

Резултати от втория етап на Проект “Психичното благополучие и развитие на силните страни през жизнения цикъл”,

№ МУ21-ПФ-006, финансиран от ФНИ към ПУ „Паисий Хилендарски“

1. Провеждане на изследване на целева група „юноши“ и „ранна зрялост“.
2. Извеждане на резултати и анализ за целевите групи.
3. Обобщени препоръки за подобряване на благополучието и развитието на силните страни в целева група "юноши" и целева група „ранна зрялост“ спрямо резултатите от проведено изследване.
4. Изготвяне на статии, представящи резултатите от изследването, теоретичната рамка и препоръки/идеи за активности насочени към повишаване на Психичното благополучие и развитието на силните страни.
5. Публикации в български и международни сборници и издания.
6. Участия в български и международни научни форуми.
7. Годишен сборник с публикации със знанията, придобити от теорията, изследването и направените анализи, изводи и препоръки от проведените изследвания.
8. Монография на тема: „Силните страни в тийнейджърска възраст“.

Списък на подготвените научни статии от членовете на екипа през 2022 г., в изпълнение на настоящия проект.

Сборник: Психично благополучие и развитие на силните страни през жизнения цикъл - втора част, Пловдивско университетско издателство.

Илиева, Т. (2022). ПСИХИЧНОТО БЛАГОПОЛУЧИЕ И НАДЕЖДАТА: Сборник: Психично благополучие и развитие на силните страни през жизнения цикъл - втора част, Пловдивско университетско издателство.

Статията е посветена на конструкта „наdejда“ в контекста на позитивната психология. Дискутирани са идеи на различни автори за надеждата, благополучието и смисъла в живота. Представено е емпирично изследване на надеждата при лица в зряла възраст.

Овчарова, К. (2022). НАДЕЖДНОСТ НА ВЪТРЕШНАТА СЪГЛАСУВАНОСТ НА „СКАЛАТА ЗА ПРОТЕКТИВНИТЕ ФАКТОРИ“ СРЕД БЪЛГАРСКА ИЗВАДКА: Сборник: Психично благополучие и развитие на силните страни през жизнения цикъл - втора част, Пловдивско университетско издателство.

Целта на статията е да съобщи данните от първична апробация на психометричния инструмент „Скала за протективните фактори“ (The Scale of Protective Factors (SPF-24) на Понсе-Гарсия и колеги (Ponce-Garcia et al., 2015) сред българска извадка. Осъществен е прав и обратен превод от английски език на айтемите, проведено е емпирично изследване сред 214 пълнолетни лица и е измерена вътрешната съгласуваност на скалата с помощта на коефициента Алфа на Кронбах. Получените данни показват много добра надеждност на скалата, което разкрива нейния потенциал да бъде използвана като инструмент в бъдещата психологическа изследователска практика.

Митевска, М., Орманова, В., Цветкова, П. (2022) УДОВЛЕТВОРЕНОСТ ОТ ТРУДА В COVID СИТУАЦИЯ: Сборник: Психично благополучие и развитие на силните страни през жизнения цикъл - втора част, Пловдивско университетско издателство.

Целта на настоящото изследване е представяне на теоретичните постановки по темите: Удовлетвореност от труда в COVID ситуация; Удовлетвореност от живота и Субективно щастие, както и съпоставяне на тези конструкти, провеждайки емпирично проучване, чрез анкета, което да покаже нагласите на хората по отношение на промяната на работния процес във време на пиково разпространение на вируса COVID-19. Целта на настоящия труд е да покаже, че съществува взаимовръзка между горепосочените структури, в същото време се посочва влиянието на демографските структури (пол, възраст, трудов стаж и сфера на дейност) върху удовлетвореността от труда в COVID ситуация, удовлетвореността от живота и субективното щастие. Резултатите от изследването показват, че такава взаимовръзка съществува между конструктите, а и също, че някои от демографските показатели оказват влияние върху някои от аспектите на основните конструкти.

Меднева, Т., Меднева, С. (2022) СИНДРОМЪТ БЪРНАУТ – ВРЪЗКА МЕЖДУ ТРИТЕ МУ ИЗМЕРЕНИЯ И СУБЕКТИВНОТО ЧУВСТВО ЗА САМОТА ПРИ СТУДЕНТИТЕ: Сборник: Психично благополучие и развитие на силните страни през жизнения цикъл - втора част, Пловдивско университетско издателство.

Настоящият доклад представя резултатите от проучване, свързано със субективното усещане за самота и проявата на синдрома бърнаут в трите му измерения при студенти и преподаватели.

В проучването участваха общо 292 души – студенти от различни специалности и преподаватели от различни учебни заведения.

За нуждите на проучването бяха използвани въпросник за самооценка на прегарянето на Маслах (МВІ), въпросник за диагностика на нивото на субективното усещане за самота от Д. Ръсел и М. Фъргюсън и демографски данни.

