

ЮГОЗАПАДЕН УНИВЕРСИТЕТ „НЕОФИТ РИЛСКИ“ БЛАГОЕВГРАД
ФИЛОСОФСКИ ФАКУЛТЕТ
КАТЕДРА „ПСИХОЛОГИЯ“

SOUTH-WEST UNIVERSITY “NEOFIT RILSKI” BLAGOEVGRAD
FACULTY OF PHILOSOPHY
DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY

ГОДИШНИК ПО ПСИХОЛОГИЯ

YEARBOOK OF PSYCHOLOGY

Благоевград, 2024

Blagoevgrad, 2024

ГОДИШНИК ПО ПСИХОЛОГИЯ

НОМЕР 15, ТОМ 1, 2024

YEARBOOK OF PSYCHOLOGY

VOL 15, ISSUE 1, 2024

ISSN 2683-0426

Главен редактор

Доц. д-р Стоил Мавродиев, ЮЗУ „Неофит Рилски“, България

Editor-in-chief

Assoc. Prof. Stoil Mavrodiev, PhD, SWU „Neofit Rilski“, Bulgaria

РЕДАКЦИОННА КОЛЕГИЯ

EDITORIAL BOARD

- Assoc. Prof. Maria Soledad Palacios Gálvez PhD, University of Huelva, Spain
- Assoc. Prof. Violeta Luque Ribelles PhD, University of Cadiz, Spain
- Проф. дпсн. Веселин Василев, ПУ „Паисий Хилендарски“, България
- Prof. Veselin Vasilev Dsc, PU „Paisii Hilendarski“, Bulgaria
- Проф. дпсн. Румен Стаматов, ПУ „Паисий Хилендарски“, България
- Prof. Rumen Stamatov Dsc, PU „Paisii Hilendarski“, Bulgaria
- Проф. д-р Станислава Стоянова, ЮЗУ „Неофит Рилски“, България
- Prof. Stanislava Stoyanova PhD, SWU „Neofit Rilski“, Bulgaria
- Доц. д-р Теодор Гергов, ЮЗУ „Неофит Рилски“, България
- Assoc. Prof. Teodor Gergov, PhD, SWU „Neofit Rilski“, Bulgaria
- Доц. д-р Русанка Манчева, ЮЗУ „Неофит Рилски“, България
- Assoc. Prof. Rusanka Mancheva PhD, SWU „Neofit Rilski“, Bulgaria
- Доц. д-р Иван Кръстев, ЮЗУ „Неофит Рилски“, България
- Assoc. Prof. Ivan Krestev PhD, SWU „Neofit Rilski“, Bulgaria
- Доц. д.н. Стоил Мавродиев, ЮЗУ „Неофит Рилски“, България
- Assoc. Prof. Stoil Mavrodiev D.Sc., SWU „Neofit Rilski“, Bulgaria
- Доц. д-р Биляна Йорданова, ЮЗУ „Неофит Рилски“, България
- Assoc. Prof. Bilyana Yordanova PhD, SWU „Neofit Rilski“,
- Доц. д-р Наташа Ангелова, ЮЗУ „Неофит Рилски“, България
- Assoc. Prof. Natasha Angelova PhD, SWU „Neofit Rilski“, Bulgaria

Технически редактори

Editorial assistants

Ас. д-р Благовеста Дафкова, ЮЗУ „Неофит Рилски“, България
Assistant Blagovesta Dafkova, PhD, SWU „Neofit Rilski“, Bulgaria

Ас. д-р Ива Димитрова, ЮЗУ „Неофит Рилски“, България
Assistant Iva Dimitrova, PhD, SWU „Neofit Rilski“, Bulgaria

ЗАЩИТЕНИТЕ ПОЗИЦИИ В ПУБЛИКАЦИИТЕ СИ ОСТАВАТ ОТГОВОРНОСТ НА
АВТОРИТЕ.

THE VIEWS EXPRESSED IN THE PAPERS ARE THEIR AUTHORS' RESPONSIBILITY

У В О Д

Уважаеми Колеги,

С удовлетворение представям статии на преподаватели и докторанти от Катедра Психология на Философски Факултет на Югозападен университет „Неофит Рилски“ гр. Благоевград.

