

## РЕЦЕНЗИЯ

от Велислава Атанасова Чавдарова-професор доктор във  
ВТУ“Св.св.Кирил и Методий“, Философски факултет, катедра „Психоло-  
гия“

на дисертационен труд за присъждане на образователната и научна степен  
„доктор“

по: област на висше образование 3.Социални, стопански и правни науки  
професионално направление 3.2.Психология  
докторска програма позитивна психология

**Автор:** Станислав Райчев Александров

**Тема:** Изследване на преживяването за благополучие в ранна зрялост

**Научен ръководител:** доц.д- Ирена Левкова – ПУ“Паисий Хилендарски“

### 1. Общо описание на представените материали

Със заповед № Р 21-2107 от 20.11.2024 г. на Ректора на Пловдивския уни-  
верситет „Паисий Хилендарски“ (ПУ) съм определена за член на научното жу-  
ри за осигуряване на процедура за защита на дисертационен труд на тема „**Из-  
следване на преживяването за благополучие в ранна зрялост**“ за придобиване  
на образователната и научна степен „доктор“ в област на висше образование 3.  
Социални, стопански и правни науки, професионално направление  
3.2.Психология, докторска програма „Позитивна психология. Автор на дисер-  
тационния труд е Станислав Райчев – редовен докторант към катедра “Психо-  
логия“ с научен ръководител доц.д-р Ирена Левкова от ПУ“Паисий Хилендарс-  
ки.

Представеният от Станислав Райчев комплект материали на хартиен носи-  
тел е в съответствие с Чл.36 (1) от Правилника за развитие на академичния със-  
тав на ПУ, включва следните документи:

- молба до Ректора на ПУ за разкриване на процедурата за защита на дисертационен труд;
- автобиография в европейски формат;
- протокол от катедрения съвет, свързан с докладване на готовността за откриване на процедурата и с предварително обсъждане на дисертационния труд;
- дисертационен труд;
- автореферат;
- списък на научните публикации по темата на дисертацията;
- копия на научните публикации;
- декларация за оригиналност и достоверност на приложените документи;

Докторантът е приложил 3 броя публикации.

## **2. Кратки биографични данни за докторанта**

В професионалния и творчески път на Станислав Райчев е налице устойчивост и целенасоченост, разнообразие и прецизност на научните интереси и стремеж към съвместяване на научното развитие в областта на психологията с разнообразна дейност в България и чужбина. Докторантът е завършил бакалавърска и магистърска степен в ПУ „Паисий Хилендарски“, където демонстрира интелектуален капацитет, заслужаващ позитивна оценка.

В обучението и трудовия му път са налице едновременно последователност, упоритост и стремеж към надграждане и развитие. Считаю, че както профилът на неговата образованост, така и практикуваните дейности, са предпоставили специфичния избор на темата.

Процедурата по придобиване на ОНС „Доктор“ е проведена коректно, при спазване на всички законови изисквания.

## **3. Актуалност на тематиката и целесъобразност на поставените цели и задачи**

Изборът на темата е многоизмерно аргументиран в посока на схващането, че очакването за бъдещето, рефлексията върху миналото и преживяването на настоящето са част от предикторите на процъфтяването, чрез които човекът разбира и придава смисъл на случващото се в живота му. Считаю, че това убеждение генерира дисертабилност и висока полезност на изложението като му придава не само теоретично-образователна, но и практико-приложна стойност.

Актуалността на темата е безспорна, тъй като критично се търси отговор на основния изследователски въпрос: Как се променят предикторите на процъфтяването като надежда, когнитивно-афективен майндфулнес и качество на живота, в зависимост от възрастта и как те влияят на компонентите на процъфтяването като положителни емоции, ангажираност, взаимоотношения, смисъл и постижения. Това налага мултидисциплинарен подход, включващ съвместяване на личните стремежи за самоусъвършенстване с обществените усилия за създаване на подкрепяща среда. Авторът убедително доказва тезата, че очакванията за бъдещето, включващи оптимизъм и надежда, са от критично значение за благополучието, постиженията и позитивните емоции, които, от своя страна имат решаваща роля в личностното и професионално развитие.

