

**ПЛОВДИВСКИ УНИВЕРСИТЕТ „ПАИСИЙ
ХИЛЕНДАРСКИ“
ПЕДАГОГИЧЕСКИ ФАКУЛТЕТ
Катедра „Психология“**

Вера Илиева Тодорова

**Житейски цели, емпатия, нарцисизъм и
благополучие в юношеска възраст**

Автореферат

**на дисертационен труд за присъждане
на образователна и научна степен „доктор“**

**Област на висше образование: 3. Социални, стопански и правни
науки**

Професионално направление: 3.2. Психология

Докторска програма: „Педагогическа и възрастова психология“

Научен ръководител: доц. д-р Светлана Николова Сарийска

Пловдив, 2023

Дисертационният труд е обсъден и насочен за защита на заседание на катедра „Психология“ към Педагогически факултет на ПУ „Паисий Хилендарски“, проведено на 20.02.2023 г.. Защитата на дисертационния труд ще се състои на открито заседание, което ще се проведе на 29.05.2023 г. от 11:00 часа в заседателна зала на Нова сграда на ПУ „Паисий Хилендарски“ пред научно жури в състав: доц. д-р Светлана Николова, доц. д-р Кирилка Тагарева, проф. д-р Емилия Борисова Алексиев, доц. д-р Дончо Стоянов Донеv, доц. д-р Стоил Мавродиев.

Дисертационният труд се състои от 135 страници, от които 107 страници основен текст, 15 страници библиография (включваща общо 217 източника, в това число 21 на кирилица и 196 на латиница), 13 страници приложения. Структурата на дисертацията включва: увод, три глави, изводи и заключение, приложения. В рамките на изложението са включени 49 таблици, 1 фигура.

Материалите по защитата са на разположение в библиотеката на ПУ „Паисий Хилендарски“.

УВОД

Концептуализирането на психичното благополучие в контекста на идеите на Риф, Дайнър, Селингман, както и свързаните с тях анализи показват, че благополучието оказва влияние върху оптималното функциониране, здравословното състояние, креативността, продуктивността, успеваемостта и зависи от различни персонални и контекстуални социално-културни фактори. Имено тези влияния са конкретизирани в дисертацията чрез три конструкта – житейски цели, емпатия, нарцисизъм. Избраните конструкти отразяват измененията в света, в които живеят юношите – свят с динамични промени в ценностните ориентации и мащабно навлизане на технологии, социални медии, изкуствен интелект във всички аспекти на живота. Анализът се прави в контекста в теорията на Деси и Райн, Касър, Стаматов, Айзенберг и др. За целта на изследването за използвани четири инструмента, данните са анализирани и съответните изводи са представени.

Предвид изложения анализ на литературни източници, изследвания и теоретични съждения се формира и необходимостта от допълнително изследване, което да разгледа нивата на благополучие в юношеска възраст и да се изследва как те се влияят от нивата на емпатия, материалистична ориентация (външни житейски цели) и нарцисизъм (като черта на характера) в контекста на непрекъснатите промени и скоростното развитие на технологиите и в рамките на социокултурния контекст в България.

Отчитайки тези отношения, замисълът на настоящето изследване е да проследи отношенията между емпатията, нарцисизма, преследваните цели и благополучието.

Самият замисъл очертава и структурата на изследването.

Първа глава е посветена на теоретичния анализ на изследваните конструкти – благополучие, емпатия, нарцисизъм и житейски цели в контекста на съществуващите изследвания.

Втора глава представя дизайн на емпиричното изследване – целите, задачите, хипотезите на изследването, анализа на резултатите, дискусиите и изводите. Също така са представени и основните инструменти на изследването. Самите инструменти са релевантни на

замисъла и съответстват на начините, по които са концептуализирани изследваните конструкти.

Трета глава е посветена на анализа на резултатите и дискусиите, както и на изводите. В тази глава са представени подробно и статистическите анализи.

ПЪРВА ГЛАВА

ТЕОРЕТИЧЕН АНАЛИЗ НА ОСНОВНИТЕ КОНСТРУКТИ

1.1 Благополучието

1.1.1 Същност и значение на благополучието

Цялостното представяне на същността и значението на благополучието изискват проследяване на основните фундаментални теории, върху които е изградено понятието благополучие и съвременните тенденции, стремежи на учените, за представяне на един по-сложен и многоизмерен конструкт.

1.1.2 Субективно благополучие

Една от най-широко познатите концептуализации на благополучието е субективното благополучие. Той се базира на хедонистичния подход – преживяването на удоволствие и избягване на болка (Kahneman, 1999). В книгата си „Психично благополучие в юношеска възраст“ проф. Калчев (2014) използва определение на Diener и колеги (Diener, Scollon, & Lucas, 2003), според което субективното благополучие включва феномени като емоционални реакции, удовлетвореност от живота и общи разсъждения за личната оценка за живота като цяло, до каква степен са съгласни с идеята, че животът им протича добре. Важно при разглеждането на субективното благополучие е да се вземе предвид, че оценката се извършва единствено и само на база на лично впечатление, не на външна оценка или обективни фактори; то включва положителни аспекти и предлага начин за измерването им. Измерването на субективно благополучие включва разглеждането на различни аспекти от живота (Калчев, П., 2014, стр. 17).

1.1.3 Психично благополучие

Основните на идеите за психично благополучие също могат да бъдат открити в идеите на Аристотел, но с разширената идея, според

която благополучието е не само постигане на щастие, а и живот спрямо автентичността на личността и реализацията на потенциала ѝ (Калчев, П., 2014, стр. 21). В рамките на психичното благополучие се включват важни страни от положителното психично функциониране, познати от работата на А. Маслоу, К. Юнг, К. Роджерс, Е. Ериксън и др. (Калчев, П., 2014). В последните десетилетия засилен интерес към позитивното функциониране се забелязва в работа на учени като Дъкуърт, Селигман, Според Карол Риф, основни компоненти на психичното благополучие, най-силно повлияващи върху благополучието, са „приемане на себе си (положителната оценка на себе си, включително и на миналото), положителни отношения с другите (качество на междуличностните връзки), автономия (чувство за самодетерминация и независимо мнение), овладяване на средата (способност за ефективно управление на собствения живот и справяне със средата), цел в живота (убеждението, че животът има посока и смисъл) и личностен растеж (чувство за непрестанно личностно развитие)“ (Калчев, П., 2014).

В рамките на евиденционния подход се разглежда и теорията за самодетерминация на Райан и Деси, според която удовлетворяването на три основни базисни потребности – автономия, компетентност и свързаност с другите – води до оптимално функциониране, интернализирана и автентична мотивация, саморегулация и благополучие (Калчев, П., 2014). В рамките на настоящето изследване теорията за самодетерминация е разгледана по-подробно в следващата подточка на разработката с акцент върху нагласите и житейски цели – вътрешни и външни.

1.1.4 Проучвания и теории за благополучието в позитивната психология

PERMA моделът Селигман описва благополучието като абстрактно понятие, което има няколко измерими елемента – всеки, от които е реално явление, допринасящо за операционализиращо благополучие. Селигман (Селигман, 2017) се спира на пет елемента (положителни емоции, ангажираност, положителни взаимоотношения, смисъл, постижения) към които хората се стремят поради вътрешна мотивация и които допринасят за благополучието. Стремещт към тези елементи е заради самите тях и се определят и измерват независимо един от друг. Всеки един от избраните елементи отговарят на три важни

критерия: допринасят за благополучието, самостоятелна цел, а не просто средство за постигане на някой от другите елементи, има ясно определение и се измерва независимо от другите (самостойност).

1.1.5 Категоризация на теориите за благополучие

Теориите за благополучието могат да бъдат групирани и в следните три основни групи:

1. Теории, свързани с потребности и удовлетворяване на цели.
2. Теории за процеса – свързват постигането на благополучие със стремежа за постигане на ценена цел (стандарт).
3. Теории базирани на генетична и личностна предразположеност:

1.1.6 Съотношение на психично и субективно благополучие

Изследване на Уотърман показва осреднени стойности на корелацията в стойности от 0,74 и 0,82. Според него вероятна причина за подобна връзка са дейности, свързани с изразяване на себе си и носещи удоволствие (Калчев, П., 2014). През 2008 година в България е проведено изследване на връзката между субективно и психично благополучие. Резултатите показват умерена корелация от 0,46 (Силгиджиян, Карабельова, & Занкова, 2007). Подробен анализ на откритията в различните изследвания показва, че двата подхода са по-скоро допълващи се и биха могли да бъдат използвани като взаимнозаменяеми.