Психологичната теория и психологичните изследвания са представени коректно. Прави впечатление както тематичното, така и концептуалното им разнообразие. Използвани са съвременни психологични и психометрични софтуерни продукти.

Надявам се ресурсът на Годишника по психология да се използва успешно за нуждите на практиката.

Гл. редактор: Доц. д.н.Стоил Мавродиев

INTRODUCTION

Dear Colleagues,

With pleasure I want to introduce you papers from lecturers and PhD students from Department of Psychology of Faculty of Philosophy of the South-West University “Neofit Rilski”, Blagoevgrad.

The psychological theory and psychological researches are presented correctly. Both the tematical and the conceptual diversity make an impression. Modern psychological and psychometric software has been used.

I hope that the resource of the Yearbook of Psychology will be successfully used for the practical needs.

Editor-in-chief: Assoc. Prof. Stoil Mavrodiev, D.Sc.

Yearbook of Psychology, Vol. 15, Issue 1

Table of Contents

Editorial

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY IN BULGARIA UNTIL THE 1940s (Stoil Mavrodiev) pp.1-32

Theoretical Articles

PSYCHIC STRENGTH AND RELATION TO STUTTERING(Blagovesta Dafkova) pp.33-38

CHALLENGES AND EXPERIENCES IN TRAINING PSYCHOLOGY STUDENTS. CONVERSATION WITH PROF. DOCTOR OF SCIENCES LUBOMIR GEORGIEV(Stoil Mavrodiev) pp.39-48

VIRTUES AND BEYOND IN POSITIVE PSYCHOLOGY AND CHRISTIANITY(Stoil Mavrodiev & Yordan Avramov) pp.49-58

Research Articles

STRUCTURAL COMPONENTS OF BASIC ENTREPRENEUR'S QUALITIES (Bilyana Yordanova) pp.59-65

COPING STRATEGIES AND LIFE SATISFACTION IN CAREGIVERS OF ELDERLY WITH CHRONIC DISEASES (Natasha Angelova & Manuela Dinolova) pp.66-86

Yearbook of Psychology, Vol. 15, Issue 2 (Doctoral and student session)

Table of Contents

Theoretical Articles

AGGRESSION AND VIOLENCE AMONG MINORS (Mariana Raychova) pp.1-8

MOTIVATION AND INTEGRITY IN THE WORKPLACE – MODERN RESEARCH METHODS (Daniel Genkov) pp. 9- 17

SPIRITUALITY AND MENTAL HEALTH. APPROACHES TO COUNSELING CHRISTIAN BELIEVERS (Yordan Avramov) pp. 18- 33

STRESS AND ANXIETY IN MINORS (Mariana Raychova) pp.34- 40

ATTITUDES,VALUES AND ETHICS IN THE WORKPLACE (Sofiya Sekulova) pp. 41-49

MANAGING SCHOOL RELATED STRESS IN CHILDREN WITH LEARNING DISABILITIES (Petroula Bentsou) pp.50- 56

NAVIGATING PERSONALITY ADAPTATIONS: PARENTAL COPY BEHAVIORS IN RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENT DISABILITIES (Giannoulakis Andreas) pp. 57- 72

RESILIENCE AND ADAPTATION IN PARENTHOOD: NAVIGATING THE CHALLENGES OF RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENT DISABILITIES (Giannoulakis Andreas) pp.73-89

STRESS AND COPING IN THE CONTEXT OF DEVELOPMENTAL DISABILITIES: INSIGHTS, IMPLICATIONS AND FUTURE (Giannoulakis Andreas) pp. 90- 108

STRESS IN WORKPLACE (Grigorios Seretis) pp. 109- 116

THE BIG 5 PERSONALITY IN THERAPEUTIC CONTEXT (Chen Rapson Harel) pp. 117- 125

THE BIG FIVE PERSONALITY TRAITS AND SEXUAL DESIRE (Chen Rapson Harel) pp. 126- 132

