

РЕЦЕНЗИЯ

от проф. д-р Кирилка Симеонова Тагарева от Пловдивски университет „Паисий Хилендарски“

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: Кристиана Георгиева Енева

Тема: „Позитивни когнитивни процеси и удовлетвореност от романтичните отношения в ранна зряла възраст“

Научен ръководител: проф. д-р Юрий Павлов Янакиев – Пловдивски университет „Паисий Хилендарски“

1. Общо описание на представените материали

Със заповед № РД-22-1496/23.06.2025 г. на Ректора на Пловдивския университет „Паисий Хилендарски“ (ПУ) съм определена за член на научното жури за осигуряване на процедура за защита на дисертационен труд на тема „*Позитивни когнитивни процеси и удовлетвореност от романтичните отношения в ранна зряла възраст*“ 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 дисертационния труд е Кристиана Георгиева Енева – докторантка в задочна форма на обучение към катедра „Психология“ с научен ръководител проф. д-р Юрий Павлов Янакиев.

Представеният от Кристиана Енева комплект материали на хартиен носител е в съответствие с Чл.36 (1) от Правилника за развитие на академичния състав на ПУ и включва следните документи:

- молба до Ректора на ПУ за разкриване на процедурата за защита на дисертационен труд;
- автобиография в европейски формат;
- протоколи от катедрения съвет, свързани 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.

Докторантката е приложила осем публикации.

2. Кратки биографични данни за докторанта

Кристиана Георгиева Енева е родена през 1994 г. През 2017 г. придобива бакалавърска степен по психология в ПУ с квалификация психолог, учител по психология. През 2019 г. придобива магистърска степен по психология в ПУ в програмата по Позитивна психология с квалификация психолог. Кристиана Енева има и други придобити квалификации, свързани с научните ѝ интереси в областта на психологията и образованието: Монтесори педагог; базисен консултант по позитивна психотерапия; позитивен психотерапевт.

Обучението ѝ като докторант започва от 1.03.2021 г., когато е зачислена в задочна докторантура по Позитивна психология към катедра „Психология“ в Педагогическия факултет на ПУ. По време на обучението си тя е изпълнявала отговорно всички дейности, заложили в индивидуалния учебен план за образователна и научна степен „доктор“ и е положила успешно всички изпити, определени в плана. През 2025 г. Кристиана Енева е отчислена с право на защита. Нейният дисертационен труд е представен и одобрен за защита от научно звено на катедра „Психология“ на Педагогическия факултет към ПУ на 03.06.2025 г.

Професионалният опит на К. Енева е в областта на образованието и на туризма. Тя е работила като училищен психолог в средно училище „Св. Св. Кирил и Методий“, гр. Пловдив и като счетоводител и оператор в Джей Уай Джи ЕООД, гр. Пловдив. Представената автобиография показва насочени ориентации на докторантката в областта на позитивната психология и младежката възраст и отразява нейния избор на тема за дисертационно изследване – позитивните когнитивни процеси и удовлетвореност от романтичните отношения в ранна зряла възраст.

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

Дисертационният труд на Кристиана Енева, като цяло, е посветен на изучаването на психическото благополучие и здравето на младите хора в ранна зряла възраст. Проблемът е актуален в научно и научно-приложно отношение. Актуалността се изразява в опита да се разшири научното познание в областта на позитивната психология и психологията на развитието през ранната, средната и късна зрялост. В приложен аспект актуалността на темата се

открива в търсенето на пътища за повишаване на удовлетвореността от междуличностните отношения и механизми за подобряване на качеството на връзката между партньорите на всеки етап от взаимоотношенията в двойката. В този план е интересно емпирично да се изследва връзката между степента на удовлетвореност от романтичните взаимоотношения и позитивните когнитивни процеси при хора в периода на ранна зрялост. Конкретните задачи, които си поставя Кристиана Енева са свързани с изследване на оптимизма, надеждата, майндфулнес, удовлетвореността от романтичните отношения и връзката между тези конструкции в зрелостта.

4. Познаване на проблема

Кристиана Енева познава състоянието на проблема и оценява творчески литературния материал.

5. Методика на изследването

Избраната методика на изследване позволява на докторанта К. Енева да постигне поставената цел и да получи адекватен отговор на задачите, решавани в дисертационния труд. Приложени са следните инструменти:

1. Скала за житейска ориентация – преработена версия (LOT-R, Scheier et.al., 1994).