1.2 Емпатията като психологически и социален феномен

1.2.1 Същност и значение на емпатията

Емпатията може да бъде разгледана като емоционална система както на автоматични реакции, включващи емоционално-свързани процеси, така и резониране на преживяванията на другите и когнитивни процеси на обсъждане, съзнателен контрол (Davis M. , 1983), (Decerty & Jackson, 2004), (Eisenberg & Fabes, 1990), (Hoffman, 2000). Емпатията е „реакция на чуждите чувства“, „емоционален отговор, отразяващ чуждата емоция“ (Стаматов, Р., 2014, стр. 321). Емпатията е термин, който описва множество начини, по които хората реагират един на друг, включително споделяне, мислене за и грижа за чувствата на другите. Тези части са познати в най-общия случай с когнитивна емпатия, личен дистрес и емпатийна загриженост. Емпатията е отчасти генетично

предопределена: множество изследвания подкрепят концепцията, че индивидуалните различия в емпатията отчасти са генетично обусловени и наследени (Knafo & Uzefosky, 2013), (Israel, 2015).

1.1.2. Съвременни дискусии за значението на емпатията

Значимостта на емпатията е свързана с необходимостта да се предвиждат и управляват по-добре социалните процеси, свързани с алтруизма, морала и агресията. В социалното поведение теорията за емпатийно основаващия се алтруизъм предполага, че различията в степента на емпатия към определен момент и ситуация водят до поведение на жестокост или алтруизъм.

Джеси Принс (2011), а по-късно Пол Блум (2016) алармират за приписването само на положителни аспекти на емпатията, което също повдига въпроси за мислене за межкултурна компетентност. Както е описано в съответните им книги, има „тъмна страна“ на емпатията. Блум (2016) твърди, че тъй като емпатията има тесен фокус, специфичност и изчерпаемост, хората съчувстват на някого, който привлича вниманието в споделено пространство на преживяване. Следователно хората са склонни да съпреживяват чувствата на близките си хора и да ги поставят над страданието на цели групи от хора, които са далеч от тяхното поле на опит. Но този тип пристрастна ориентация не е най-лошата страна на емпатията. Емпатията може да се използва за манипулации и садистични действия или дори за най-злите манипулации. Съобщава се, че серийните убийци са добри разбирачи на мисленето и чувствата на своите жертви. Трябва да се посочи и да се концептуализира, че емпатията може потенциално да има отрицателни последици, когато става дума за ситуации с межкултурни взаимодействия с неравномерно разпределение на властта между двама събеседници .

Карла Джойсън (Joinson, 1992) дава определение на състояние, която тя нарича „умора от състрадание“ – когато човек, изпитващ емпатия, става свидетел на травмата на другия в продължителен период от време. Идеята, че при грижещите се професии може да се достигне до изтощение по отношение на проявата на грижа и състрадание към другите, е добре документирана, както и вредните ефекти, свързани с умората от състрадание. Същата тенденция се забелязва сред родители.

1.3 Нарцисизъм

1.3.1 Нарцисизмът като личностна черта на характера: модели и развитие

Засиленото развитие на информационните технологии и интернет и социалните медии през последните години увеличиха интереса към изследване на ефекта от навлизането им във всички сфери на живота. Една от темите, често свързвани с тези промени, е навлизането и приемането на нарцисизма във всички области на живота. Огромното количество емпирични изследвания, натрупани през последните сто години, показват много различия в консенсусно приета дефиниция на конструкта, неговите етиологични фактори и концептуалните граници, които все още не са установени, но чертите, свързани с нарцисизма, са сравнително добре съгласувани.

При изследване на нарцисизма като черта учените разширяват познатите модели и се фокусират повече на модели, които обясняват как функционира личността – изучаване на личността в рамките на номологична мрежа – навигационна система, в която различните черти в личността се свързват. При изучаване на нарцисизма се разглежда връзката между нарцисизма и ниската самооценка или нивата на тревожност. Според този модел нарцисизмът е стабилна черта, която съществува в рамките на мрежата на всички други черти на характера.

Представянето на по-устойчив и реален модел на нарцисизма като черта е резултат от множество проучвания и сътрудничество в областта. Според този модел основната структура на нарцисизма се представя чрез свързването му с общи личностни черти. В рамките на този модел „ядрото“ на нарцисизма е обозначено като антагонизъм (или егоцентричен антагонизъм) и неговите компоненти, които разграничават различните презентации на нарцисизма, се идентифицират като агентна екстраверсия и нарцистичен невротизъм. Според него (Фиг. 1), при грандиозния нарцисизъм се забелязва увереност, смелост и висока самооценка, докато при уязвимия нарцисизъм виждате ниска увереност, тревожност и ниска самооценка (Jauk & Kanske, 2021).

1.3.2 Обществен нарцисизъм

В рамките на изследване на нарцисизма учените откриват проява на нарцисизъм дори и в действия, които обикновено се разпознават като

приятелство, филантропство и даряване, за нарцисистите те предлагат възможност за повдигане на самооценка, статут или печалба от това, че вършат добри дела. Това е Обществения нарцисизъм – идеята, че хората могат да бъдат егоцентрични относно обществени характеристики, да мислят за себе си като най-добрия приятел или най-добрия доброволец (Gebauer, Sedikides, Verplanken, & Maio, 2012).

1.4 Житейски цели

1.4.1 Същност и значение на житейските цели

Теорията за самоопределението/самодитерминацията (ТЗС) на Райан и Деси представя логическата рамка за активния, ориентиран към растеж, човек и за социалния контекст, който подкрепя или подкопава усилията на този човек да усвоява и интегрира опита си. Райан и Деси въвеждат идеята за основни психологически потребности, удовлетворяването на които води до преживяване на автентично преживяване на благополучие. Основните потребности включват компетентност, автономност и свързаност. Те служат за определение на контекстуалните фактори, които подкрепят мотивацията, представянето и благополучието (Ryan, R; Deci, E, 2002).

1.4.2 Житейските цели в контекста на материалистичната ориентация (МО)

При проследяване на историята на човечеството хората винаги са имали влечение към материалните предмети, а социалната среда подкрепя тези ориентации. Теорията на Дейвид Бъс – базирана на еволюцията, твърди, че стремежът към това човек да бъде възприеман като богат, атрактивен и с висок статут може би е генетично заложено, тъй като в миналото тези характеристики са гарантирали оцеляване (Buss, 1994). Поведенческите психолози – Скинър (Скинър, 2017/1972) и Бандура (1977) твърдят, че успешното задържане на наградите е мотивация за всички поведения и фундаменталната основа на способността на човек да се адаптира в обществото. В рамките на теорията за Материалистична ориентация, Тим Касър (2002) подчертава, че фокусиране върху материалистични ценности отклонява от благополучието и щастието, признавайки, че определени нива на материалистична насоченост са необходими за покриване на основни физически нужди за оцеляване.

1.5 Закономерности и взаимовръзки между емпатията, нарцисизма, житейските цели и благополучието

Проучванията показват, че високи нива на нарцисизъм (и с характерно ниски нива на емпатия) са податливи на повишена агресия, след като се почувстват застрашени от обида или отхвърляне (Grynbeg & Konrath, 2016) (Bushman, B P; Baumeister, R F., 1998) (Konrath, S; Bushman, BJ; Campbell, W K, 2006) (Twenge & Campbell, 2003).

Крайно ниски нива на емпатия са ясен знак на риск за психичното здраве дори и през значително широки усложнения. Например един от критериите за диагностика на нарцисични личностни разстройства е липсата на емпатия (APA, 2000).

Проучванията, разглеждащи нивата на емпатия при студенти в една и съща възраст, през 30-годишен период от време (1979–2009) се открива значителна промяна в емпатията и свързаните с нея черти. През годините се показва, че:

При емпатийна загриженост и приемане на перспектива – подскали в Инструмент на Дейвис (Davis, M. / Калчев, П., 1983/2010) се забелязва значително намаляване на двете под-скали (Konrath, O'Brien, & Hsing, 2011).

Резултатите при използване на ВЪПРОСНИК ЗА НАРЦИСТИЧНА ЛИЧНОСТ показват високи нива на фокус върху себе си с комбинация от ниски нива на емпатия; Тази тенденция се засилва прогресивно за изследвания 30-годишен период (Twenge, Jean & Konrath, Sara & Foster, Joshua & Campbell, W. Keith & Bushman, Brad, 2008).

ВТОРА ГЛАВА

МЕТОДИЧЕСКИ ОСНОВИ НА ЕМПИРИЧНОТО ИЗСЛЕДВАНЕ

В представения литературен обзор са очертани теоретични предпоставки за наличие на обвързаност между представените величини. Изследването на комплексното взаимодействие, евентуалната зависимост между психичното благополучие, емпатията, нарцисизма и житейските цели изисква използването на различни инструменти и задълбочен количествен и качествен анализ на данните. Изборът на инструменти е съгласуван с наличните валидирани и

адаптирани въпросници, използвани за измерване на конструктите, както и с възможността за научен принос в областта. От подобно проучване би могло да се изведе теоретично-приложен модел за прогнозиране на благополучие при юношите, базирано на нивата на изследваните конструкти.

2.1. Цел и задачи на емпиричното изследване

Целта на емпиричното изследване в настоящия дисертационен труд е да се разкрийт нивата на емпатия, житейски нагласи („външни цели“), нарцисизъм и психично благополучие при респонденти в юношеска възраст и взаимовръзките между тези конструкти.