THE BIG FIVE PERSONALITY TRAITS IN RELATIONSHIP SATISFACTION (Chen Rapson Harel) pp. 133- 143

THE ROLE OF EMERGING PSYCHOLOGIST IN ADDRESSING MENTAL HEALTH CHALLENGES DURING THE COVID-19 PANDEMIC (Grigorios Seretis) pp. 144- 154

THERAPEUTIC INTERVENTIONS AND SUPPORT STRATEGIES FOR CHILDREN WITH ADHD - NEW TECHNOLOGIES AND ADHD (Alkisti Katsakou) pp. 155- 171

LOCUS OF CONTROL AND MENTAL WELL-BEING IN DIFFERENT CULTURAL CONTEXTS (Asya Kovacheva) pp. 172-178

EMOTIONAL INTELLIGENCE, STRESS AND ADAPTATION IN A FOREIGN CULTURE (Asya Kovacheva) pp. 179-184

Research article

DIFFERENCES IN EMOTIONAL INTELLIGENCE, LEARNING STYLES AND ABILITY TO FORM COMPLEX ANALOGIES BY GENDER AND AGE IN STUDENTS (14 -17 YEARS) (Anita Krancheva) pp. 185- 191

FINANCIAL (IL)LITERACY OF GREEK TEENAGERS WITH ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD) (Bentsou Dimitra) pp. 192- 201

FINANCIAL LITERACY AMONG GREEK TEENAGERS (Bentsou Dimitra) pp. 202- 207

INFLUENCE OF STRESS AND JOB SATISFACTION ON THE DEVELOPMENT OF THE 'BURNOUT SYNDROME' IN TEACHERS FROM SCHOOLS IN THE REPUBLIC OF GREECE (Maria- Sara Koumoutsou) pp. 208- 231

RESILIENCE, COPING AND ACADEMIC PERFORMANCE OF HIGH SCHOOL STUDENTS (Garyfallia Mitoli) pp. 232- 237

Yearbook of Psychology, Vol. 15, Issue 3

Table of Contents

Theoretical Articles

RESEARCH ON THE INFLUENCE OF STRESS AND TRAUMA ON THE CHILD'S MENTAL DEVELOPMENT. METHODS FOR PREVENTION AND TREATMENT. (Hadzhieva & Dafkova) pp. 238-245

LEADERSHIP APPROACHES IN CRISIS SITUATIONS: A PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF ARTON BURTON'S MANAGEMENT AT ASTRO AIRLINES (Iva Dimitrova) pp. 246-250

VICTIM SELECTION: GAIT AS AN INDICATOR OF VULNERABILITY (Zaimova-Tsaneva & Genkov) pp. 251-263

Research Articles

EFFECTS OF ORGANIZATIONAL CULTURE ON EMPLOYEES – CONFLICT, ORGANIZATIONAL COMMITMENT, AND ALIENATION FROM WORK (Mavrodiev & Sekulova) pp. 264-271

FACEBOOK ADDICTION AMONG GREEK STUDENTS (Nikolova & Koutra) pp. 272-283

PERSONAL MOTIVATION TO PARTICIPATE IN ERASMUS MOBILITY FOR TEACHING STAFF ABROAD (Yordanova & Dafkova) pp. 284-290

STRESS LEVELS, QUALITY OF LIFE AND LIFE SATISFACTION IN PARENTS OF CHILDREN WITH DISABILITIES AND/OR SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS (Nikolova & Sarvani) pp.291-310

FACTOR STRUCTURE AND PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF THE JAMES GROSS AND OLIVER JOHN EMOTIONAL REGULATION QUESTIONNAIRE (Angelova, Stanoeva & Kyurkchiyska) pp.311-326

AGGRESSION AND BURNOUT AMONG STAFF OF PENITENTIARY INSTITUTIONS (Zaimova-Tsaneva & Yordanov) pp. 327-336



Editorial

РАЗВИТИЕ НА ПСИХОЛОГИЯТА В БЪЛГАРИЯ ДО 40-ТЕ ГОДИНИ НА XX^{ТИ} ВЕК

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY IN BULGARIA UNTIL THE 1940S

Assoc. Prof. Stoil Mavrodiev, Ph.D., D. Sc.

Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria

e-mail: stoil_m@swu.bg

Резюме

Настоящата студия изследва генезиса и развитието на психологията в България от края на XIX век до 40-те години на XX век. Още в края на XIX век психологията се оформя като отделна научна област, повлияна от различни теоретични влияния и учени. Основните направления, които се развиват у нас в този период са: интроспективно-емпиричното, философските влияния върху психологията (ремкеанство и материализъм), психоанализата, социалната психология и психотерапията. Интроспективно-емпиричното направление, създадено от Вилхелм Вунд, се фокусира върху процесите на съзнанието и разчита на експеримента и интроспекция за събиране на данни. Това направление имаше значително влияние върху ранните психолози в България, които бяха обучени от Вунд и неговите последователи в Германия. Сред тях са Цветан Радославов, Кръстьо Кръстев, Петър Нойков и др. Началото на психоаналитичното движение, което придобива широка популярност, се поставя през 20-те години на XX век и се свързва с делото на Иван Германович Кинкел, Любомир Русев, Младен Николов и др. Те допринасят за разпространението на фройдовата психоанализа, но в същото време създават свои оригинални произведения. Българските психоаналитици прилагат психоаналитичните концепции към различни аспекти на човешкия опит, като образование, възпитание и терапия. Философското направление е силно повлияно от идеите на Йоханес Ремке и др., и се фокусира върху изучаването на основните принципи и категории на човешкия опит. Българските философи, като Димитър Михалчев, Михаил Димитров и др., допринесоха за развитието на тази традиция в психологията. Социалната психология бележи своя връх в творчеството на Иван Хаджийски. И накрая, психотерапията, която се занимава с лечението на психични разстройства и емоционални затруднения, също придоби популярност през този период и е свързана с делото на големите психиатри Никола Кръстников и Кирил Чолаков. Подчертава се научната и обществена дейност на психолозите в България през този период, както и техния принос за духовното развитие на страната. Техните усилия помогнаха за установяването на психологията като уважавана академична дисциплина и поставиха основите за бъдещия растеж и развитие на психологическата наука в България.

Ключови думи: история на психологията в България, Вунд, интроспективна психология, психоанализа

Abstract

Mavrodiev, Stoil

This study examines the genesis and development of psychology in Bulgaria from the late 19th century to the 1940s. As early as the end of the 19th century, psychology took shape as a separate scientific field, influenced by various theoretical influences and scientists. The main trends that developed in our country in this period were: introspective-empirical, philosophical influences on psychology (Remkeanism and materialism), psychoanalysis, social psychology and psychotherapy. The introspective-empirical strand, founded by Wilhelm Wundt, focuses on the processes of consciousness and relies on experiment and introspection to gather data. This strand had a significant influence on early psychologists in Bulgaria who were trained by Wundt and his followers in Germany. Among them were Tsvetan Radoslavov, Krustyo Krastev, Petar Noikov, and others. The beginning of the psychoanalytic movement, which gained wide popularity, was set in the 1920s and is associated with the work of Ivan Germanovich Kinkel, Lyubomir Rusev, Mladen Nikolov and others. They contributed to the dissemination of Freudian psychoanalysis, but at the same time produced original works of their own. Bulgarian psychoanalysts applied psychoanalytic concepts to various aspects of human experience, such as education, upbringing and therapy. The philosophical field, strongly influenced by the ideas of Johannes Remke, focuses on the study of the basic principles and categories of human experience. Bulgarian philosophers such as Dimitar Mihalchev, Mihail Dimitrov and others contributed to the development of this tradition in psychology. Social psychology marks its peak in the work of Ivan Hadjiyski. Finally, psychotherapy, which deals with the treatment of mental disorders and emotional difficulties, also gained popularity during this period and is associated with the work of the great psychiatrists Nikola Krustnikov and Kirill Cholakov.

