

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: Кристиана Георгиева Енева

Тема: Позитивни когнитивни процеси и удовлетвореност от роман-
тичните отношения в ранна зряла възраст

Научен ръководител: проф.д-р Юрий Янакиев – ПУ“Паисий Хилендарс-
ки“

1. Общо описание на представените материали

Със заповед № Р 22-1496 от 23.06.2025 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 **„По-
зитивни когнитивни процеси и удовлетвореност от романтичните отноше-
ния в ранна зряла възраст“** за придобиване на образователната и научна сте-
пен „доктор“ в област на висше образование 3. Социални, стопански и правни
науки, професионално направление 3.2.Психология, докторска програма „По-
зитивна психология. Автор на дисертационния труд е Кристиана Енева – редо-
вен докторант към катедра “Психология“ с научен ръководител проф.д-р Юрий
Янакиев от ПУ“Паисий Хилендарски.

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, включва следните документи:

- автобиография в европейски формат;
- 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 8 броя публикации – самостоятелно или в съавторство с научния ръководител.

2. Кратки биографични данни за докторанта

Кристиана Енева е докторант към катедра “Психология” при Педагогически факултет на ПУ „Паисий Хилендарски“. Трудовият ѝ опит е разнообразен и експертен и съвместява редица дейности, формиращи многоаспектен професионален профил, реализиран в работни позиции, доминиращо обвързани с помагача и експертна психологическа дейност.

Авторката е коректен и прецизен изследовател, който успява да верифицира психологическия си опит, съвместявайки ги в полезен научен продукт, осигуряващ и инструмент за практическа работа.

В образователния и изследователския ѝ статут е налице последователност, демонстрирана при придобиването на бакалавърска степен по психология и магистърска степен по позитивна психология в ПУ, както и при надграждащото обучение в редица програми, между които като монтесори педагог, психотерапевт и др.

Депозитираната документация е изрядна и отговаряща на всички критерии по смисъла на процедурата за провеждане на настоящата защита. Докторантката

та добросъвестно е изпълнила всички дейности по индивидуалния си учебен план. Не се регистрират данни за плагиатство.

Информацията от автобиографията на Кристиана Енева свидетелства за един поетапно и достойно вървян път за професионална реализация в областта на науката и практиката.

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 удовлетвореността в романтичните взаимоотношения, чрез които човекът разбира и придава смисъл на случващото се в живота му. Считаю, че това убеждение генерира дисертабилност и висока ползност 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: Кои са предизвикателствата на новото време, свързани с идентифицирането на модерни начини за справяне с проблемите и житейските изисквания на различните възрастови периоди, как се променят предикторите на удовлетворяващите романтични взаимоотношения 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, чрез който авторката 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 полето на междуличностните отношения.

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 съществуващите 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 докторантката изследване логически произхожда от анализите в теоретичната част на дисертационния труд.

Оценявам дизайна на емпиричното изследване като оптимален за целта 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 докторантката и задълбочено, системно осмисляне на изследвания проблем.

Целта на изследването е „да анализира емпирично корелацията между степента удовлетвореност от романтичните взаимоотношения и позитивните когнитивни процеси при индивиди в периода на ранна зрялост“.

Предметът на дисертацията е свързан с емпиричното изследване на позитивните когнитивни процеси оптимизъм, надежда, майндфулнес, както и степента на удовлетвореност от романтичните отношения. Обект са лица, попадащи в категорията ранна зряла възраст – обвързани и необвързани. За контролна група са използвани измервания при индивиди в средна (и късна) зрялост.

Според водещата хипотеза 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. Изследователските задачи кореспондират със заложените цел, предмет, обект и хипотези.

В съответствие с така формулираните цел и хипотези е избран и научно-изследователският инструментариум. Избраната методика е адекватна, а предвид големината на извадката от изследвани лица, получените данни са досто-

верни, обработени чрез дескриптивна статистика, 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) и корелационен анализ.

Заклученията 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 344 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 оптимизма, процъфтяването, надеждата, когнитивно-афективния майндфулнес и качеството на живот. Основната теза е организирана около твърдението, че преходът към зрялост изисква особено внимание към любовта и романтичните взаимоотношения. От своя страна налице е влиянието на защитния песимизъм, психичното благополучие, физическото здраве, потребността от постижения и т.н. върху качеството на живот и социалните взаимоотношения, надеждата и майндфулнес. Резонно и задълбочено са анализирани и конфликтните диади в противовес на удовлетвореността от романтичните взаимоотношения.