Във връзка с формулираната цел са изведени следните **основни задачи**:

- 1) Да се извърши теоретичен анализ за изясняване на обхвата на психично благополучие, емпатия, житейски цели и нарцисизъм;
- 2) Да се проучат теоретичните данни за наличие на закономерности между психичното благополучие, емпатията, житейските цели и нарцисизма;
- 3) Да се установи общото ниво на психично благополучие, емпатия, житейски цели и нарцисизъм;
- 4) Да се открият и анализират значимите взаимовръзки (корелации) между изследваните конструкти.

Заложените в изследването хипотези са:

Хипотеза 1: Предполага се, че ще се установи положителна връзка между общия показател за емпатия и този за психично благополучие при изследваните лица.

Хипотеза 2: Предполага се, че ще се установи положителна връзка между общия показател за „вътрешни цели“ и този за психично благополучие при изследваните лица.

Хипотеза 3: Предполага се, че ще се установи отрицателна взаимозависимост между общия показател за „външни цели“ и този за психично благополучие при изследваните лица.

Хипотеза 4: Предполага се, че ще се установи отрицателна взаимозависимост между общия показател за

нарцисизъм и този за психично благополучие при изследваните лица.

Респонденти В изследването участват 322 ученици от различни училища, на възраст на 17 и 18 години. Изследваните лица са подбрани на случаен принцип. Демографският профил на извадката е очертан чрез групиране на изследваните лица по пол и възраст.

2.2. Обект и предмет на изследването

Обектът на емпиричното изследване са личностното и социалното развитие на лица в юношеска възраст.

Предметът на емпиричното изследване е влиянието на емпатията, житейските цели и нарцисизма върху психичното благополучие при лица в юношеска възраст чрез измерването и идентифицирането им със съответните инструменти.

2.3. Методологичен инструментариум на изследването

2.3.1. Скалата за психично благополучие (РИФ) в българската адаптация на проф. Пламен Калчев:

Скалата за психично благополучие (СПБ) на РИФ е адаптирана и валидирана за България от проф. Пламен Калчев (Калчев, П., 2014). Адаптацията е осъществена на няколко етапа с общо над 2000 лица. От общия брой от 84-те айтема в оригиналния вариант на автора К. Риф са използвани факторни анализи на 61 айтема, които в следствие са редуцирани до 30 айтѳма в българския вариант. Използвана е шестстепенна Ликъртова скала от 1 (изцяло невярно) до 6 (напълно вярно). Изчисляването и тълкуването на резултатите се осъществява на ниво общ бал за психично благополучие (ОПБ) и на ниво 6 субскали, съдържащи по 5 айтѳма всяка.

2.3.2. Материалистичните нагласи на юношите: Индекс за житейски цели (Т. Касър и Р. М. Раян)

2.3.2.1. Описание

Индекс за житейските цели (AI) е скала е създадена за измерване на целите на хората. Състои се в 7 категории/цели с пет специфични айтема във всяка категория. Седемте категории включват: външните цели към богатство, слава и имидж; вътрешните цели към значими взаимодействия, личностно развитие и принос към общността; и

стремежът към добро здравословно състояние, което се оказва, че не съвпада изцяло нито с вътрешните, нито външните аспирации.

2.3.3. Скала за емпатия: Индекс за междуличностно реагиране (М. Дейвис и П. Калчев)

Индексът на междуличностната реактивност по М. Дейвис и П. Калчев (Скала за емпатията) (IRI/B) е самоописателен въпросник, който измерва емпатията като личностна характеристика. Българската версия е адаптирана от проф. Пламен Калчев (Калчев П. , 2010). Въпросникът се състои от 28 твърдения, за оценката на които се използва Ликъртова скала от 1 (изцяло невярно) до 5 (напълно вярно). Изчисляването и тълкуването на резултатите се осъществява на ниво общ бал за Емпатия (ОЕ) и на ниво 4 субскали, всяка от които се състои от 7 броя айтъми.

2.3.4. Нарцистично възхищение и съперничество (NARQ) (Калчев, 2010)

Въпросникът Нарцистично възхищение и съперничество (NARQ) е съставен от Бляк и колеги (Калчев П. , 2019). Чрез него се изследват основно двете дименсии (нарцистично възхищение и съперничество) на грандиозния нарцисизъм като личностна черта. Всяко от измеренията се състои от съответни когнитивни, афективно-мотивационни и поведенчески аспекти, използвайки три субскали за всяка фасета.

ТРЕТА ГЛАВА.

АНАЛИЗ НА ДАННИ

3.1. Описание на извадката

Като целева група са посочени ученици на възраст между 17 и 18 години. Данните от тях са събрани посредством батерия от психометрични инструменти в онлайн среда (чрез Гугъл формуляр). Общият обем на извадката е 322 ученика във възрастова група 17-18 години. Сравнително равностойно разпределение на участниците: 54% момичета, и 46% момчета. Дялът на изследваните лица на възраст 17 години е 57.1%, докато 42.9% са на 18 години.

3.2. Анализ на валидността на Индекс за житейски цели на Т. Касър и Р. М. Райян

Поради факта, че скалата за измерване на Индекс за житейски цели на Т. Касър & Р. М. Райян е преводна и до момента не е адаптирана и прилагана в българската култура е необходимо да се провери нейната структурна валидност. Извършен е факторен анализ. Липсата на предтест или апробиране на инструмента е предпоставка за статистическата процедура да се използва същата извадка от лица, участвали в изследването.

В представените резултати от факторния анализ на Индекс за житейски цели на Т. Касър & Р. М. Райян, не са включени Скала „Здравословно състояние“, както и айтемите по „вероятност“ и „постижимост“ са изключени от методиката. При настоящото изследване бяха извлечени два фактора, като при настоящата извадка в българска среда и при лица на 17–18 г. не се потвърди обособяването на шестте субскали: Финансов успех, Слава, Имидж, Приемане на себе си, Общностно чувство, Принадлежност, а същите се включиха в изведените два фактора – *Външни* и *Вътрешни цели*. В контекста на конкретния инструмент и неговата концепция този факт е очакван. Всяка една от двете групи обособени фактори (вътрешни и външни) включва айтеми, отнасящи се към шестте скали. В този контекст не може да се очаква ясна диференциация между айтемите по шестте скали, понеже те се „прикриват“ за вътрешните и външни цели.

В анализа участват общо 30 айтема, изследващи значимостта на дадените житейски цели. Метод на ротация – Varimax, предполагащ независимост на извлечените фактори. Обособени са два фактора, включващи следните айтеми (за да няма объркване, номерацията е запазена, както е в оригиналния вариант на въпросника):

Първи фактор – смислово обединен и включва *външните цели* (целите, свързани с финансов успех, слава и имидж);

Втори фактор – смислово обединен и включва *вътрешните цели* (целите, свързани с приемане на себе си, общностно чувство и принадлежност).

По-високият бал на изследваните лица по двата фактора е индикатор за по-висока субективна значимост на дадените цели (вътрешни или външни).

(Допълнително е изчислен и индекс – *житейски цели*, който е разликата между *вътрешни* и *външни цели* и позволява да се съди за това кои от целите доминират при изследваните лица. Този индекс е включен в последващите анализи, за да даде допълнителна информация за жизнените цели при изследваните лица. При отрицателни стойности – доминират *външните цели* пред *вътрешните*, при положителни – доминират *вътрешните* пред *външните*.)

Допълнителна проверка на структурната валидност на инструмента е извършена с допълнителен интеркорелационен анализ. Той позволи установяването на вида и силата на връзката между вътрешните и външни цели и изчислявания Индекс житейски цели.

Получените резултати от корелационния анализ показват, че се установява статистически значима слаба положителна корелация между *вътрешни* и *външни цели* ($r_{(320)} = .118$; $p = .034$). С това се потвърждава идеята за доминиране на единия тип цели в дадена личност. От друга страна, слабата положителна корелация отразява и феномен, характерен за юношеството, а именно преход от един тип към друг тип цели. С други думи, всяка личност има доминиращ тип цели, но в определени моменти или етапи от живота е възможно да се наблюдава динамика в тях. *Индексът житейски цели* корелира статистически значимо умерено положително с *вътрешни цели* ($r_{(320)} = .435$; $p < .001$) и отрицателно силно с *външни цели* ($r_{(320)} = -.843$; $p < .001$). Това означава, че с увеличаването на стойността на индекса житейски цели умерено нарастват и стойността на вътрешните цели. Различна е зависимостта между индекса житейски цели и стойността на външните цели. С нарастването на стойността на единия показател тази на другият намалява.

Допълнително за доказателство за валидността може да се приеме връзката между суровия бал по методиката с бала от други методики, изследващи сходни или противоположни конструкти. Този анализ установи статистически значими положителни и отрицателни корелации между скалите на другите методики и ревизирия Индекс на житейски цели.

3.3. Анализ на надеждността (вътрешната консистентност)

Извършен е анализ на вътрешната консистентност на използваните в настоящото изследване психологични инструменти при конкретната извадка (N=322).