The text highlights the scientific and social activities of psychologists in Bulgaria during this period, as well as their contribution to the spiritual development of the country. Their efforts helped to establish psychology as a respected academic discipline and laid the foundations for the future growth and development of psychological science in Bulgaria.

Keywords: history of psychology in Bulgaria, Wundt, introspective psychology, psychoanalysis

Историята на психологията показва пътя, който е извървяла науката за душата, запознава ни с постиженията и делото на учените преди нас, което обогатява съвременното познание. Изучаването на националните психологически традиции е важна и отговорна задача, тъй като се формира основата на нашата национална и професионална идентичност.

Целта на тази студия е да представи историческия път на българската психология от края на 19-ти век до 40-те години на 20-ти век, да подчертае ключовите учени, допринесли за развитието на различните направления и да опише техните идеи, и приноси.

Методология на изследване: описание и научно-критичен анализ на научни трудове; сравнителен метод и исторически метод.

Както е установено, началото на научната психология се поставя през 1879 г., когато във Лайпциг Вилхелм Вунд основава първата експериментална психологическа лаборатория. Тази забележителна институция привлича множество студенти от различни страни, включително и българи. Генезисът и ранните етапи на психологията в България датират от края на 19-ти и началото на 20-ти век, когато завърналите се от обучението си в Лайпциг първи български психолози, въоръжени с техния интелектуален плам, не само разпространяват идеите на Вунд, но и ги надграждат. Някои от тези пионери са: Никола Алексиев, Кръстьо Кръстев, Спиридон Казанджиев, Цветан Радославов и др. Под научното ръководство на Вунд, няколко българи защитават своите дисертации, като Никола С. Бобчев (1863–1937), Иван Димитров Шишманов (1862–1928), Кръстьо

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY IN BULGARIA UNTIL THE 1940S

Кръстев (1866–1919) и др. Според С. Аршинков (2002, с. 90), Иван Шишманов получава държавна стипендия и следва в Йена и Цюрих, след което продължава обучението си в Лайпциг, където изучава философия и филология. Под ръководството на Вунд той защитава дисертация, която получава висока оценка. По собствените му думи, той дължи образованието си на своя учител.

Българските просветители преди Освобождението на България от турско робство, а и след това се обучават зад граница (Русия, Западноевропейските страни като Чехия, Германия, Австро-Унгария). В педагогическите курсове, както и Софийския университет (първоначално Висше училище) започва да се преподава психология, което е още една предпоставка за навлизането на психологическата наука у нас. Освен това Министерството на просветата изпраща стипендиантите по философски науки да се учат в Лайпцигския университет, считайки го за един от най-крупните центрове на славистичните изследвания (Няголова, М., 2012). Това е време, когато възникват различни програми за интелектуалното освобождаване на психологията от останалите клонове на научното знание и време, когато възниква т.нар. психология на съзнанието. (Александров, П., 2005, с. 69).

П. Александров очертава картината на развитието на психологията у нас по следния начин: „За разлика от развитите европейски страни, психологическото познание в България се структурира в ограничен брой школи и течения. В първите 50 г. на XX век вътрешната диференциация на психологията в България се затваря в четири основни направления: емпирично-интроспективно, ремкеанското, фройдисткото и материалистическото. Успоредно с тях са налице опити за проникване на идеите и принципите на функционализма, прагматизма, педологизма и др.“ (Александров, П., 2005, с. 69). Можем да допълним, че през първите десетилетия на XX в. се поставят началото на социалната психология, както и основите на психотерапията, и клиничната психология.

По-плахи са стъпките на развитието на приложната психология у нас, в сравнение със Западна Европа и САЩ. Едно от обясненията е, че през първите десетилетия след Освобождението, българското общество е трябвало да се структурира, поставяли са се основите на модерното образование, общественото устройство, култура и икономика. Т.е. не сме имали интелектуалните традиции, потребностите и нагласите на западните общества, а икономиката едва прави първите си крачки.