Резултатите показаха високи стойности по скалите за субективно усещане за самота и емоционално изтощение за близо 50% от анкетираните. Високите стойности по другите две измерения на бърнаут са в по-малък процент за извадката.

Корелационният анализ показва силна корелация между самотата- емоционално изтощение и самотата-деперсонализация, с големина на ефекта $r(292) = 0,8$ и $r(292) = 0,5$.

Отбелязва се отрицателна корелация между субективното усещане за самота и редуцията на личните постижения с малка или по-малка от типичната големина на ефекта.

Меднева, Т., Стоилова, Т. (2022) СОЦИАЛНАТА АДАПТАЦИЯ КАТО ПРЕДИКТ ЗА СПРАВЯНЕТО СЪС СТРЕСА В КЪСНО ЮНОШЕСТВО: ФАКТОРИ И ДИАГНОСТИКА:

Сборник: Психично благополучие и развитие на силните страни през жизнения цикъл - втора част, Пловдивско университетско издателство.

Проучването има за цел да установи нивото на социална адаптация при подрастващите в един от най-сложните и трудни етапи през целия живот – юношеството. Този етап се характеризира с наличието на голям брой промени, както физически, така и психически, и социални. Всичко това е изключително стресиращо за подрастващите. Определянето на възможността за адаптация при юношите ще даде информация относно възможността им да се справят с различни стресори в новия етап от живота, в който навлизат.

Тестовата методика, с която се работи в настоящото изследване на поведението, е създадена от К. Роджерс и Р. Даймонд и е известна като Въпросник СПА. Изследвани са 110 ученици на възраст 16 – 18 години от област Пловдив.

Резултатите от емпиричното изследване са в полза на психолога за определяне проблемни зони при социална адаптация за оптимално възрастово и социално развитие на подрастващите с насочени усилия за тяхното модифициране.

Меднева, Т. (2022) КОНСУЛТИРАНЕТО В ТРАНЗАКЦИОННИЯ АНАЛИЗ ПРИ ПРОФЕСИОНАЛНО ПРЕГАРЯНЕ: Сборник: Психично благополучие и развитие на силните страни през жизнения цикъл - втора част, Пловдивско университетско издателство.

Тази статия има за цел да представи консултирането в транзакционния анализ при прояви на синдрома бърнаут. В настоящия доклад се прави представяне на една комбинация от концепции за транзакционен анализ със системно-психодинамични, когнитивно-поведенчески и логотерапевтични перспективи като възможност за диагностициране и терапия на синдрома.

Стайков, П. (2022). ЕМОЦИОНАЛНА ИНТЕЛИГЕНТНОСТ И КАРИЕРНИ ОРИЕНТАЦИИ В РАННА ЗРЯЛОСТ. Сборник: Психично благополучие и развитие на силните страни през жизнения цикъл - втора част, Пловдивско университетско издателство.

Настоящият доклад представя анализ на емоционалната интелигентност като ключов фактор, оказващ съществено въздействие върху процеса по формулиране и реализиране на решенията на индивида за професионално развитие и реализация в ранна зряла възраст. В началото на проучването е извършен сравнителен анализ на установените в доктрината теоретични модели за емоционалната интелигентност. Представен е кратък обзор на ключовите детерминанти в развитието на индивида в младежка възраст. Анализирани са водещите теоретични научни изследвания, в рамките на които е установена неразривната връзка между емоционалната интелигентност и избора на кариера. Отчетено е влиянието на

фактора „пол“ върху развитието на посочената връзка. В края на проучването са представени в систематизиран вид достигнатите резултати, които дават възможност да се формулират важни изводи и препоръки относно връзката между емоционалната интелигентност и кариерното развитие, за да може всеки човек, особено в ранна възраст, да достигне до най-висшата потребност, а именно да се самоусъвършенства и да постигне благополучие и реализация на житейските си цели.

Гинина, Б. (2022) ПСИХИЧНО БЛАГОПОЛУЧИЕ И САМООЦЕНКА ПРИ СЕМЕЙНИ ЛИЦА С РАЗЛИЧЕН БРАЧЕН СТАТУС: Сборник: Психично благополучие и развитие на силните страни през жизнения цикъл - втора част, Пловдивско университетско издателство.