3.3.1. Анализ на вътрешна консистентност на Скалата за психично благополучие

Резултатите установяват приемливи стойности на алфа на Кронбах ($\alpha > .7$) по Скалата за психично благополучие като цяло, както и за отделните субскали (*автономия, положителни отношения с другите, овладяване на средата, цел в живота, приемане на себе си, личностен растеж*), което показва, че инструментът е надежден и получените резултати могат да бъдат включени в по-нататъшния анализ.

3.3.2. Анализ на надеждността на Индекс за житейски цели на Т. Касър и Р. М. Райян

При проверката на този инструмент се установява се стойност на алфа на Кронбах над .8, което е показателно за от добра до отлична вътрешна консистентност на скалите *външни цели и вътрешни цели*.

3.3.3. Анализ на надеждността на Скала за емпатия

Проверката на надеждност на инструмента установява стойност на алфа на Кронбах над .7, което е показателно за от приемлива до добра вътрешна консистентност на субскалите: *Фантазиране, Личен дистрес* и на скала *Емпатия* като цяло. По отношение на скалите *Приемане на перспектива* и *Емпатийна загриженост*, които демонстрират стойности на алфа на Кронбах над .6. Резултатът е удовлетворителен тъй като подскалите съдържат по-малко от 10 айтема.

3.3.4. Анализ на надеждността на въпросника за нарцистично възхищение и съперничество (NARQ)

Установява се стойност на алфа на Кронбах над .7, което е показателно за от приемлива до отлична вътрешна консистентност на субскалите на въпросника за нарцисизъм (*грандиозност, уникалност, чаровност, нарцистично възхищение, обезценяване, превъзходство, агресивност, нарцистично съперничество*) и на целия въпросник.

3.4. Описателни статистики на изследваните характеристики

При Скалата за психично благополучие са получените средни аритметични стойности са сходни с получените от П. Калчев (Калчев, 2014, стр. 148) норми при 1190 изследвани лица (момчета и момичета) – български жители. Въпреки различията в извадките при изследванията, близостта на стойностите дава увереност, че проведеното изследване е в рамките на очакваните стойности за България.

При Индекс за житейски цели на Т. Касър & Р. М. Райян, средната стойност на осреднения суров бал за *вътрешни цели* ($M=6.17$; $SD=0.784$) е по-висок в сравнение с бала при *външни цели* ($M=4.01$; $SD=1.31$). Индексът – житейски цели е с положителен знак, което показва, че при изследването на съотношението между вътрешни и външни цели доминират вътрешните цели при изследваните лица ($M=2.17$; $SD=1.445$).

За Скала за емпатия, резултатите показват, че средните аритметични стойности по общия бал и по нейните субскали съответстват на нормите, изведени от П. Калчев при ученици (Калчев, 2010, стр. 247-249), доколкото са в диапазона 40-60Т.

Относно Въпросник за нарцистично възхищение и съперничество (NARQ) средните стойности по субскалите *нарцистично възхищение* ($M=29.05$; $SD=10.263$) и *нарцистично съперничество* ($M=22.84$; $SD=10.688$) в настоящото изследване са сходни с получените при П. Калчев (Калчев, 2019, стр. 252) при извадка от 1309 момчета и момичета.

3.5. Полови различия в психичното благополучие, житейските цели, емпатията и нарцисизма

3.5.1. Полови различия в психичното благополучие

Не са установявани статистически значими полови различия в психичното благополучие при изследваните ученици ($p > .05$). Подобен резултат потвърждава предходни изследвания, в които става ясно, че общото благополучие не се различава толкова между половете, но се влияе от отделни компоненти, които са свързани с придържането към традиционните общо-приети джендър роли в дадената култура (Matud MP, 2019).

3.5.2. Полови различия в житейските цели

Установени са статистически значими полови различия по отношение на ориентацията към *вътрешни цели* ($t_{(320)}=3.245$, $p= .001$) при изследваните лица, както и по отношение на *индекса – житейски цели* ($t_{(320)}=2.657$, $p= .008$). И по-конкретно момчетата ($M=6.30$, $SD=0.765$) в малко по-висока степен са ориентирани към *вътрешни цели* в сравнение с момчетата ($M=6.02$, $SD=0.781$). Съдейки по средните стойности на двете групи лица по *индекса – житейски цели*, при момчетата ($M=1.94$, $SD=1.470$) в съотношението вътрешни-външни цели, доминират вътрешните цели в сравнение с момчетата ($M=1.94$, $SD=1.470$), при които това съотношение е по-слабо изразено.

3.5.3. Полови различия в емпатията

По отношение на нивата на емпатия се установяват статистически значими разлики според критерий биологичен пол: емпатийна загриженост ($t_{(320)}=4.070$, $p< .001$), фантазиране ($t_{(320)}=3.904$, $p< .001$) и емпатия като цяло ($t_{(320)}=3.545$, $p< .001$).

По-високи са нивата на *емпатийна загриженост* при изследваните момчета ($M=26.64$; $SD=3.977$) в сравнение с изследваните момчета ($M=24.68$, $SD=4.607$).

По-високи са нивата на *фантазиране* при изследваните момчета ($M=31.93$, $SD=5.457$) в сравнение с изследваните момчета ($M=29.23$, $SD=6.883$). И по-високи са нивата на обща *емпатия* при изследваните момчета ($M=100.88$, $SD=11.513$) в сравнение с изследваните момчета ($M=95.68$; $SD=14.611$).

3.5.4. Полови различия в нивата на нарцисизъм

Резултатите установяват статистически значими полови различия по отношение на нивата на: *обезценяване* ($t_{(320)}=4.477$, $p< .001$), *превъзходство* ($t_{(320)}=4.216$, $p< .001$), *агресивност* ($t_{(320)}=2.589$, $p< .001$), *нарцистично съперничество* ($t_{(320)}=4.405$, $p< .001$) и *нарцисизъм* като цяло ($t_{(320)}=3.244$, $p= .001$).

По-високи са нивата на *обезценяване* при изследваните момчета ($M=7.80$, $SD=4.254$) в сравнение с изследваните момчета ($M=5.87$, $SD=3.479$). Резултатите установяват и по-изразено *превъзходство* при изследваните момчета ($M=8.55$, $SD=4.425$) в сравнение с момчетата ($M=6.52$; $SD=4.179$). Аналогично по-изразена е и *агресивността* при момчетата ($M=9.26$; $SD=4.103$) в сравнение с момчетата ($M=8.10$;

SD=3.962). *Нарцистичното съперничество* отново е по-характерно за момчетата (M=25.61, SD=10.907) в сравнение с момичетата (M=20.49, SD=9.938), както и *нарцисизмът* като цяло е по-изразен при момчетата (M=55.55; SD=19.707) в сравнение с момичетата (M=48.78, SD=17.768).

Обобщено, проведенният анализ установява, че при момчетата в сравнение с момичетата са значимо по-изразени *обезценяването, превъзходството, агресивността, нарцистичното съперничество* и *нарцисизмът* като цяло.

В обобщение на разликата между нивата на изследваните величини, може да се подчертае, че тези разлики не изненадват очакванията, които са съобразени с културните и социални разбирания на българското общество – общоприетите норми и роли на жена и мъж, както и изискванията към тях – към какво да се стремят, какво е успех и как да бъде постигнат той. Поглеждайки към прехода (през годините преди комунистическия режим, по време на него и в годините на прехода към демократично общество) може да се допусне, че българите са запазили до някаква степен общоприетите роли на жените и мъжете, както и изискванията и очакванията към тях. В тях ясно се очертава различия между нагласи, развитие на умения и насърчаване към постижения.

3.6. Възрастови различия в психичното благополучие, житейските цели, емпатията и нарцисизма

3.6.1. Възрастови различия в психичното благополучие

Не се установяват статистически значими възрастови различия в *психичното благополучие* при изследваните ученици ($p > .05$). Тъй като избраните възрастови групи са близки (погледнато в рамките на развитието), подобен резултат е очакван.

3.6.2. Възрастови различия в житейските цели

И при тези резултати не се установяват статистически значими възрастови различия в *житейските цели* при изследваните ученици ($p > .05$). Тези резултати могат да бъдат обяснени от не-голямата разлика между групите ученици в тази извадка – всички те са в много близка среда, която не предполага преживяването на различни етапи от израстване – всички са ученици в последователни класове, всички са с цел завършване на етапа на образование (по-голямата част от учениците

на тази възраст не работят и са осигурявани финансово от родителите си).

3.6.3. Възрастови различия в емпатията

Не се установяват статистически значими възрастови различия в нивата на *емпатия* при изследваните ученици ($p > .05$).

3.6.4. Възрастови различия в нивата на нарцисизъм

Видно от представените резултати в таблицата по-горе, не се установяват статистически значими възрастови различия в нивата на *нарцисизъм* при изследваните ученици ($p > .05$).

