

СТАНОВИЩЕ

от доц. д-р Милена Емилова Моцинова-Бръчкова

ВТУ „СВ. СВ. КИРИЛ И МЕТОДИЙ“

ФИЛОСОФСКИ ФАКУЛТЕТ, КАТЕДРА „ПСИХОЛОГИЯ“

относно дисертационен труд

**за получаване на научна степен „доктор на науките“ в професионално
направление: 3.2. ПСИХОЛОГИЯ (Обща психология – Обща и възрастова
психология)**

на Маргарита Ангелова Стефанова-Бакрачева

СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ „СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ“, ФИЛОСОФСКИ

ФАКУЛТЕТ, КАТЕДРА “ОБЩА, ЕКСПЕРИМЕНТАЛНА, РАЗВИТИЙНА И

ЗДРАВНА ПСИХОЛОГИЯ”

**на тема: „ЛИЧНОСТНИ ПРЕДИКТОРИ НА ПРЕЖИВЯВАНТО
БЛАГОПОЛУЧИЕ“**

гр. Велико Търново

2023

1. Данни за дисертанта

Маргарита Ангелова Стефанова – Бакрачева завършва „Социална педагогика“ в Педагогически факултет на СУ „Св. Кл. Охридски“ през 1999 г. През 2003 г. става Доктор по Психология (Обща психология) към Институт по психология, БАН, София.

През 2004 г. е назначена като асистент към Секция „Психология на личността и методология на психологичното измерване“, Департамент по психология, Институт за изследване на населението и човека, БАН.

В периода 2011- 2017 е доцент по психология (Обща психология) към Секция „Психология на личността и методология на психологичното измерване“, Департамент по психология, Институт за изследване на населението и човека, БАН.

От 2018 г. е доцент по психология (Педагогическа психология) в СУ „Св. Кл. Охридски.

Понастоящем е щатен преподавател, професор в СУ „Св. Кл. Охридски“, ФНОИ. Води курсове по обща психология, възрастова психология, психология на развитието, педагогическа психология, кризисна психологическа интервенция, личностна и консултативна психология, организационна психология, развитие на емоционалната интелигентност, конфликтни ситуации и групова динамика.

В периода 2014-2021 г. е била хоноруван преподавател и гост-преподавател във Военна академия „Г.С. Раковски“, София. От 2017 г. и понастоящем е хоноруван преподавател към Пловдивски университет „Паисий Хилендарски“. От 2019 г. и понастоящем е хоноруван преподавател в Художествена академия, София.

Има завършени обучения по хипноза и хипнотерапия (2003), Обучения в системен подход с техники на психодрама и арт терапия (2015-2019)м обучения за използване на Тематичен аперцептивен тест (ТАТ) и на теста на Роршарх (2022); обучения за Медиация, Бизнес медиация (2022- 2023).

Член на Дружество на Българската асоциация за тренинг и развитие БАТР от 2017 г. Член на Дружество на психолозите в България (ДПБ) от 2006 г. Член на Съюза на учените в България от 2005 г.

Чла.ен на множество редакционни колегии. Външен експерт по програма Еразъм+ Консолидатор по програма ERA NET + . Председател на временна комисия по ОН към ФНИ 2017 г. - понастоящем Член на временни комисия по ОН към ФНИ Оценител на проекти към ФНИ. Има участие в множество проекти като експерт и научен ръководител.

2. Данни за докторантурата

Съгласно представената от Маргарита Ангелова Стефанова – Бакрачева справка нейната научна продукция покрива минималните национални изисквания за научна степен „доктор на науките“ за научна област 3. Обществени, стопански и правни науки, професионално направление 3.2. Психология.

На база на получения Доклад за сходство на текста на дисертационният труд в система за превенция срещу плагиатство и Становище от проф. дпсн Соня Методиева Карабельова от 14.06.2023 г. откритите сходства в дисертационния труд са регламентирани и не носят признаци на плагиатство.