Друг аспект, който благоприятства здравословното психологическо функциониране и към който е насочен фокусът на дисертационния труд, е съзнателното преживяване на настоящия момент /майндфулнес/ по неосъдителен начин, прието като фундаментално за поддържането на психичното здраве, устойчивостта и управлението на стреса. Този подход позволява автентично изживяване на момента, без да бъде детерминирано от бъдещето или миналото.

Акцент в труда е и рефлексията върху скорошните емоционални преживявания или събития от близкото бъдеще.

#### **4. Познаване на проблема**

Теоретичната част на дисертационния труд е разработена с разбиране на проблематиката и е показана способност за критична оценка на съществуващи-

те обяснителни модели и йерархията на понятията, от които са изградени. Текстът е четивен, построен логично и критично и насочва към възможните емпирични проверки и приложни аспекти на анализиранияте теоретични конструкции. Литературните източници са ползвани коректно.

## **5. Методика на изследването**

Изследването е прецизно планирано и проведено, а емпиричната информация качествено обработена и анализирана като са използвани адекватни статистически филтри. Моделът на собственото за докторанта изследване логически произхожда от анализите в теоретичната част на дисертационния труд.

Оценявам дизайна на емпиричното изследване като оптимален за целта на изследването и проверката на заложените хипотези, а анализите на собственото изследване като задълбочени, адекватни и отнесени към хипотезите.

Цялостно, планирането на емпиричното изследване, провеждането му и анализите на получената информация, са свидетелство за добрата изследователска култура на докторанта и задълбочено, системно осмисляне на изследвания проблем.

Целта на изследването е „да се идентифицират нивата на изследваните конструкции: процъфтяване, надежда, когнитивно-афективен майндфулнес и качество на живот при изследваните лица, както и да се установят потенциалните взаимозависимости между тях“.

Предметът на дисертацията е свързан с анализ на връзките между избраните променливи и техните компоненти, както и сравняване на резултатите от тези променливи между две групи изследвани лица: първата група включваща участници в ранна зряла възраст, между 18 и 30 години и втората група, в която са включени респонденти на възраст от 30 до 60 години.

Според водещата хипотеза се предполага, че са налице статистически значими разлики в нивата на изследваните конструкции - процъфтяване, надежда, когнитивно-афективен майндфулнес и качество на живот, в зависимост от социо-демографските фактори като пол, възраст, семейно положение, месечен

доход и т.н. Изследователските задачи кореспондират със заложените цел, предмет, обект и хипотези.

В съответствие с така формулираните цел и хипотези е избран и научно-изследователският инструментариум, който включва PERMA профил (Butler & Kern, 2016), адаптиран от Маргарита Бакрачева (2020); Скала за надежда (оптимистична нагласа) в значими жизнени сфери, Domain Specific Hope Scale (Simpson, 1999), адаптирана от Маргарита Бакрачева (2020); Скала за когнитивно-афективен майндфулнес, Cognitive and Affective Mindfulness Scale – Revised (CAMS-R) (Feldman, Hayes, Kumar, Greeson & Laurenceau, 2007), адаптирана от Маргарита Бакрачева (2020); 8-точкова скала за качество на живот, SF-8TM Health Survey, адаптирана от Милена Григорова и Димитър Обрешков.

Избраната методика на изследване позволява постигане на поставената цел и получаване на адекватен отговор на задачите, поставени в дисертационния труд.

Социодемографските данни са събрани чрез анкетна карта. Основният етап на изследването е реализиран в периода от септември 2023 до май 2024, онлайн чрез Google Forms. Получената информация е обработена и организирана в Microsoft Excel 2024 за улеснение на статистическите анализи в IBM SPSS Statistics 26.

Заключенията са формулирани въз основа на вариационен анализ, проверка на вътрешната консистентност, корелационен и регресионен анализ, които позволяват детайлно изучаване на взаимовръзките между процъфтяването, надеждата, майндфулнес и качеството на живот.

## **6. Характеристика и оценка на дисертационния труд**

Дисертационният труд е с обем 239 страници и се състои от увод, три глави, обобщение и изводи, списък на използваната литература и приложения, в които са включени използваните въпросници и таблици от статистическите анализи.