3.7. Връзка между психично благополучие с житейски цели, емпатия и нарцисизъм

Табл. 3.24. Корелация между психично благополучие с житейски цели, емпатия и нарцисизъм

| | | Автономия | Положителн и отношения с другите | Овлаждане на средата | Цел в живота | Приемане на себе си | Личностен растеж | Психично благополуч ие (общ бал) |
|----------------------------|---|-----------|--|-------------------------|-----------------|------------------------|---------------------|--|
| Вътрешни цели | R | .185** | .139* | .194** | .322** | .227** | .545** | .366** |
| | P | .001 | .012 | .000 | .000 | .000 | .000 | .000 |
| Външни цели | R | -.023 | -.172** | .070 | .077 | .077 | .215** | .045 |
| | P | .679 | .002 | .210 | .168 | .169 | .000 | .424 |
| Индекс - житейски цели | R | .122* | .232** | .042 | .105 | .053 | .100 | .158** |
| | P | .029 | .000 | .455 | .060 | .342 | .072 | .004 |
| Приемане на перспектива | R | .109 | .127* | .202** | .292** | .213** | .337** | .295** |
| | P | .052 | .023 | .000 | .000 | .000 | .000 | .000 |
| Емпатийна загриженост | R | .023 | .023 | .003 | .212** | .048 | .264** | .130* |
| | P | .685 | .686 | .953 | .000 | .389 | .000 | .020 |
| Фантазиране | R | -.027 | -.020 | .000 | .176** | .049 | .280** | .101 |
| | P | .635 | .726 | .996 | .002 | .382 | .000 | .073 |
| Личен дистрес | R | -.412** | -.267** | -.325** | -.344** | -.365** | -.212** | -.454** |
| | P | .000 | .000 | .000 | .000 | .000 | .000 | .000 |
| Емпатия (общ бал) | R | -.136* | -.071 | -.069 | .108 | -.042 | .237** | -.002 |
| | P | .016 | .204 | .219 | .056 | .458 | .000 | .976 |
| Грандиозност | R | .069 | -.111* | .086 | .072 | .178** | .177** | .102 |
| | P | .217 | .047 | .123 | .199 | .001 | .001 | .067 |

| | | Автономия | Положителн и отношения с другите | Овлавяване на средата | Цел в живота | Приемане на себе си | Личностен растеж | Психично благополуч ие (общ бал) |
|------------------------------|---|-----------|--|--------------------------|-----------------|------------------------|---------------------|--|
| Уникалност | R | .134* | -.043 | .242** | .223** | .316** | .296** | .264** |
| | P | .016 | .438 | .000 | .000 | .000 | .000 | .000 |
| Чаровност | R | .279** | .009 | .276** | .222** | .379** | .286** | .332** |
| | P | .000 | .875 | .000 | .000 | .000 | .000 | .000 |
| Нарцистично възхищение | R | .176** | -.058 | .221** | .189** | .322** | .282** | .256** |
| | P | .002 | .298 | .000 | .001 | .000 | .000 | .000 |
| Обезценяване | R | -.027 | -.350** | .023 | -.155** | -.051 | -.068 | -.160** |
| | P | .631 | .000 | .682 | .005 | .360 | .220 | .004 |
| Превъзходство | R | -.097 | -.286** | .006 | -.138* | -.053 | -.003 | -.146** |
| | P | .084 | .000 | .912 | .013 | .346 | .955 | .009 |
| Агресивност | R | -.156** | -.284** | -.078 | -.151** | -.085 | .054 | -.177** |
| | P | .005 | .000 | .165 | .007 | .126 | .336 | .001 |
| Нарцистично съперничество | R | -.109 | -.356** | -.018 | -.172** | -.073 | -.006 | -.187** |
| | P | .051 | .000 | .742 | .002 | .190 | .911 | .001 |
| Нарцисизъм (общ бал) | R | .034 | -.232** | .109* | .006 | .133* | .149** | .033 |
| | P | .545 | .000 | .050 | .919 | .017 | .007 | .552 |

Забележка:

** . Корелацията е значима на ниво 0.01

* . Корелацията е значима на ниво 0.05

Получените резултати от корелационния анализ показват, че се установява статистически значима положителна умерена корелация между *вътрешни цели* и *психично благополучие* ($r_{(320)} = .366$; $p < .001$), както и положителна от слаба до значителна корелация между *вътрешни цели* с всички изследвани компоненти на психичното благополучие: *положителни отношения с другите* ($r_{(320)} = .139$; $p = .012$), *автономия* ($r_{(320)} = .185$; $p = .001$), *овладяване на средата* ($r_{(320)} = .194$; $p < .001$), *приемане на себе си* ($r_{(320)} = .227$; $p < .001$), *цел в живота* ($r_{(320)} = .322$; $p < .001$), *личностен растеж* ($r_{(320)} = .545$; $p < .001$).

Външните цели корелират статистически значимо отрицателно слабо с *положителни отношения с другите* ($r_{(320)} = -.172$; $p = .002$) и положително слабо с *личностен растеж* ($r_{(320)} = .215$; $p < .001$).

Индексът житейски цели корелира положително слабо с: *автономията* ($r_{(320)} = .122$; $p = .029$) и *положителните отношения с другите* ($r_{(320)} = .232$; $p < .001$), както и с *общото психично благополучие* ($r_{(320)} = .158$; $p = .004$).

Наличието на положителна корелация между вътрешните цели и психичното благополучие (в общите им стойности) и в различните компоненти до голяма степен потвърждават предишните изследвания, както и данните представени в теоретичния обзор. Идеята на Раян и Деси, че благополучието се постига чрез преживяване на свързаност, автономност и способност може да бъде разпозната и в настоящото изследване (Ryan, R; Deci, E, 2002).

По отношение на емпатията, получените резултати от корелационния анализ, показват, че се установява статистически значима положителна слаба корелация между *приемане на перспектива* и *психично благополучие* ($r_{(320)} = .295$; $p < .001$), както и положителна от слаба до умерена корелация между *приемане на перспектива* със следните компоненти на психичното благополучие: *положителни отношения с другите* ($r_{(320)} = .127$; $p = .023$), *овладяване на средата* ($r_{(320)} = .202$; $p < .001$), *приемане на себе си* ($r_{(320)} = .213$; $p < .001$), *цел в живота* ($r_{(320)} = .292$; $p < .001$) и *личностен растеж* ($r_{(320)} = .337$; $p < .001$).

Компонентът *емпатийна загриженост* корелира статистически значимо положително слабо с *цел в живота* ($r_{(320)} = .212$; $p < .001$), *личностен растеж* ($r_{(320)} = .264$; $p < .001$) и с *общото психично благополучие* ($r_{(320)} = .130$; $p = .020$). Колкото по-развит е социалният интерес, толкова по-високо е усещането за психично благополучие, това от своя страна дава усещане за завършеност/целенасоченост в живота и при справяне с основните житейски задачи (Адлер, 2018/1931). Компонентът *фантазиране* корелира статистически значимо положително слабо с *цел в живота* ($r_{(320)} = .176$; $p = .002$) и с *личностен растеж* ($r_{(320)} = .264$; $p < .001$) и с *общото психично благополучие* ($r_{(320)} = .280$; $p < .001$).

Установява се и статистически значима отрицателна умерена корелация между *личен дистрес* и *психично благополучие* ($r_{(320)} = -.454$; $p < .001$), както и отрицателна от слаба до умерена корелация между *личен дистрес* с всички компоненти на психичното благополучие: *личностен растеж* ($r_{(320)} = -.212$; $p < .001$), *положителни отношения с*

другите ($r_{(320)} = -.267$; $p = .023$), овладяване на средата ($r_{(320)} = -.325$; $p < .001$), цел в живота ($r_{(320)} = -.344$; $p < .001$), приемане на себе си ($r_{(320)} = -.365$; $p < .001$) и автономия ($r_{(320)} = -.412$; $p < .001$).

Общата емпатия корелира статистически значимо отрицателно слабо с автономия ($r_{(320)} = -.136$; $p = .016$) и положително слабо с личностен растеж ($r_{(320)} = .237$; $p < .001$). Тази корелация е интересна защото загатва за предходни изследвания аспекти на емпатията свързани с активиране и действия в следствие на преживяване на личен дистрес – възможно ли е прекомерната емпатия да доведе до неспособност за поставяне на ясни граници между аз-а и потребностите на другите.

По отношение на нарцисизма се установява статистически значима **отрицателна** от слаба до умерена корелация между: *грандиозност* и *положителни отношения с другите* ($r_{(320)} = -.111$; $p = .047$); *обезценяване* и *цел в живота* (усещането за житейски смисъл и значимост, цел) ($r_{(320)} = -.155$; $p = .005$); *обезценяване* и *положителни отношения с другите* ($r_{(320)} = -.350$; $p < .001$); *обезценяване* и *общо психично благополучие* ($r_{(320)} = -.160$; $p = .004$); *превъзходство* и *цел в живота* ($r_{(320)} = -.138$; $p = .013$); *превъзходство* и *положителни отношения с другите* ($r_{(320)} = -.286$; $p < .001$); *превъзходство* и *общо психично благополучие* ($r_{(320)} = -.146$; $p = .004$); *агресивност* и *цел в живота* ($r_{(320)} = -.151$; $p = .007$); *агресивност* и *автономия* ($r_{(320)} = -.156$; $p = .005$); *агресивност* и *положителни отношения с другите* ($r_{(320)} = -.284$; $p < .001$); *агресивност* и *общо психично благополучие* ($r_{(320)} = -.177$; $p = .001$); *нарцистично съперничество* и *цел в живота* ($r_{(320)} = -.172$; $p = .002$); *нарцистично съперничество* и *положителни отношения с другите* ($r_{(320)} = -.356$; $p < .001$); *нарцистично съперничество* и *общо психично благополучие* ($r_{(320)} = -.187$; $p = .001$); *общ нарцисизъм* и *положителни отношения с другите* ($r_{(320)} = -.232$; $p < .001$).