С решение на Факултетния съвет на ФФ от 04.07.2023 г. трудът е допуснат до публична защита за присъждане на научната степен „доктор на науките“.

3. Данни за дисертацията

Представената за рецензиране разработка е в обем от 309 страници и е структурирана в увод, три глави, заключение, литература и приложения. Данните са онагледени посредством 160 таблици и 135 фигури. Използваната литература включва 452 източника, от които 29 на български език и 423 на английски език.

В увода авторката мотивира актуалността на проблематиката и обосновава необходимостта от изследване на поведенията, които допринасят за поддържане на преживяваното благополучие, като се има предвид „общия фон на несигурност и непредвидимост, която засяга екзистенциални въпроси, свързани с оцеляването, финансовото справяне и правене на избори и живот с компрометирана възможност за личен контрол, продължава повече от три години и не оставя никого незасегнат“.

Общата цел на изследването е извеждане на цялостна рамка и модел на благополучието и практически посоки за превантивна подкрепа в процеса на поддържане на оптимално ниво на личностно функциониране. Изследването търси отговори относно комплексните връзки и взаимодействия между стабилните предиспозиции и факторите на средата, които винаги в съвкупност определят начина на приспособяване и себерегулация на личността.

Основни въпроси, които изследователката си поставя са: очертаване на спецификата на преживявано благополучие и компонентите му в условията на стабилност и криза; определяне мястото на личностните черти в преживяваното благополучие; изследване на начина, по който личностните черти определят копинг ресурсите и копинг потенциала.

Авторката поставя въпросите личностните черти или личностните диспозиции в по-висока степен прогнозира благополучието и какво е взаимодействието между личностните черти и личностните диспозиции в определяне на преживяваното благополучие и компонентите му.

Изследването разглежда поведенията, които могат да допринесат за по-безболезнено адаптиране към живот в условията на криза и възможностите чрез различни дейности да се стимулират себерегулацията и себереализацията.

Теоретичният обзор по темата е представен в **Глава първа, озаглавена „Теоретични подходи към изучаване на благополучието, личностните черти и личностните диспозиции“**. Главата съдържа четири параграфа.

В първи параграф **„Интегративен подход към измерване на благополучието“** са очертани изследователските подходи в изучаване на благополучието (субективно благополучие, психологическо благополучие, социално благополучие) и интегративният концепт процъфтяване. Открити са допирните им точки и специфичните и съвместно обясняващите ги фактори. Обобщени са изследванията в перспективата на субективното благополучие (удовлетвореност от живота, позитивен и негативен афект (афективен) от перспективата на хедонизма – стремежът към удоволствие и избягване на болката (Diener, 1984, 2000 и др.). Включени са изследвания на психологическото благополучие, основано на евдемонията (автономност, връзки с другите, себеприемане, овладяване на средата, жизнена цел и личностно развитие) (Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995), социалното благополучие (Keyes, 1998; Keyes et al., 2004) и процъфтяването (Seligman, 2011) и множество изследвания на субективно възприеманото щастие (Veenhoven, 1984, 2017 и др.). Маркирана е и една от новите посоки на изследване – на страха от щастие като индивидуална и културна променлива (Joshanloo, 2013). Обобщени са изследванията на връзките на благополучието с личностните и индивидуалните характеристики, в които са описани подходите към изучаване на благополучието и интегрира изследванията в тази посока.

Вторият параграф **„Модели на личностните черти“** е посветен на модела на големите пет личностни черти и кибернетичната теория за личността във връзка с благополучието.

Третият параграф **„Личностни диспозиции, връзка с благополучието и личностните черти“** обхваща личностните диспозиции себеоценка, майндфулнес, копинг и копинг потенциал, смисъл на живота, заучена безпомощност, самосаботиране, връщане към минали грешки и планиране и проследява връзките им с и благополучието.