Скалата проследява нивата на генерализиран оптимизъм/песимизъм и съдържа 10 айтема, за които индивидът поставя оценка по петстепенна скала от Ликертов тип (от 0 = Силно несъгласен до 4 = Съвсем съгласен). По-големият брой точки дава индикация за наличието на по-високи нива на генерализиран оптимизъм, а по-ниският – за песимизъм. Скалата е еднокомпонентна и съдържа три инверсивни айтема, както и четири айтема-дистрактори, същинският анализ на скалата се извършва на база останалите 6 айтема.

2. Скала за изследване на надеждата при възрастни (AHS, Snyder et.al 1991). Скалата се състои от две подскали – „Агенционно мислене“ и „Пътища“. Общата скала се състои от 12 айтема, а подскалите включват в себе си по 4. Оставащите 4 айтема имат ролята на дистрактор с цел повишаване на валидността. Всяко твърдение се оценява по осемстепенна скала от Ликертов тип (от 1 – категорично не е вярно до 8 – категорично е вярно).

3. Скала за измерване на майндфулнес като осъзнато внимание – (MAAS, Brown&Ryan, 2003). Скалата е еднокомпонентна по своя характер и съдържа 15 айтема, оценявани по 6 – степенна скала от Ликертов тип (от 1 – Почти винаги ; до 6 – Почти никога). По-високият краен резултат дава индикация за по-високи нива на диспозиционен майндфулнес.

4. Скала за оценка на взаимоотношенията – (RAS, Hendrick, Dicke & Hendrick 1998).

Скалата е съставена от 7 айтема, оценявани по 5-степенна скала от Ликертов тип с различни показатели за всеки въпрос. Тя е самооценъчна и изучава когнитивния аспект. Съдържа два инверсивни айтема.

5. Скала за измерване на удовлетвореността от семейните отношения с прилагателни (FSAS, Barraca et al., 2020). Скалата измерва удовлетвореността от семейните отношения при функционални и дисфункционални двойки. Съдържа 27 айтема, които представляват двойки прилагателни, предизвикващи емоционален отговор – от позитивна до негативна конотация. Оценката за всяка двойка се придвижва от „Напълно“, „Доста“, „Донякъде“ за негативния афект до „Донякъде“, „Доста“ и „Напълно“ за позитивния афект.

Освен това, на изследваните лица са предложени въпроси за пол, възраст, образование, сексуална ориентация, семейно положение, продължителност на връзката и липсата или наличието на деца.

Статистическите методи за обработка и анализ включват: Дескриптивна статистика; включително средни стойности и стандартно отклонение; Факторен анализ на айтемите; Анализ на психометричните свойства на всеки от използваните въпросници, включително алфа на Кронбах; Т-критерий за сравняване на средните на две извадки (ANOVA); Корелационен анализ. Статистическата обработка е извършена със специализиран софтуер IBM SPSS Statistics, v. 19.

6. Характеристика и оценка на дисертационния труд

Дисертационният труд се състои от общо 344 страници и включва: увод, три глави, приноси, ограничения, заключение, приложения, библиография. За изследването са използвани 166 източника - 23 на кирилица, 132 на латиница и 8 уебстраници. В работата са включени 39 фигури и 53 таблици.

Първата глава е теоретично-аналитична и представя литературен обзор по темата на дисертацията. Тя съдържа четири части, посветени на теоретичните постановки на проблема за оптимизма; за надеждата; за майндфулнес; за социалните взаимоотношения. В първата част са разгледани разбиранията за оптимизма в исторически аспект, както и съвременни теории за оптимизма на Мартин Селигман (M. Seligman), Чарлс Карвър и Майкъл Шайер (Carver & Scheier) и др. Анализирана е връзката на оптимизма с надеждата и социалните взаимоотношения. Втората част е посветена на надеждата. Акцентът е върху позитивната психология на надеждата – теорията на Ч. Снайдер и подобряване на уменията за преживяване на надежда при възрастните. Третата част дискутира идеите за майндфулнес, като са представени модерни теории за майндфулнес, програми за развитие и подобряване на уменията за

майндфулнес и др. Четвъртата част представя същността на социалните взаимоотношения, теории за социалните взаимоотношения, любов, привързаност и удовлетвореност от романтични взаимоотношения. Приведени са теоретични постановки с фокус емпирични потвърждения (Аргайл и Хендерсън, 1989; Елън Бърншейд и Илейн Уейстър, 1978, Даяна Дуайър 2000 и др.).

Във втора глава е представен дизайн на емпиричното изследване. Посочени са обект и предмет на изследването. Поставена е целта, формулирани са 10 задачи и са издигнати 7 хипотези. Описана е организацията и методи в изследването. В емпиричното изследване участват общо 825 лица в ранна, средна и късна зряла възраст. От тях 735 (89%) са жени и 86 (10%) са мъже. Респондентите са разпределени в две експериментални групи: първа група се състои от лица в ранна зряла възраст – до 40 години, обхващаща 541 лица (65%), а втора група – от лица в средна и късна зрялост – над 40 години, включваща 284 лица (35%).