Статистически значима **положителна** от слаба до умерена е корелацията между: *грандиозност* и *личностен растеж* ($r_{(320)} = .177$; $p = .001$); *грандиозност* и *приемане на себе си* ($r_{(320)} = .178$; $p = .001$); *уникалност* с: *цел в живота* ($r_{(320)} = .223$; $p < .001$), *овладяване на средата* ($r_{(320)} = .242$; $p < .001$), *личностен растеж* ($r_{(320)} = .296$; $p < .001$), *приемане на себе си* ($r_{(320)} = .316$; $p < .001$) и *общо психично благополучие* ($r_{(320)} = .264$; $p < .001$); *чаровност* с: *цел в живота* ($r_{(320)} = .222$; $p < .001$),

овладяване на средата ($r_{(320)} = .276$; $p < .001$), *автономия* ($r_{(320)} = .279$; $p < .001$), *личностен растеж* ($r_{(320)} = .286$; $p < .001$), *приемане на себе си* ($r_{(320)} = .379$; $p < .001$) и *общо психично благополучие* ($r_{(320)} = .332$; $p < .001$); *нарцистично възхищение с: автономия* ($r_{(320)} = .176$; $p = .002$), *овладяване на средата* ($r_{(320)} = .221$; $p < .001$), *цел в живота* ($r_{(320)} = .189$; $p = .001$), *личностен растеж* ($r_{(320)} = .282$; $p < .001$), *приемане на себе си* ($r_{(320)} = .322$; $p < .001$) и *общо психично благополучие* ($r_{(320)} = .256$; $p < .001$); *общ нарцисизъм и: приемане на себе си* ($r_{(320)} = .133$; $p = .017$) и *личностен растеж* ($r_{(320)} = .149$; $p = .007$).

Обобщено, *психичното благополучие* корелира с житейските цели, като най-силна е връзката между *личностния растеж* (нуждата за самоактуализиране и реализация) и *вътрешните цели* (целите, свързани с приемане на себе си, общностно чувство и принадлежност), както и между *общото психично благополучие* и *вътрешните цели* (целите, свързани с приемане на себе си, общностно чувство и принадлежност).

Емпатийността корелира с психичното благополучие, като най-силна е връзката между *приемането на перспектива* (тенденцията спонтанно да се приема чуждата гледна точка) и *личностния растеж* (нуждата за самоактуализиране и реализация), както и между *личния дистрес* (ориентирано към себе си чувство на тревожност, безпокойство и дискомфорт като реакция на изпълнена с напрежение ситуация (наблюдаван дистрес у другите) с понижените: *автономия*, усещане за житейски смисъл и значимост, цел и посока) и *приемане на себе си* (което е в основата на психичното здраве, самоактуализацията).

По отношение на нарцисизма той също е значимо свързан с психичното благополучие, като най-силна е връзката между *стремежа към уникалност и нарцистичното възхищение с приемането на себе си*, както и между *склонността към обезценяването на другите* с понижената способност за изграждане на положителни отношения с другите (в основата на последните са психосоциалната зрялост на индивида и психичното благополучие).

3.8. Влияние на житейските цели, емпатията и нарцисизма върху психичното благополучие

Представени са резултати от линеен регресионен анализ (метод: Enter).

3.8.1. Влияние на житейските цели върху психичното благополучие

Получените резултати от регресионния анализ показват, че се установява статистически значимо влияние от страна на *вътрешните цели върху автономията* ($F_{(1,320)} = 11.390$, $p = .001$). Полученият резултат сочи и че 3.4% ($R^2 = .034$) от дисперсията на зависимата променлива (*автономия*) може да се прогнозира от независимата променлива (*вътрешни цели*) ($\beta = .185$; $p = .001$). Също така големината на ефекта е малка ($R = .185$) по Коен (Cohen, 1988). Този резултат потвърждава, че насочеността към вътрешни цели при 17–18-годишните лица влияе върху автономията им. Постигане на базисните потребности води до преживяване на благополучие (теория на Деси и Райн). Ето защо тези резултати допълват идеята, че стремежът към вътрешно-насочени цели са важни за благополучието.

Установява статистически значимо влияние от страна на *индекса – житейски цели върху автономията* ($F_{(1,320)} = 4.798$, $p = .029$). Полученият резултат сочи и че 1.5% ($R^2 = .015$) от дисперсията на зависимата променлива (*автономия*) може да се прогнозира от независимата променлива (*индекса – житейски цели*) ($\beta = .122$; $p = .029$). Също така големината на ефекта е нищожна ($R = .122$) по Коен. По-голямата насоченост към вътрешни цели спрямо външни при 17–18-годишните лица влияе върху автономията им, но в много малка степен.

Статистически значимо влияние се установява и от страна на *вътрешните и външните цели върху положителните отношения с другите* ($F_{(2, 319)} = 9.370$, $p < .001$). Полученият резултат сочи и че 5% ($R^2 = .05$) от дисперсията на зависимата променлива (*положителни отношения с другите*) може да се прогнозира от независимите променливи (*вътрешни цели*) ($\beta = .162$; $p = .003$) и *външни цели* ($\beta = -.191$; $p = .001$). Също така големината на ефекта е малка ($R = .236$) по Коен. По-силно изразената насоченост към *вътрешни цели* и по-слабата насоченост към *външни цели* водят до по-силно изразено поддържане на *положителни отношения с другите*. В рамките на предишни изследвания този резултат е очакван (и потвърден), тъй като положителните отношения с другите са една от основите, върху които се изгражда благополучието – те се отразяват позитивно на емоционалното състояние и физическото здраве. Ползата от социалната свързаност, изразена в положителни отношения с другите, е

документирана многократно в изследвания на Кийс, Любомирски, Селигман и др.

Получените резултати от регресионния анализ показват, че се установява статистически значимо влияние от страна на *индекса – житейски цели* върху *положителните отношения с другите* ($F_{(1, 320)} = 18,147$, $p < .001$). Полученият резултат сочи и че 5.4% ($R^2 = .054$) от дисперсията на зависимата променлива (*положителни отношения с другите*) може да се прогнозира от независимата променлива (*индекс – житейски цели*) ($\beta = .232$; $p < .001$). Също така големината на ефекта е малка ($R = .232$) по Коен. Това потвърждава значимото влияние от страна на насочеността към вътрешни цели спрямо външни върху способността към поддържане на *положителни отношения с другите*. Вътрешните цели са свързани с изграждане на устойчива и уверена личност, за която усещането за принадлежност и значимост са изградени върху желанието за самоусъвършенстване и способност за принос към общото благо. Положителните отношения с другите биха могли да бъдат приети като естествена потребност и едновременно с това резултат от житейска насоченост към вътрешни цели.

Също така се установява и статистически значимо влияние от страна на *вътрешните цели* върху *овладяването на средата* ($F_{(1, 320)} = 12.541$, $p < .001$). Полученият резултат сочи и че 3.8% ($R^2 = .038$) от дисперсията на зависимата променлива (*овладяване на средата*) може да се прогнозира от независимата променлива (*вътрешни цели*) ($\beta = .194$; $p < .001$). Също така големината на ефекта е малка ($R = .194$) по Коен.

Стремежът към вътрешни цели оказва положително влияние върху способността на избор и създаване на благоприятна среда, способни да контролират и да се справят с предизвикателства и обстоятелства. Подобни резултати са получавани в предходни изследвания (Касер и Раян) и потвърждават необходимостта от системна работа с юношите за насочване към вътрешни цели.

Установено е и статистическо значимо влияние от страна на *вътрешните цели* върху *цел в живота* ($F_{(1, 320)} = 37.093$, $p < .001$). Полученият резултат сочи и че 10.4% ($R^2 = .104$) от дисперсията на зависимата променлива (*цел в живота*) може да се прогнозира от независимата променлива (*вътрешни цели*) ($\beta = .322$; $p < .001$). Също така големината на ефекта е малка ($R = .322$) по Коен. Стремежът към

вътрешни цели оказва влияние и върху усещането за житейски смисъл и цел и посока в живота.

Вътрешните цели оказват влияние върху *приемане на себе си* ($F_{(1, 320)} = 17.307, p < .001$). Полученият резултат сочи и че 5.1% ($R^2 = .051$) от дисперсията на зависимата променлива (*приемане на себе си*) може да се прогнозира от независимата променлива (*вътрешни цели*) ($\beta = .227; p < .001$). Също така големината на ефекта е малка ($R = .227$) по Коен. Стремелът към вътрешни цели в юношеска възраст би могъл да допринесе за изграждане на по-стабилна личност, полезна за себе си и околните.