Последният, четвърти параграф „**Повишаване на личния ресурс за ефективна себерегулация чрез учене**“, систематизира възможностите за постигане на ефективна личностна промяна чрез учене и интервенции. Представен е разработен и апробиран тренинг за повишаване на личностната себерегулация, чиято основа е моделът на процъфтяване на Селигман (PERMA, Seligman, 2011) и теорията за очакванията (Smith & Kirby, 2009, 2011). Общата концепция в разработването на тренинговите сесии в посока повишаване на рефлексията и себerefлексията с използване на експресивни (арт) техники и фототерапия (Steger et al., 2014) за работа в защитена доверителна среда. Повтарянето през времеви интервали има за цел да създаде готовност, която да се превърне в своеобразна нагласа, аналогична на личностна диспозиция в линията разпознаване – осмисляне – нов начин на преживяване и оценяване като контрапункт на автоматичните мисли и склонността към себезащитно поведение.

Авторката показва много добри теоретични познания по проблема и умения за работа с литературни източници.

В Глава втора „**Дизайн на емпиричното изследване**“ са представени обект, предмет, цел, задачи и хипотези на проведеното изследване.

Като **обект на изследване** са определени факторите, които директно и индиректно определят преживяването благополучие.

Предмет на изследването са личностните черти и личностните диспозиции като себерегулативни предиктори на оптимално функциониране и благополучието.

Целта на изследването е проучване на директния, опосредствания и опосредстващия ефект на личностните черти и личностните диспозиции върху благополучието и компонентите му и възможностите за повишаване на личните ресурси за постигане на оптимална себерегулация.

Описани са **5 задачи на изследването**, а именно:

1. проучване на връзката на личностните черти с благополучието и компонентите му и с личностните диспозиции
2. Проучване на връзката на личностните диспозиции с благополучието и компонентите му
3. Проучване на директния, опосредствания и опосредстващия ефект на личностните черти и личностните диспозиции върху благополучието и компонентите му.
4. Отчитане на ефекта на индивидуалните променливи (пол, възраст, семейно положение, заетост, субективна оценка за доходите) върху благополучието и компонентите му

5. Отчитане на ефекта и устойчивостта на тренинг за повишаване на личностните ресурси за ефективна себерегулация.

На основата на представени резултати от изследвания авторката формулира няколко основни очаквания: личностните черти да предиктират благополучието и компонентите му, както и личностните диспозиции в ниска до умерена степен; личностните диспозиции да предиктират благополучието и компонентите му по специфичен начин и в по-висока степен в сравнение с личностните черти; личностните черти и личностните диспозиции да имат директен, опосредстван и опосредстващ ефект върху благополучието и компонентите му; индивидуалните променливи да имат частичен самостоятелен ефект върху благополучието и компонентите му; тренингът за повишаване на личния потенциал за себерегулация да има частичен, но устойчив резултат.

За реализиране на задачи 1-4 са използвани 14 непрекъснати променливи, като част от тях съдържат подпроменливи, с които общият брой на заложените в изследването променливи е 31. В допълнение са включени 5 индивидуални променливи: пол, възраст, семейно положение, заетост и субективна оценка на доходите.

Изследването за реализиране на задачи 1-4 е проведено в периода януари 2021 г. – декември 2022 г. и включва отговорите на 455 респонденти (табл. 1). Данните са обработени със статистическия софтуер IBM SPSS Statistics 25 и Process 3.2 за модераторния и медиаторния анализи, като са приложени дескриптивна статистика, методи за проверка на надеждност чрез алфа на Кронбах и айтем анализ, факторен анализ по метода на главните компоненти с ротация, дескриптивен анализ, тест на Колмогоров-Смирнов, дисперсионен анализ, Т-тест, сравнение на цифтови извадки, корелационен анализ, регресионен анализ, многофакторен линеен регресионен анализ, многофакторен йерархичен регресионен анализ с контролирани променливи, модераторен и медиаторен анализ.