В първа глава е направен теоретичен обзор и е структурирана концептуалната рамка на труда. Задълбочено са анализирани основните теории и концепции, свързани с процъфтяването, надеждата, когнитивно-афективния майндфулнес и качеството на живот. Основната теза е организирана около твърдението, че преходът към зрялост включва кариерно развитие, създаване на семейство, както и адаптация към нови социални, психологически и икономически условия. От своя страна стресът и несигурността могат да навредят на психологическото благополучие и удовлетвореността от живота, особено ако предходни конфликти не са били успешно разрешени. Измерването на благополучието в този критичен жизнен етап изисква комплексен подход, включващ аспекти като хедонистично и евдемонично благоденствие, адаптация и развитие на личностни и професионални умения.

Анализът се отличава с аналитичност и критичност и показва отличните умения на докторанта за работа с научен текст.

Във втора глава е описан дизайнът на приложното проучване. Представена е изследователската методология, организацията на емпиричното изследване, подходите и техниките за събиране на данни, както и критериите за избор на участниците, етапите на провеждане и ограниченията.

Докторантът успешно е реализирал поставените изследователски задачи, свързани с установяване на общото ниво на процъфтяване при изследваните лица и нивата на формиращите го компоненти, включително позитивни емоции, ангажираност, отношения, смисъл и постижения; диагностика на нивата на надежда (оптимистична нагласа), когнитивно-афективен майндфулнес и качество на живот при изследваните лица и анализ на конфигурациите на формиращите ги компоненти; сравнение на нивата на процъфтяване, надежда, когнитивно-афективен майндфулнес и качество на живот в динамичен аспект /при студенти и възрастни/; корелационен и регресионен анализ на заложените кон-

структи (процъфтяване, надежда, когнитивно-афективен майндфулнес и качество на живот).

*Проведеното изследване е структурирано и анализирано коректно и задълбочено. Обхватът му съответства на изискванията за такъв тип научен труд.*

В трета глава са описани резултатите и е направен анализ на получените данни. Акцентът е поставен върху взаимовръзките между процъфтяването, надеждата, когнитивно-афективния майндфулнес и качеството на живот.

При анализа и интерпретацията на получените данни докторантът разгръща изследователския си потенциал, демонстрирайки компетентност и професионализъм, заслужаващ несъмнена позитивна оценка. Направените обобщения са релевантни на получените резултати и имат практическа приложимост.

Анализът показва значими корелации между компонентите на процъфтяването и различните подскали. Данните подчертават значителното влияние на „академичния успех“ и „психичното здраве“ на процъфтяването като се подкрепят от изследвания, показващи ролята на надеждата за личностното развитие. Регресионните анализи показват влиянието на социо-икономическия статус на „ангажираността“, особено в различни възрастови групи.

Списъкът на използваната литература включва 337 броя източници на български и английски език.

По отношение на изискванията за цитиране и коректно позоваване на автори, разработката изцяло покрива критериите и отговаря на стандартите.

## **7. Приноси и значимост на разработката за науката и практиката**

**В теоретичен аспект могат да се открият следните научни приноси:**

- Предложен е комплексен дискурс към благополучието от историческа, теологична, философска и психологическа перспектива.

- Чрез използване на интегрален изследователски подход е проучена, систематизирана и прецизна информацията за теоретичната рамка на понятието „благополучие“ като задълбочено е описано влиянието на надеждата, майндфулнеса и качеството на живот.
- Чрез анализ на надеждата, майндфулнес и качеството на живота, измерени с помощта на различни психологически инструменти, настоящото изследване успешно идентифицира и анализира ключовите фактори, които влияят на благоденствието на младите възрастни.
- Компетентно е диференцирана динамиката на благополучието във възрастов аспект. Направените констатации и аналитични наблюдения са основа за формулиране на изводи и описание на авторски модел за изследване на процъфтяването в зряла възраст.
- Успешно е реализиран мултидисциплинарен подход към здравето, включващ интеграцията между физически, емоционални и психологически аспекти.
- Компетентно е верифицирана връзката между благополучието и други психологически конструкти. Проучени са предикторите, които комплексно влияят върху преживяването на благополучие.

**В приложен аспект могат да се открият следните научни приноси:**

- Комплексно извършеният количествен, качествен и статистически анализ е синтезно представен и визуализиран с добре пояснени таблици, хистограми, графики и диаграми.
- Формулираните изводи, изложени във форма на обобщение на резултатите от изследването, са достатъчно информативни и релевантни на получените данни и могат да бъдат успешно използвани в бъдещи проучвания.