Вътрешните и външните цели оказват влияние върху *личностния растеж* ($F_{(2, 319)} = 75.106, p < .001$). Полученият резултат сочи и че 32% ($R^2 = .316$) от дисперсията на зависимата променлива (*личностния растеж*) може да се прогнозира от независимите променливи (*вътрешни цели*) ($\beta = .527; p < .001$) и *външни цели* ($\beta = -.153; p = .001$). Също така големината на ефекта е **голяма** ($R = .566$) по Коен.

По-голямата насоченост към вътрешните цели и в по-малка степен към външните цели оказва значимо влияние върху нуждата за самоактуализиране и реализация, както и върху готовността за трупане на нов опит, потребността за продължаващо развитие, за умения за справяне при сблъсък с нови предизвикателства в различните етапи на развитието при изследваните лица. В рамките на настоящето изследване, този резултат показва, че за да имат възможност юношите да живеят с кураж и да пристъпват смело към предизвикателствата на живота, е необходимо да развият цели, които са фокусирани върху личностния си растеж.

Получените резултати от регресионния анализ показват, че се установява статистически значимо влияние от страна на *вътрешните цели* върху общото *психично благополучие* ($F_{(1, 320)} = 49.549, p < .001$), като 13% ($R^2 = .134$) от дисперсията на зависимата променлива (*психично благополучие*) може да се прогнозира от независимата променлива (*вътрешни цели*) ($\beta = .366; p < .001$). Също така големината на ефекта е средна ($R = .366$) по Коен. Резултатът означава, че по-изразената насоченост към вътрешни цели на изследваните лица е фактор, рефлектиращ върху по-високи нива на психично благополучие.

Индекса – житейски цели оказва влияние върху общото *психично благополучие* ($F_{(1, 320)} = 8.193$, $p = .004$), като 2.5% ($R^2 = .025$) от дисперсията на зависимата променлива (*психично благополучие*) може да се прогнозира от независимата променлива (*индекса – житейски цели*) ($\beta = .158$; $p = .004$). Също така големината на ефекта е малка ($R = .158$) по Коен. По-голямата насоченост към вътрешни цели спрямо външни при 17-18 годишните лица влияе върху общото им психично благополучие. Този резултат е изключително важен за настоящето изследване, тъй като потвърждава, че материалистичната ориентация при юношите може да повлияе върху психичното благополучие.

3.8.2. Влияние на емпатията върху психичното благополучие

Що се касае за емпатия и психично благополучие, се установиха статистически значимо влияние от страна на *приемане на перспектива* и *личен дистрес* върху общото *психично благополучие* ($F_{(2, 319)} = 65.232$, $p < .001$). Полученият резултат сочи и че 29% ($R^2 = .286$) от дисперсията на зависимата променлива (*психично благополучие*) може да се прогнозира от независимите променливи (*приемане на перспектива*) ($\beta = .289$; $p < .001$) и *личен дистрес*) ($\beta = -.451$; $p < .001$). Също така големината на ефекта е **голяма** ($R = .539$) по Коен. Спонтанното приемане на чуждата гледна точка, без това да предизвиква силна тревожност, се свързва с по-високи нива на психично благополучие. Взимайки предвид особеностите на развитието за юношеството, способността за приемане на чужда гледна точка е възможна и това позволява поставянето на мястото на другия. Ниските нива на личен дистрес са свързани и със стабилност в отношение на приемане на себе си, принадлежност, способност и значимост, които за юношите са особено силно желани и често по-важен фактор при преживяване на благополучие.

Получените резултати от регресионния анализ показват, че се установява статистически значимо влияние от страна на *личния дистрес* върху *автономията* ($F_{(1, 320)} = 65.432$, $p < .001$). Полученият резултат сочи и че 17% ($R^2 = .170$) от дисперсията на зависимата променлива (*автономия*) може да се прогнозира от независимата променлива (*личен дистрес*) ($\beta = -.412$; $p < .001$). Също така големината на ефекта е средна ($R = .412$) по Коен. По-ниските нива на личен дистрес са свързани с по-високи нива на автономия. Този резултат повтаря изследвания в

областта, заложені в теорията за самоопределяне на Райн и Деси. Увереността и способността да се преследват цели е възможна при постигане на автономност, за която обаче се предполага, че е необходимо да бъдат удовлетворени и останалите базови потребности.

Установено е значимо влияние от страна на *личния дистрес* върху *положителните отношения с другите* ($F_{(1, 320)}=24.493, p<.001$), като 7.1% ($R^2=.071$) от дисперсията на зависимата променлива (*положителни отношения с другите*) може да се прогнозира от независимата променлива (*личен дистрес* ($\beta = -.267; p<.001$)). Също така големината на ефекта е малка ($R=.267$) по Коен. Неизненадващо, ниски нива на личен дистрес са свързани с по-високи нива на положителни отношения с другите. Тези резултати са очаквани, тъй като вътрешният дискомфорт, изпитан във връзка с преживяването на друг човек, намаляват по естествен начин способността за изграждане и поддържане на положителни отношения с другите.

Приемане на перспектива и *личен дистрес* оказват влияние върху общото *овладяването на средата* ($F_{(2, 319)}=26.966, p<.001$), като с 15% ($R^2=.154$) от дисперсията на зависимата променлива (*овладяване на средата*) може да се прогнозира от независимите променливи (*приемане на перспектива* ($\beta=.198; p<.001$) и *личен дистрес* ($\beta = -.323; p<.001$)). Също така големината на ефекта е средна ($R=.380$) по Коен. По-силно изразената тенденция спонтанно да се приема чуждата гледна точка, както и по-ниските нива на личен дистрес са свързани с по-изразена способност за избор и създаване на благоприятна среда, както и способност за контролиране и справяне с предизвикателствата и обстоятелствата.

Анализът установява и статистически значимо влияние от страна на *личния дистрес* върху *цел в живота* ($F_{(1, 320)}=42.823, p<.001$). Полученият резултат сочи и че 12% ($R^2=.118$) от дисперсията на зависимата променлива (*цел в живота*) може да се прогнозира от независимата променлива (*личен дистрес* ($\beta = -.344; p<.001$)). Също така големината на ефекта е малка ($R=.344$) по Коен. Юношите изпитващи по-малко личен дистрес проявяват по-силно изразено чувство за житейски смисъл, цел и посока.

Приемането на перспектива и *личния дистрес* влияят върху способността за *приемане на себе си* ($F_{(2, 319)}=34.353, p<.001$).

Полученият резултат сочи и че 17% ($R^2 = .172$) от дисперсията на зависимата променлива (*приемане на себе си*) може да се прогнозира от независимите променливи (*приемане на перспектива* ($\beta = .209$; $p < .001$) и *личен дистрес* ($\beta = -.363$; $p < .001$)). Също така големината на ефекта е средна ($R = .421$) по Коен. Приемането на себе си зависи от спонтанното приемане на чужда гледна точка, без това да предизвика тревожност.

Личния дистрес влияе и върху *личностния растеж* ($F_{(1, 320)} = 15.069$, $p < .001$), като в този случай 4.5% ($R^2 = .045$) от дисперсията на зависимата променлива (*личностен растеж*) може да се прогнозира от независимата променлива (*личен дистрес* ($\beta = -.212$; $p < .001$)). Също така големината на ефекта е малка ($R = .212$) по Коен. Колкото по-малко личен дистрес изпитват юношите, по-свободни са да вървят в посока на самоактуализиране и реализация.

3.9. Влияние на нарцисизма върху психичното благополучие

Анализът на резултатите показва статистически значимо влияние от страна на *уникалност*, *чаровност* и *агресивност* върху *психично благополучие* ($F_{(3, 318)} = 41.061$, $p < .001$). Полученият резултат сочи и че 27% ($R^2 = .272$) от дисперсията на зависимата променлива (*психично благополучие*) може да се прогнозира от независимите променливи (*уникалност* ($\beta = .198$; $p = .003$), *чаровност* ($\beta = .429$; $p < .001$) и *агресивност* ($\beta = -.477$; $p < .001$)). Също така големината на ефекта е **голяма** ($R = .528$) по Коен. Изразеният стремеж към уникалност, по-самоувереното доминиращо и експресивно поведение и по-слабо изразената поведенческа враждебност са свързани с по-изразено психично благополучие.

Чаровност и *агресивност* оказват влияние върху *автономията* ($F_{(2, 319)} = 36.882$, $p < .001$), 18% ($R^2 = .183$) от дисперсията на зависимата променлива (*автономия*) може да се прогнозира от независимите променливи (*чаровност* ($\beta = .462$; $p < .001$) и *агресивност* ($\beta = -.379$; $p < .001$)). Също така големината на ефекта е средна ($R = .433$) по Коен. При участниците в изследването, по-самоувереното доминиращо и експресивно поведение и по-слабо изразената поведенческа враждебност са свързани с по-изразена автономия при изследваните лица.