Интроспективната психология в България

Интроспективната психология започва да се развива под влиянието на идеите на В. Вунд, О. Кюлпе, Е. Титчнър и техните сътрудници. В Лайпциг се учат и първите български академични психолози, отбелязва П. Александров. Те споделят научните идеи, възгледи и експерименти на В. Вунд и участват фундаментално в създаването и утвърждаването на интроспективно-емпиричната психология (Александров, П., 2012, с. 7). Съгласявам се напълно с констатацията на П. Александров, че техният принос остава в сянка.

Mavrodiev, Stoil

Едно от големите имена на българската емпирично-интроспективна психология е д-р Кръстьо Котев Кръстев (1886 – 1919). Д-р К. Кръстев е философ и литературен критик.

К. Кръстев упражнява силно влияние върху нашия духовен живот с редактираното от него списание „Мисъл“, което излиза в продължение на 18 години (Бънков, А., 1966, с. 290).

Той защитава дисертация под ръководството на В. Вунд и застъпва, и защитава неговите идеи в психологията. Във философските си възгледи, д-р К. Кръстев счита, че метафизиката е ядрото на философията.

Проблемът за същността на душата и отношението между психичното и телесното занимава К. Кръстев още от студентските му година и по-късно. Той разглежда тия въпроси в лекциите си по психология и в своето „Въведение във философията“, а също и в полемичните си статии срещу материализма (Бънков, А., 1966, с. 306-307).

К. Кръстев признава взаимодействието между душевното и телесното. Освен това той приема, че душевното и телесното са две различни реалности, които не могат да се сведат една към друга или да се изведат една от друга (Бънков, А., 1966, с. 307).

За психологията като наука: За новата наука д-р К. Кръстев се изказва още в своя „Курс по философията“ (1891), в статията си „Психологически етюди“ (1892) и др. Изхождайки от неокантианското деление на науките на естествени и духовни, той причислява психологията към „духовните науки“ — логика, етика, естетика, педагогика, история и пр. Нещо повече, К. Кръстев приема психологията за „основна духовна наука“, защото тя изучава „целия ни душевен мир“ (Павлов, Т., и кол. – гл. редактори, 1973, с. 280).

Психологията според К. Кръстев има „обяснителен характер“, както и повече от „природните науки“ за разлика от „духовните науки“, които имали „нормативен характер“, защото „предписват закони“, „установяват норми“ и т.н. Психологията, макар да е от рода на „духовните науки“, той смята, че по своя характер тя спада повече към „природните науки“, защото има „обяснителен характер“ и цели „описването на психическите факти и процеси“. Психологията обаче не предписва норми и не установява закони. Тук д-р К. Кръстев изпада в едно явно противоречие, като причислява психологията ту към „духовните науки“, ту към „природните науки“. Това е резултат на неокантианското разбиране и деление на науките на „описателни“ и „нормативни“ (Павлов, Т., и кол. – гл. редактори, 1973, с. 280).

Отношението на психологията към другите духовни науки е също такова, както на физиката към останалите природни науки. Знанието на физиката е необходимо за развоя на всяка една от природните науки, защото всяко явление в природата е подчинено преди всичко на общите физически закони. Същото трябва да се приеме и за психологията. Знанието на психологическите закони е необходимо за изучаване на логиката, етиката, педагогиката или коя да е друга от духовните науки (Бънков, А., 1966, с. 312). За него психологията е емпирична и опитна наука.

Българските интроспекционисти приемат тезата, че предмет на психологията е непосредственият опит, издигнат от Вунд. Кръстьо Кръстев пише: „За психологията е „вътрешен“ в известен смисъл всеки опит, като нея я интересува само опитът, като наше

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY IN BULGARIA UNTIL THE 1940S

състояние или преживяване, а не като указание за нещо друго, отделно и различно от субекта, който преживява това състояние, респективно има това представление. Предмет на психологията не може да бъде един сетнешен продукт на нашите логически или психологически анализи и елиминации, а само непосредственото преживяване, сиреч онова, което субектът намира в себе си преди каквато и да е логическа манипулация на ума да бъде разрушила неговата първична цялост” (Александров, П., 2005, с. 72). Тъй като само отделният субект може да достигне до своя вътрешен свят, то интроспекцията е единственият „инструмент”, с помощта на който можем да установим фактите на този опит.