Третата част от дисертацията е посветена на анализ на резултатите от изследването. Първо е представен анализ на социодемографския профил на респондентите, след това – анализ на резултатите от изследване на основните конструкти със съответните инструменти: скалата за оптимизма; скалата за надежда; скалата за осъзнато внимание (MAAS); скалата за когнитивна удовлетвореност от взаимоотношенията с партньора; скалата за оценка на удовлетвореността от семейните отношения с прилагателни (емоционална удовлетвореност). Проучени са връзките между изследваните конструкти чрез прилагане на корелационен анализ.

В изследването Кристиана Енева издига следните 7 хипотези:

Хипотеза 1. Предполага се, че по-високата степен удовлетвореност от романтичните отношения корелира положително с повишени способности за използване на оптимизъм, надежда и майндфулнес в ежедневието при изследваните лица в зряла възраст.

Хипотеза 2. Допуска се, че изследваните лица, които се намират в романтична връзка, ще демонстрират по-високи нива по скалите за позитивни когнитивни процеси от необвързаните.

Хипотеза 3. Предполага се, че от демографските фактори (пол, възраст, семеен статус, продължителност на връзката, деца) най-често продължителността на връзката би оказала статистическо значимо влияние върху удовлетвореността от отношенията с партньора. Допускаме, че поддържането на дълги взаимоотношения с партньора се свързва с по-добри способности за извличане на наслада от връзката, което на свой ред би допринесло за по-силна удовлетвореност.

Хипотеза 4. Допуска се, че изследваните лица в ранна зряла възраст ще демонстрират по-ниски стойности по скалите за измерване на оптимизъм, надежда и майндфулнес, както и по отношение на степента на удовлетвореност от отношенията с партньора в сравнение с тези в средна и късна зрялост.

Хипотеза 5. Допуска се, че скалите за когнитивна и емоционална удовлетвореност от романтичните отношения ще демонстрират висока корелационна връзка помежду си, като при когнитивната би се наблюдавал леко завишен резултат на равнището на удовлетвореност за сметка на емоционалната.

Хипотеза 6. Очаква се да не се регистрират значими полови различия в нивата на оптимизъм, надежда, майндфулнес и удовлетвореност от взаимоотношенията с партньора. Допуска се още, че наличието на деца ще бъде свързано само със значими различия по отношение на степента на удовлетвореност от отношенията между партньорите.

Хипотеза 7. Очаква се всички скали да демонстрират добра надеждност (по алфа на Кронбах) и висок междуайтъмен индекс на корелация. По-конкретно, К. Енева предполага, че скалите могат да бъдат прилагани за българското население.

Резултатите и техният анализ сочат, че първа хипотеза се потвърждава. По-високите нива на удовлетвореност от романтичните взаимоотношения (когнитивна и емоционална) демонстрират положителна корелационна връзка с по-високи стойности по скалите, измерващи оптимизъм; надежда и майндфулнес. Най-висок корелационен коефициент се измерва във връзката майндфулнес с когнитивна и емоционална удовлетвореност в сравнение с другите позитивни когнитивни процеси. Авторката счита, че подобен резултат дава основание да се смята, че способността за осъзнато внимание оказва по-силно влияние върху процесите във взаимоотношенията спрямо другите изследвани явления, което на свой ред допринася за по-силната удовлетвореност на двамата партньори.

Втората хипотеза не се потвърждава. Установено е, че няма статистически значима връзка между нивата на позитивните когнитивни процеси и това дали участниците са обвързани, или не.

По отношение на третата хипотеза се оказва, че тя се потвърждава частично. Не се открива статистически значима разлика между резултатите за когнитивна удовлетвореност на участниците с различна продължителност на връзката, докато при емоционалната удовлетвореност такава е налице за някои групи респонденти. Не се открива и статистически значима разлика между участниците с различна продължителност на връзката по признак оптимизъм и надежда, но за майндфулнес такава връзка е налице.

Четвъртата хипотеза се потвърждава. Установени са по-високи резултати по скалата за диспозиционен оптимизъм при участниците над 40 годишна възраст. Авторката анализира резултата от гл. точка на възрастовите специфики на ранната зрялост спрямо средната и късна зрялост.

По отношение на хипотеза 5, резултатите показват, че тя се потвърждава. Скалите за когнитивна и емоционална удовлетвореност от романтичните взаимоотношения демонстрират висока корелационна връзка помежду си.

