води до намаляване на шансовете за преживяване на щастие, тъй като: първо, не е ясно дали значимите други ще признаят успеха изобщо; второ, значимите други могат да имат различни мнения – някои от тях могат да оценят успеха като такъв, докато други не; и не на последно място – дори и значимите други да определят събитието като успех единодушно, тази оценка може да бъде забавена във времето поради определени причини или дори да бъде трудно да се идентифицира кога това се е случило.

Табл. 16: Предиктори на позитивен афект при конкретен успех при взаимозависимо и независимо конструиране на аз-а

	Взаимозависимо конструиране	Независимо конструиране
По време на преследване на целта	<p>Автономни лични причини ,328</p> <p>Усилия ,260</p> <p>Вътрешни атрибуции ,152</p> <p>Очакван резултат ,121</p> <p>Реален контакт със значимите други ,108</p> <p>Включеност на други в целта ,064</p>	<p>Усилия ,385</p> <p>Автономни лични причини ,238</p> <p>Субективен конкретен успех ,139</p> <p>Очакван резултат ,121</p> <p>Автономни релационни причини ,055</p>
След постигането ѝ	<p>Субективен конкретен успех ,264</p> <p>Автономни лични причини ,211</p> <p>Усилия ,163</p> <p>Погълнатост ,112</p> <p>Контакт със значимите други за да научат ,108</p> <p>Времева рамка ,093</p> <p>Социална подкрепа ,076</p> <p>Конфликт между целите -,056</p>	<p>Усилия ,377</p> <p>Автономни лични причини ,175</p> <p>Важност ,168</p> <p>Социална подкрепа ,124</p> <p>Субективен конкретен успех ,122</p>

Поставянето на целта с други хора, вместо самостоятелно, се свързва положително с взаимозависимото конструиране на аз-а и негативно с независимото конструиране. Това означава, че съществува тенденция при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране

на аз-а да позволяват на други хора да участват в поставянето на целта, а тези с доминиращо независимо – да поставят целта си изцяло сами.

Включването на други хора в целта, както и груповата цел, имат положителна взаимовръзка само с взаимозависимото конструиране на аз-а. С други думи, колкото по-висок резултат има човек по взаимозависимо конструиране на аз-а, толкова по-вероятно е той/тя да има групови вместо индивидуални цели и да има други хора, включени в неговата/нейната цел. Включването на други хора в целта предсказва също позитивен афект по време на процеса на преследване на целта единствено за хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а. Причините за това вероятно се припокриват с дискутираните по-горе причини, поради които контактът със значимите други е ползотворен за щастието (Gore, 2013b).

Като цяло, повечето от издигнатите хипотези получиха подкрепа от резултатите, разкривайки, че съществуват различия за успеха и щастието между двата типа конструиране на аз-а. Някои фактори допринасят за щастието само при един от тях, други предсказват щастие и при двата, но предикцията е по-силна само за един тип конструиране на аз-а, докато трети се разкриват като универсално важни. Може да се обобщи, че взаимозависимото конструиране на аз-а се свързва с по-ниски нива на щастие и успех, в сравнение с независимото конструиране на аз-а и като цяло условията за тяхното постигане са по-трудни и неблагоприятни за хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на аз-а.

Ограничения на изследването

За изследването на афекта по време на преследването на целта и след успешното ѝ постигане, ние разчитаме основно на памет и ретроспективен отчет, което може да доведе до изкривявания. Освен това, за целите на настоящото изследване бяха използвани самооценъчни методи. Те се използват успешно в науката и имат важна роля при изследването на субективното благополучие. Въпреки това „има множество причини да бъдем внимателни при интерпретацията на резултати, които разчитат единствено на самооценка” (Ed Diener et al., 2009, с. 88). Причините варират от стилове на отговаряне до социална желателност.

Някои от условията в момента на събиране на данните, например моментното настроение на респондентите или дори метеорологичното време, би могло да окаже влияние върху оценките на удовлетвореността от живота (Schwarz and Clore, 1983, цит. по Ed Diener et al., 2009). Въпреки това, този ефект не е достатъчно голям за да възпрепятства времевата стабилност на конструктите.

Трябва да се отбележи и, че макар данните да са събрани от голям брой участници, извадката не е балансирана по пол, местоживеене и образование, което може да изкривява резултатите.

И накрая, изследването не е експеримент, а е срезово проучване и при все, че имаме възможност да изведем данни за статистически значими ефекти, не можем да изведем със сигурност информация за реални каузални връзки между конструктите.