Целта на представеното кроссекционно изследване е изучаването на психичното благополучие и глобалната самооценка при семейни лица с различен брачен статус в България. Съставена е извадка тип „снежна топка“ от 161 семейни лица, разпределени в две групи на база на техния брачен статус: 64 лица, живеещи на семейни начала без брак, и 97 лица със сключен брак. В изследването са използвани инструментите Scales of Psychological Well Being, SPWB (Ryff & Singer, 1998) и Rosenberg Self- Esteem Scale (Rosenberg, 1965). Изследването е организирано в два етапа. В първия етап се провежда корелационен анализ (коефициент на Пирсън, r) на връзката между психично благополучие и глобална самооценка в цялата извадка от семейни лица. Връзката между двата конструкта се потвърждава. Във втория етап на изследването се провежда сравнителен анализ (t -тест на Стюдънт) между хората, живеещи на семейни начала без брак, и хората със сключен брак по отношение нивата им на психично благополучие и глобална самооценка. Открити са различия между групите само по отношение на самоуважението (субскала на глобалната самооценка).

Гинина, Б. (2022) ДИСПОЗИЦИОНЕН ОПТИМИЗЪМ И ПСИХИЧНО БЛАГОПОЛУЧИЕ ПРИ РАБОТЕЩИ ЛИЦА СЪС ИЛИ БЕЗ РЪКОВОДНИ ФУНКЦИИ: Сборник: Психично благополучие и развитие на силните страни през жизнения цикъл - втора част, Пловдивско университетско издателство.

Целта на представеното кроссекционно изследване е да се проучат диспозиционният оптимизъм и психичното благополучие при трудово активни хора в България. Извадката е тип „снежна топка“ и включва 110 работещи лица, разпределени в две групи: 55 без ръководни функции и 55 с ръководни функции. Диспозиционният оптимизъм е измерен с въпросника Life Orientation Test – Revised, LOT-R (Scheier, Carver и Bridges, 1994); психичното благополучие е измерено със Scales of Psychological Well Being, SPWB (Ryff & Singer, 1998). Първият етап на изследването включва корелационен анализ (коефициент на Пирсън, r) за установяване на връзка между диспозиционен оптимизъм и психично благополучие в цялата извадка. Връзката между двата конструкта се потвърждава. Вторият етап на изследването представя сравнителен анализ (t -тест на Стюдънт) между работещите със и без ръководни функции по отношение нивата им на диспозиционен оптимизъм и психично благополучие. Не са констатирани статистически значими различия между двете изследвани групи, с изключение на субскала Себеприемане от инвенторията за измерване на психичното благополучие SPWB.

Тагарева, К. (2022) ПСИХИЧНО БЛАГОПОЛУЧИЕ И УДОВЛЕТВОРЕНОСТ ОТ ЖИВОТА: Сборник: Психично благополучие и развитие на силните страни през жизнения цикъл - втора част, Пловдивско университетско издателство.

Статията е посветена на конструкта „удовлетвореност от живота“ в контекста на позитивната психология. Дискутирани са идеи на различни автори за щастието, благополучието и удовлетвореността от живота. Представено е емпирично изследване на общата удовлетвореност от живота на лица в зряла възраст.

Монография на тема: „Силните страни в тийнейджърска възраст“

Илиева, Т. (2022) СИЛНИТЕ СТРАНИ В ТИЙНЕЙДЖЪРСКА ВЪЗРАСТ, Монография, Пловдивско университетско издателство.

Настоящата монография разглежда теоретичната постановка на конструкта „силни страни“. Привеждат се най-разпространените теории за силните страни от Древността до наши дни с особен акцент – съвременните теоретични изследвания и емпирични търсения в тази област. Тезисно се разглеждат психологическите инструменти за изследване на силните страни в тийнейджърска възраст.

В труда се прави постановка на емпиричното изследване чрез формиращ квазиексперимент. Целта на емпиричното изследване в настоящата монография е двустранна: диагностика на силните страни на характера при юноши на 11 – 17-годишна възраст и провеждане на експеримент с развиваща програма за проследяване на развитието на силните страни при юноши на възраст 11 – 13 г. Задачите са свързани с диагностициране на равнището на развитието на силните страни при 11 – 17-годишни юноши, установяване на диференциации в равнището на силните страни на характера в зависимост от социодемографските фактори пол и възраст, създаване и апробиране на програма за развитие на силните страни на характера (развиваща програма), която да се тества емпирично при юноши на 11 – 13-годишна възраст.

Участие с доклади в две международни научни конференции

Екипът по проекта взе участие в следните форуми:

1. Юбилейна международна научна конференция „Психологията“ – традиция и съвременност, по случай 50-годишния юбилей от създаването на специалност психология в Софийския университет „Св. Климент Охридски“ 1-3.06.2022г.
2. IX-та международна научна конференция на младите учени към Съюза на учените – гр. Пловдив 14-15.07.2022г.

Информацията е изготвена с цел осигуряване на публичност и устойчивост на резултатите от проекта към Педагогическия факултет на Пловдивския университет „П. Хилендарски“ № МУ21-ПФ-006 “Психичното благополучие и развитие на силните страни през жизнения цикъл” и информиране на студенти, преподаватели и всички, които се интересуват от темите за психичното благополучие и развитие на силните страни през жизнения цикъл на човека.