Шестата хипотеза се потвърждава частично. Резултатите от анализа на докторантката сочат, че не е налице съществена статистическа разлика в нивата на оптимизъм, надежда (и по двете субскали) при мъжете и жените. При нивата на майндфулнес, обаче, има статистически значима разлика между мъжете и жените - мъжете докладват за по-добри способности за диспозиционен майндфулнес в сравнение с жените. По фактор „надежда“ се открива значима статистическа разлика между резултатите показани от участниците, които имат деца и тези, които нямат. Тези разлики са съществени за подскала „агенционно мислене“ и общите нива на надежда. Но при фактор „пътища“ не се откриват такива значими резултати.

Седмата хипотеза се потвърждава. Всички скали демонстрират добра надеждност (по алфа на Кронбах) и вътрешна консистентност (промени в хипотезите).

7. Приноси и значимост на разработката за науката и практиката

Научно-приложните приноси в дисертационния труд на Кристиана Енева се заключават в провеждането на оригинално проучване на позитивните когнитивни процеси и удовлетвореността от романтичните отношения в ранна зряла възраст. Изследването предлага цялостно разбиране за когнитивното благополучие, удовлетвореността и взаимоотношенията на младите хора. Научните приноси, които отговарят на съдържанието на дисертационния труд се заключават в следното:

1. На базата на осъществен теоретичен анализ са интертирани съвременни схващания за оптимизма, надеждата, майндфулнес, взаимоотношенията и емоционалната удовлетвореност и са аргументирани налични взаимовръзки между тях.

2. Представен е систематичен обзор на редица емпирични проучвания, отнасящи се до изследваните конструкции.

3. Осъществена е адаптация за българските условия на скалите за изследване на позитивните когнитивни процеси и удовлетвореността от романтичните взаимоотношения с партньора.

4. Проведено е оригинално емпирично проучване в научното поле на изследваната проблематика в България относно взаимовръзките между оптимизъм, надежда, майндфул-

нес, взаимоотношения и емоционална удовлетвореност при младите хора. Получените резултати обогатяват съществуващите модели за психично благополучие през зрелостта, потвърждавайки, че по-високата степен удовлетвореност от романтичните отношения се свързва положително с повече оптимизъм, надежда и майндфулнес в ежедневието в зряла възраст.

5. Емпиричните данни дават основание да се заложат специфични дейности за насърчване на оптимизма, надеждата, майндфулнес при развитието на образователни, социални политики, психокорекционни практики и здравни стратегии у нас.

8. Преценка на публикациите по дисертационния труд

Публикациите, представени за рецензиране са общо 8. Шест от тях са самостоятелни статии на Кристиана Енева и две – в съавторство с научния ръководител. Всички са на български език. Те са посветени на теми от дисертацията – оптимизма и песимизма, надеждата, майндфулнес, удовлетвореност от взаимоотношенията в двойката и др.

9. Лично участие на докторанта

Считам, че проведеното дисертационно изследване е лично дело на докторантката Кристиана Енева и формулираните приноси и получени резултати са нейна лична заслуга.

10. Автореферат

Авторефератът е направен според изискванията и отразява основните резултати, постигнати в дисертацията.

11. Критични забележки и препоръки

Нямам критични забележки, които биха могли да оказат съществено влияние върху направената рецензия. Препоръчвам на К. Енева да продължи да работи в областта на позитивната психология.

12. Лични впечатления

Познавам Кристиана Енева като студентка по психология в бакалавърската и магистърската програма по Позитивна психология. Имам положително мнение за нея. Тя е отговорна, и лоялна в работата си.

13. Препоръки за бъдещо използване на дисертационните приноси и резултати

Препоръчвам публикуване на научни статии и на монография по темата.

В рамките на моята компетентност не открих текстове, които могат да бъдат определени като плагиатство, а и в периода на работата ми върху рецензията не съм получавала сигнали за такова.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

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

Дисертационният труд показва, че Кристиана Георгиева Енева притежава теоретични знания и професионални умения по научна специалност *позитивна психология* като демонстрира качества и умения за самостоятелно провеждане на научно изследване.

Поради гореизложеното, убедено давам своята *положителна оценка* за проведеното изследване, представено от рецензираните по-горе дисертационен труд, автореферат, постигнати резултати и приноси, и *предлагам на почитаемото научно жури да присъди образователната и научна степен ‘доктор’* на Кристиана Георгиева Енева в област на висше образование: Социални, стопански и правни науки, професионално направление Психология, докторска програма Позитивна психология.

24.07.2025 г.

Рецензент:

(проф. д-р Кирилка Тагарева)