- Установени са различията на изследваните лица по отношение на благополучието в полово-ролеви и възрастов план.
- Експертно е изследвано влиянието на начина, по който когнитивно-афективният майндфулнес и надеждата въздействат в различни жизнени етапи, подчертавайки нуждата от възрастови стратегии за поддържане на високи нива на тези качества.
- Моделът на изследването е описан комплексно. Предметът, обектът, целта и задачите са точно формулирани. Приложена е адекватно структурирана авторска методика за изследване на измерваните величини.
- Проверката на заложените хипотези е осъществена посредством подходящ инструментариум и статистическа обработка на данните. Извършеният качествен сравнителен анализ на резултатите е коректно осъществен.
- Формулираните изводи са релевантни на конкретното изследване, а обобщението има реалистична приложимост.
- Представени са адекватни стратегии за интервенции в психологическото консултиране, целящи повишаване на благополучието и включващи методи за усилване на устойчивостта и подобряване на емоционалното здраве.

## **8. Преценка на публикациите по дисертационния труд**

Представеният списък от 3 публикации по темата на дисертацията съответства на изискванията за придобиване на ОНС „доктор“. Публикуването им в престижни списания е гаранция за професионализъм. Задълбочеността и качеството им са несъмнени.

## **9. Лично участие на докторантката**

Участието на докторанта при планирането, провеждането, анализа, обобщението и интерпретацията на получените от теоретико-приложното изследване резултати е безспорно. В отделните етапи е демонстриран професионализъм и прецизност. Формулираните приноси съответстват на постигнатите резултати.

## **10. Автореферат**

Представеният Автореферат на дисертационния труд е с подходящ обем от 32 страници, структуриран е съобразно композиционната организация на изследването и адекватно представя основните му тези, резултати, заключения. Съществени акценти са поставени върху значимостта и научната новост на изследването, чиито методологични ограничения са адекватно посочени. В структурата е включена и самооценката на автора относно приносните моменти на работата му.

## **11. Критични забележки и препоръки**

С цел популяризиране на дисертационния труд бих препоръчала публикуването му като монографичен труд.

## **12. Лични впечатления**

Представената разработка показва отличната теоретична и практическа подготовка на докторанта по изследваните проблеми, както и умението му да обработва, интерпретира, анализира и обобщава резултати от проведено психологическо изследване. Разработката е балансирана и добре структурирана.

Направените изводи и констатации по отношение на избора на благополучието и съпътстващите детерминанти са едновременно адекватни и смели. Считаю, че авторът притежава необходимите умения и компетентности, за да продължи научното си развитие.

**13. Препоръки за бъдещо използване на дисертационните приноси и резултати**

Бъдещи изследвания могат да включват допълнителни фактори, които могат да влияят на процесите на процъфтяване. Това би позволило по-дълбоко изучаване на скрити или второстепенни влияния, които могат да доведат до вариации в преживяването на благополучие. На основата на получените резултати е резонно да се разработят интервенционни програми за увеличаване на социалната активност на възрастните хора и стимулиране на социалното им включване и участие чрез укрепване на социалните връзки.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Дисертационният труд *съдържа научни, научно-приложни и приложни резултати, които представляват оригинален принос в науката* и отговаря на всички изисквания на Закона за развитие на академичния състав в Република България (ЗРАСРБ), Правилника за прилагане на ЗРАСРБ и Правилника на ПУ „Паисий Хилендарски“.

Разработка показва, че докторант Станислав Райчев **притежава** задълбочени теоретични знания и професионални умения по научна специалност 3.2.Психология като **демонстрира** качества и умения за самостоятелно провеждане на научно изследване.

Поради гореизложеното, убедено давам своята **положителна оценка** за проведеното теоретико-приложно изследване, представено в рецензираните погоре дисертационен труд, автореферат, постигнати резултати и приноси, и **предлагам на почитаемото научно жури да присъди образователната и научна степен „доктор“** на Станислав Райчев в област на висше образование: 3.Социални, стопански и правни науки, професионално направление 3.2.Психология, докторска програма „Позитивна психология“.

15.01. 2025 г.

Рецензент: .....

Проф.д-р Велислава Чавдарова