Приноси на изследването

Много от изследванията в литературата са били проведени със студенти като изследвани лица. Позитив на настоящото изследване е, че е проведено с голяма извадка от възрастни, хетерогенна по възраст и професия и демонстрираща известна вариация при пола, образованието и местоживеенето. Въпреки, че събирането на данни от студенти е ефективно от гледна точка време и ресурси, ние избегнахме тази възможност, тъй като използването на извадка със специфична възраст или образование би могло да изкриви получените резултати. Други изследователи (Klug & Maier, 2014) също споделят мнението, че „студентите се отличават от другите извадки, по отношение на възможността сами да определят или контролират процеса на преследване на цели“ и „изследвания в областта на преследването на целите, проведени с извадки, които не се състоят от студенти, са нужни за да валидизират събраните до момента данни“ (с. 22).

Независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а са конструкти, които са широко изследвани в областта на психологията. Въпреки това, настоящото изследване, е първото върху тези конструкти за България. Поради това, до момента не съществуваха преведени и адаптирани за български условия инструменти за изследване на конструирането на аз-а. Затова проведохме процедури за превод на скалата за независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а (IISS). Тя представи доста задоволителни психометрични характеристики и би могла да бъде използвана за бъдещи изследвания на

независимото и взаимозависимото конструиране на аз-а в България. Освен това, резултатите от настоящото изследване допълнително потвърдиха кроскултурната валидност на скалата в още една страна.

Теоретичният обзор индикира, че субективният успех не е бил широко изследван до момента. По-често обективни показатели като доход, справяне в училище или училищни оценки са били предпочитани. Има множество изследвания върху целите, преследването на цели и тяхното постигане, но субективният успех в живота като цяло е бил изследван много рядко. В настоящото изследване, успешното постигане на целите и субективния успех като цяло бяха едновременно изследвани, заедно с техните взаимовръзки с конструирането на аз-а и щастието, а това е нещо, което не е било правено до момента, поне доколкото е известно на автора.

Освен това, изследванията, които разглеждат ролята на конструирането на аз-а при връзката между конкретни характеристики на целта и щастието, обикновено се фокусират само върху няколко характеристики. В нашето изследване бяха включени повече от двадесет характеристики, а такова голямо разнообразие на характеристики на целите не е изследвано до момента. Ние вярваме, че това е значим принос, тъй като позволява да бъде получена по-ясна и пълна представа за взаимовръзките между постигането на целите и щастието.

Списък на публикациите по темата на дисертационния труд

1. Паунова, Е. (2017). Предиктори на субективното благополучие при доминиращо независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а. *Психологични изследвания* (под печат).
2. Паунова, Е. (2017). Взаимовръзка на успеха и щастието с независимото и взаимозависимо конструиране на аз-а. *Предизвикателства и перспективи пред съвременната психология*. София: Университетско издателство “Св. Климент Охридски” (под печат).
3. Паунова, Е. (2017). Корелати на конструирането на аз-а с характеристиките на конкретен успех. *Предизвикателства и перспективи пред съвременната психология*. София: Университетско издателство “Св. Климент Охридски” (под печат).
4. Зиновиева, И., Паунова, Е. и Ангелова, Л. (2016). Концепции за успех и щастие в различните култури. *Годишник на СУ “Св. Климент Охридски”, Философски факултет, книга психология*, 106, 217–229.
5. Доклад на тема „Ориентации към щастието и взаимоотношения между половете в трудовия контекст“ в Научен семинар Китен 2015, организиран от Катедрата по Обща, генетична и експериментална психология на СУ “Св. Климент Охридски”.
6. Менгов, Г., Зиновиева, И., Паунова, Е. и Караиванова, М. (2015). Перцепции за успех при вземане на икономически решения. *Психологични изследвания* (под печат).

Други публикации

1. Менгов, Г., Зиновиева, И., Караиванова, М. и Паунова, Е. (2015). Нагласи към споделянето на информация във виртуална общност при вземане на икономически решения. *Психологични изследвания* (под печат).
2. Паунова, Е., Зиновиева, И. (2012). Взаимоотношения между мъжете и жените в контекста на организацията. *Българско списание по психология*, 1-2, 102-121.
3. Паунова, Е., Зиновиева, И. (2011). Конструиране на въпросник за диагностика на отношенията между мъжете и жените на работното място. *Годишник на СУ “Св. Климент Охридски”, Философски факултет, книга психология*, 103, 43-66.