Също така е установено статистически значимо влияние от страна на *уникалност*, *чаровност* и *агресивност* върху *овладяването на средата* ($F_{(3, 318)} = 19.006$, $p < .001$): 14% ($R^2 = .144$) от дисперсията на ависимата променлива (*овладяване на средата*) може да се прогнозира от независимите променливи (*уникалност* ($\beta = .184$; $p = .011$), *чаровност* ($\beta = .302$; $p < .001$) и *агресивност* ($\beta = -.310$; $p < .001$)). Също така големината на ефекта е средна ($R = .390$) по Коен. Когато юношите имат по-силно изразен стремеж към уникалност, по-самоуверено и доминиращо поведение и не показват враждебност, съумяват да владеят средата си

Уникалност, *чаровност* и нивата на общ *нарцисизъм* влияят върху *цел в живота* ($F_{(3, 318)} = 26.317$, $p < .001$). Полученият резултат сочи и че 19% ($R^2 = .191$) от дисперсията на зависимата променлива (*цел в живота*) може да се прогнозира от независимите променливи (*уникалност* ($\beta = .473$; $p < .001$), *чаровност* ($\beta = .437$; $p < .001$) и *нарцисизъм* ($\beta = -.697$; $p < .001$)). Също така големината на ефекта е средна ($R = .446$) по Коен. Житейския смисъл и значимост, цел и посока в живота при юношите са по-силно изразени, когато те имат изразен стремеж към уникалност и доминиращо поведение и ниски нива на нарцисизъм.

Чаровност и общ *нарцисизъм* влияят върху *приемане на себе си* ($F_{(2, 319)} = 40.674$, $p < .001$). Полученият резултат сочи и че 20% ($R^2 = .198$) от дисперсията на зависимата променлива (*приемане на себе си*) може да се прогнозира от независимите променливи (*чаровност* ($\beta = .668$; $p < .001$) и *нарцисизъм* ($\beta = -.378$; $p < .001$)). Също така големината на ефекта е средна ($R = .451$) по Коен. Полученият резултат показва, че по-самоувереното доминиращо и експресивно поведение и по-слабо изразеният общ нарцисизъм са свързани с по-изразена способност за приемане на себе си. Донякъде тези резултати потвърждават получените при изследване на Калчев (2014), а именно съществуването на слаби, но статистически значими корелации между

Установено е и статистически значимо влияние от страна на *уникалност*, *чаровност* и общ *нарцисизъм* върху *личностен растеж* ($F_{(3, 318)} = 18.916$, $p < .001$). Полученият резултат сочи и че 14% ($R^2 = .143$) от дисперсията на зависимата променлива (*личностен растеж*) може да се прогнозира от независимите променливи (*уникалност* ($\beta = .391$; $p <$

.001), *чаровност* ($\beta = .342$; $p < .001$) и *нарцисизъм* ($\beta = -.418$; $p < .001$)). Също така големината на ефекта е средна ($R = .389$) по Коен.

По-силно изразеният стремеж към уникалност, по-самоувереното доминиращо и експресивно поведение и по-слабо изразеният нарцисизъм са свързани с по-изразена потребност от самоактуализация и реализация. Тези резултати допълват предишни изследвания, според които например прекомерно обгрижване (от страна на родителите) се свързва със силно изразен стремеж към уникалност, самоуверено и доминиращо поведение, нереалистична преценка за себе си, вярване, че другите са длъжни и намален стремеж към самоактуализация и реализация (van Schie, 2020).

ОБОБЩЕНИЕ И ИЗВОДИ

Целта на емпиричното изследване в настоящия дисертационен труд беше да се разкрият нивата на емпатия, житейски нагласи („външни и вътрешни цели“), нарцисизъм и психично благополучие при респонденти в юношеска възраст и взаимовръзките между тези конструкти. Заложените хипотези следват предходни изследвания в областта, които са провеждани (някои от тях в България) в други страни, с хора в различна възраст от настоящата целева група. Трябва да се отбележи, че едновременното изследване на нива на психично благополучие, емпатия, нарцистични склонности и насоченост на житейските цели, не е провеждано. Идеята да се проследят нивата и да се търси евентуална връзка и влияние на факторите върху общото психично благополучие е породена от обстояния литературен обзор и се базира на описаната в предходни глави теоретична основа.

Резултатите от настоящото изследване показаха, че нивата на психично благополучие са сходни с получените от П. Калчев (Калчев, 2014) при 1190 момчета и момичета от България.

При изследването на съотношението между вътрешни и външни цели се установи, че при младежите на възраст 17–18 г. леко доминират *вътрешните цели* (целите, свързани с приемане на себе си, общностно чувство и принадлежност) спрямо *външните цели* (целите, свързани с финансов успех, слава и имидж). Този резултат от анализа се разминава с предходни изследвания (в други западни страни като САЩ), където изследваните лица (студенти в университети) показват ориентация към *външни цели*.

По отношение на нивата на *емпатийност* бяха установени нива, които отново са в рамките на нормалните нива, изведени от Калчев (Калчев, 2010), както се установиха и нива на *нарцистично възхищение* и *нарцистично съперничество*, сходни с предишни изследвания в България при младежи, но на различна възраст. И в това отношение моментното изследване лишава от възможност да се сравни повишаване/намаляване на нивата при изследваните лица, за да може да бъде направен извод за дългосрочното влияние на емпатията и нарцисизма върху благополучието в дългосрочен план.

В настоящото изследване бяха издигнати 4 хипотези.

Допускането в *Първа хипотеза*, че ще се установи положителна връзка между общия показател за емпатия и този за психично благополучие при изследваните лица, беше отхвърлено.

Допускането във *Втора хипотеза*, че ще се установи положителна връзка между общия показател за „вътрешни цели“ и този за психично благополучие при изследваните лица, беше потвърдено.

Допускането в *Трета хипотеза*, че ще се установи отрицателна взаимозависимост между общия показател за „външни цели“ и този за психично благополучие при изследваните лица, беше отхвърлено.

Допускането в *Четвърта хипотеза*, че ще се установи отрицателна взаимозависимост между общия показател за нарцисизъм и този за психично благополучие при изследваните лица, беше отхвърлено.

Допълнителни проучвания биха били допринесли за проследяването на процесите и динамиката на избраните конструкти. Резултатите от настоящето изследване могат да послужат за създаването на модел за прогнозиране на развитието на психично благополучие въз основа на включване на обучителни програми за развиване на социално и емоционални умения у юношите и намаляване на негативното влияние на ефектите от съвременното развитие на икономиката (капитализъм) и обществото (стремеж към демократично управление).

ПРИНОСИ:

1. Осъществен е критичен анализ на теоретиите, свързани с психичното благополучие, емпатия, житейски ориентации и нарцисизъм в юношеска възраст.
2. Представен е систематичен обзор на изследване на взаимовръзките между конструктите при вече наличните емпирични изследвания.
3. Представена е преводна весия на нов за българските условия въпросник – Индекс за житейски цели (Aspiration Index), с който се извършва емпиричното изследване на житейски цели – вътрешна (към развитие и личностен растеж) и външна ориентация (материалистични блага) на юношите.
4. Проведено е оригинално емпирично проучване за България за установяване на нивата на емпатия, нарцисизъм, житейски цели и психично благополучие и взаимовръзките по между им при юношите.
5. Емпиричните резултати и теоретичните анализи предоставят рамка за създаване на различни интервенции, модел за прогнозиране и/или обучителни програми за подобряване на благополучието при юношите: развиване на емпатия, насочване към вътрешни житейски цели и предотвратяване завишаване на нива на нарцисизъм при юношите.
6. Емпиричните данни дават основание за отправяне на препоръки при изграждането на бъдещите политики спрямо ограничаване влиянието на материалистичната ориентация и повишаване на условия за оптимално функциониране на юношите.

СПИСЪК С ПУБЛИКАЦИИ:

1. Тодорова, В. (2022). Емпатия и благополучие в юношеството. Педагогически форум, 4 ISSN 1314-7986; DOI: 10.15547/PF.2022.020 <https://dipkusz-forum.net/article/405/emaptiya-i-blagopoluchie-v-yunosheska-vzrst>.
2. Тодорова, В. (2020). Материалистична ориентация и психично благополучие при юношите в 11-12 клас. Педагогически форум, 8, ISSN 1314-7986; DOI: 10.15547/PF.2019.24 <https://www.dipkusz-forum.net/article/321/materialistichna-orientaciya-i-psihichno-blagopoluchie-pri-yunoshite-v-11-12-klas>.
3. Todorova, V. (2020). On the Influence of Insecurity on Materialistic Orientation. Trakia Journal of Science, vol. 18, suppl. 1, pp. 302-307, Trakia University, ISSN 1313-3551 (online) doi:10.15547/tjs.2020.s.01. http://tru.uni-sz.bg/tsj/TJS%20-%20Suppl.1,%20Vol.18,%202020/51_V.Todorova.pdf