За изпълнение на задача 5 са формирани контролна група и експериментална група. Пилотирането на тренинговата програма за изпълнение на задача 5 и изследването към нея е реализирано в периода април 2022 г. – декември 2022 г. Сесиите на тренинга са 10, реализирани в период от 3 месеца. Резултатите са сравнени вътре в експерименталната група и между експерименталната и контролната група в три момента – преди и след провеждане на тренинга и 6 месеца след провеждане на тренинга.

Използваните инструменти са: Скала за измерване на Големите Пет – съкратена версия (Big Five Inventory (BFI-2)); Скала за себеоценка (Rosenberg's Self-Esteem Scale);

Скала за смисъл на живота (Meaning in Life Questionnaire (MLQ)); Скала за планиране (създадена за целите на изследването); Скала за когнитивно-емоционален майндфулнес (Cognitive and Affective Mindfulness Scale – Revised (CAMS-R)); Скала за заучена безпомощност (Learned Helplessness Scale (LHS)); Скала за самосаботиране (Self-Handicapping Scale); Скали за проактивен и превантивен копинг от Въпросника за проактивен копинг (The Proactive Coping Inventory (PCI): A Multidimensional Research Instrument); Скали за акомодативния копинг потенциал и за проблемно ориентирания копинг потенциал; Скала за връщане към минали грешки (предъвкване) (The Mistake Rumination Scale); Скала за процъфтяване (Flourishing Scale); Скала за психологическо благополучие (Psychological Wellbeing Scale); Скала за удовлетвореност от живота (Life Satisfaction Scale); Скала за позитивен и негативен афект (SPANE-N).

Глава трета „**Анализ и интерпретация на резултатите от емпиричното изследване**“ съдържа шест параграфа.

Първи параграф представя структурната организация на използваните скали.

Във втори параграф са описани взаимовръзките между личностните черти, личностните диспозиции и благополучието.

Трети параграф включва моделите на предиктори на благополучието с последователно представяне на личностните черти, предиктори на благополучието със самостоятелен ефект, личностните черти, предиктори на личностните диспозиции със самостоятелен ефект, личностните диспозиции, предиктори на благополучието със самостоятелен ефект и директните и индиректните предиктори на благополучието в общите модели с включени всички личностни характеристики с отразени медиирани и модерирани връзки.

Четвъртият параграф обобщава влиянието на индивидуалните променливи субективно възприемане на доходите, заниманието, пола, възрастта и семейното положение върху благополучието и компонентите му.

В параграф пети са описани резултатите за устойчивостта на проведения тренинг за повишаване на личните ресурси за ефективна себерегулация с трайно отчетен положителен ефект върху смисъла на живота и след шест месеца.

В шести параграф са направени обобщение и анализ на резултатите от емпиричното изследване. Изведени са връзките на личностните черти, личностните диспозиции и благополучието.

Връзките на личностните черти с благополучието са разгледани йерархично на ниво фасети, глобални черти и мета-черти. Съгласно очакваното, в това изследване личностните черти са свързани с благополучието и компонентите му по специфичен начин, като връзките са основно слаби до умерени, което, както посочва авторката кореспондира с повечето публикувани данни.

Представени са: Модели на обяснение на процъфтяването; Модели на обяснение на удовлетвореността от живота; Модели на обяснение на щастието; Модели на обяснение на позитивния афект; Модели на обяснение на негативния афект.

Представен е обобщен модел на предикторите на психологическото благополучие.

Разгледани са промени, свързани с възрастовото развитие и жизнени събития; промени в резултат на преживяна криза; промяна в личностните черти и диспозиции в резултат на интервенции.

Описан е динамичен модел на благополучието.