Анализът се отличава с аналитичност и критичност и показва отличните умения на Кристиана Енева 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.

Докторантката успешно е реализирала поставените изследователски задачи, свързани установяването на общото ниво на удовлетвореност от взаимоотношенията с партньора, общата способност на участниците за въвличане в позитивни когнитивни процеси; търсенето на потенциална връзка между възрастовите характеристики на участниците и изследваните показатели; съпоставката на данните на изследваните лица по категориите „обвързани/необвързани“, „ранна/средна зряла възраст“; проследяването на диспозиционните особености на участниците, преживяващи висока степен на удовлетвореност от романтичните си отношения и извеждането на препоръки за подобряване на качеството на връзката между партньорите на всеки етап от взаимоотношенията им.

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. Генералният извод от проведеното изследване е обвързан с твърдението, че *не едно конкретно умение, а комбинацията от специфични способности е това, което прави взаимоотношенията по-удовлетворителни и може да повлияе тяхната трайност и стабилност. Установяването на тези специфични характеристики е от ключово значение.*

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

Списъкът на използваната литература включва 166 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 удовлетвореността от взаимоотношенията от философска и психологическа перспектива.
- Чрез използване на интегрален изследователски подход е проучена, систематизирана и прецизирана информацията за теоретичната рамка на понятията „оптимизъм“, „надежда“, „майндфулнес“ като задълбочено е описано влиянието им върху удовлетвореността от романтичните взаимоотношения.
- Чрез анализ на надеждата, майндфулнес и оптимизма, измерени с помощта на различни психологически инструменти, настоящото изследване успешно идентифицира и анализира ключовите фактори, които влияят на взаимоотношения в периода на зрелостта.
- Компетентно е диференцирана динамиката на удовлетвореността във взаимоотношенията във възрастов аспект. Направените констатации и аналитични наблюдения са основа за формулиране на изводи и описание на авторски модел за изследване на анализирания конструкт.
- Компетентно е верифицирана връзката между удовлетвореността в романтичните взаимоотношения и други психологически конструкти. Проучени са предикторите, които комплексно влияят върху преживяването на удовлетвореност.

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 удовлетвореността от романтичните взаимоотношения в полово-ролеви и възрастов план.
- Експертно е изследвано влиянието на начина, по който когнитивно-афективният майндфулнес и надеждата въздействат в различни аспекти от взаимоотношенията, подчертавайки нуждата от разработването на стратегии за поддържане на качеството на междуличностното общуване.
- 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.
- Дисертационното изследване прави стъпка към обширната тема, отнасяща се към създаването, изграждането и поддържането на удовлетворителни и качествени взаимоотношения, романтични или не. То провокира

размисъл върху теоретичното и практическото приложение на новите открития в рамките на модела на модерната позитивна психология в национален контекст.

8. Преценка на публикациите по дисертационния труд

Представеният списък от 8 публикации – самостоятелни и в съавторство с научния ръководител по темата на дисертацията надхвърля 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 Кристиана Енева при планирането, провеждането, анализа, обобщението и интерпретацията на получените от теоретико-приложното изследване резултати е безспорно. В отделните етапи е демонстриран професионализъм и прецизност.

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 и заключения. Съществени акценти са поставени върху значимостта и научната новост на изследването, чиито методологични ограничения са адекватно посочени.

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 Кристиана Енева по изследваните проблеми, както и умението ѝ 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 удовлетвореността от романтичните взаимоотношения са едновременно адекватни и смели. Считаю, че авторката притежава необходимите умения и компетентности, за да продължи научното си развитие.

13. Препоръки за бъдещо използване на дисертационните приноси и резултати

В изследователските планове на докторантката би могло да се включи проучване на позитивните когнитивни процеси в рамките на българския културен контекст.

Бъдещи изследвания, проведени в ракурса на удовлетвореността от романтичните взаимоотношения и концептуализиране на рисковите фактори ще обогатят психологическата теория и практика.

Резултатите от настоящето дисертационно изследване могат да бъдат използвани за изграждането на програми (национални и европейски) за подпомагане на двойки, които срещат трудности в своите взаимоотношения.

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 докторантката Кристиана Енева **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 по-горе дисертационен труд, автореферат, постигнати резултати и приноси, и **предлагам на почитаемото научно жури да присъди образователната и научна степен „доктор“** на Кристиана Енева в област на висше образование: 3.Социални, стопански и правни науки, професионално направление 3.2.Психология, докторска програма „Позитивна психология“.

24.07.2025 г.

Рецензент:

Проф.д-р Велислава Чавдарова