В заключителната част авторката отбелязва, че като цяло предварителните очаквания се потвърждават. Личностните черти и личностните диспозиции определят директно и косвено равнището на преживявано благополучие. Личностните черти имат слаби и умерени предиктивни ефекти, като същевременно опосредстват връзките на личностните диспозиции с благополучието. Личностните диспозиции в по-висока степен от личностните черти, прогнозираят преживяваното благополучие. Смисълът на живота се очертава като най-силен предиктор със самостоятелно значение, за който не се отбелязват опосредствани връзки с благополучието.

Като фокус за бъдещи изследвания авторката очертава разширяване на отчетените ефекти на съзнателността, пластичността и стабилността, които при високи стойности на отделни фактори – в това изследване майндфулнес, проблемно ориентиран копинг потенциал и себеоценка – имат препятстващ ефект върху стойностите на благополучието.

По отношение на опосредстващия ефект на чертите – балансът между пластичност и стабилност, които – както и отделни черти като откритост към опит или силно разфокусират, или силно придържат към направените избори и това оказва ефект върху

благополучието и компонентите му, за които е основен балансът. Потвърдено е и значимото място на невротизма, който изцяло модерира връзката на майндфулнес с щастието. Специален интерес за бъдещо изследване е възможността за групиране в линията пластичност и стабилност на изследване на личностните диспозиции и поведения, насочени към стимулиране на нагласата към гъвкавост и намиране на сигурност в стабилността.

Прави впечатление умението на докторанта планирано и организирано да провежда научно изследване; задълбочено да анализира и интерпретира получените резултати.

Изготвеният автореферат коректно отразява съдържанието на дисертационния труд.

Авторката има осемнадесет публикации, свързани с темата на дисертационния труд.

4. Научно-приложни приноси на дисертационния труд

Приемам формулираните от авторката научно-приложни приноси, а именно:

1. Приложен е холистичен подход към изучаване на благополучието и компонентите му с отчитане на комплексните фактори и взаимодействия на личностните черти, личностните диспозиции, индивидуалните променливи и средата. На тази база е изведен динамичен модел за измерване и поддържане на благополучието с изследователска и приложна значимост.

2. Анализирани са влиянието на средата от гледна точка на универсалните и личностно обусловените реакции и възприеманата перспектива. Акцент е преживяването на кризата и определящото значение на прогнозируемия изход и очаквания, които определят адаптационните избори и себерегулацията. Обобщени са резултати за мястото на личностните черти в стабилни и нестабилни условия.

3. Представен е евристичният потенциал на кибернетичната теория и е обоснована позицията, че йерархичността на категориите дава различни възможности за профилиране и прогнозиране в зависимост от поставените цели.

4. Концептуализирана е възможността за прилагане на агрегираните категории пластичност и стабилност, които определят оптималната себерегулация и към

личностните диспозиции и е застъпена линията за операционализиране на инструменти за целите на измерване.

5. Представени са възможностите за повишаване на преживяваното благополучие като част от процеса на учене и превенция на психичното здраве и са очертани посоки за разширяване на работата в перспективата на усвояване на ефективни модели за личностно функциониране в линията на позитивната психология. Стимулирането на вътрешните ресурси и капацитет за ефективна себерегулация се разглежда като важен ресурс за дългосрочното оптимално функциониране в условията на продължаваща криза и бъдещи кризи.

5. Заключение

Дисертационната разработка е посветена на актуален проблем. Авторката показва отлична теоретична подготовка и умения за организиране и провеждане на научно изследване. Получените данни са основа за извеждане на аргументирани анализи и изводи, които имат несъмнени приноси както в теоретичен, така и в практико-приложен план.

На основата на тези заключения давам своята положителен вот и предлагам на уважаемите членове на научното жури да присъдят на Маргарита Ангелова Стефанова-Бакрачева научна степен „доктор на науките“ в професионално направление: 3.2. ПСИХОЛОГИЯ (Обща психология – Обща и възрастова психология).

17.10.2023г.

гр. В. Търново

Подпис:

(доц. д-р Милена Моцинова-Бръчкова)