Друг представител на интроспективната психология е Никола Алексиев (1877 – 1912), който също формира възгледите си под влияние на В. Вунд.

Никола Алексиев е роден в Габрово. Основното и средното си образование завършва във Велико Търново. Следва философия в Лайпциг, където слуша лекции при В. Вунд. Умира в Балканската война през 1912 г. в битката при Чаталджа.

Н. Алексиев работи в психологическата лаборатория, създадена от Вунд, и под негово ръководство завършва докторската си дисертация: „Reaktionszeiten bei durch ganz beobachtungen“, печатана в списанието на Вунд „Philosophische Studien“ (1900, XVI, Heft 1). В този труд Алексиев дава резултатите от изследването на психологическите причини за различното време, отбелязано от различни наблюдатели в астрономическите обсерватории, докато отбелязват преминаването на някое небесно тяло през меридиана. При това изследване той намира нови методи за изясняване и посочва причините за тези грешки. Оттук нататък експерименталната психология става любим предмет на Н. Алексиев. По-късно тя заема значително място в неговите научни занимания (Бънков, А., 1966, с. 259).

По покана на проф. Петър Нойков през септември 1906 г. Н. Алексиев напуска гимназията и става асистент по педагогика. А в началото на 1908/1909 учебна година е избран за частен доцент при катедрата по философия. Още като млад асистент Алексиев създава първата психологическа лаборатория при нашия университет (Бънков, А., 1966, с. 260).

В областта на експерименталната психология д-р Н. Алексиев оставя студии върху основните форми на чувствата, афектите и волята. В областта на философията и историята на философията той написва обстойни трудове върху учението на Г. Т. Фехнер за отношението между душата и тялото и Иполит Тен и неговата философия на историята (Бънков, А., 1966, с. 260).

В „Основни форми на чувствата“ (1907) Н. Алексиев изяснява същината и видовете чувства. Той се противопоставя на онези автори, които отъждествяват чувствата с усещанията, както и на тези, които третирают чувствата като функция на усещанията или представите. Според него чувствата са самостоятелни и елементарни душевни съдържания на съзнанието (Бънков, А., 1966, с. 273).

В самия афект Н. Алексиев разграничава четири компонента: ход от чувства (чувствен ход), представи (представни съдържания), органични усещания и телесни промени

Mavrodiev, Stoil

(Алексиев Н., 1908, с. 61). Той подчертава субективността на чувствата и ги разграничава от други психични феномени.

Своите резултати от изследванията върху чувствата Алексиев представя на В. Вунд през 1907 г. Вунд е бил много доволен от факта, че неговият ученик верифицира неговата теория и трудът на Алексиев е публикуван в списанието на Вунд (по: Бънков, А.).

Психологията на Алексиев е волунтаристична. В основата на съзнанието се крият волевите процеси. Всеки акт на съзнанието е волев. Волевите процеси са онова, което създава единството на съзнанието. Застъпваната от Н. Алексиев психология е още и аперцепциоцистична (Бънков, А., 1966, с. 270).

Н. Алексиев се бори против сенсуалистичната и механистичната, асоциативната психология, но в неговата психология се крият доста асоционистични елементи. Той казва например, че „целият наш душевен живот може да се сведе към съединението на два вида елементарни процеси — усещания и чувства“. При анализирането на душевния живот ние сме установявали три съставки: 1) елементарни душевни процеси — усещания и чувства; 2) душевни съединения и 3) душевни предразположби (Бънков, А., 1966, с. 270). Нашият интроспекционист разглежда и мисленето, и образуването на понятия.

Заслуга на Никола Алексиев е че въвежда у нас експерименталното регулирано и контролирано самонаблюдение с помощта на което изследва чувствата. Н. Алексиев счита, че интроспекцията не трябва да се изхвърля, а да се урегулира, т.е. да се контролират условията, при които то се провежда (Александров П., 2005, с. 75). Алексиев приема, че с метода на интроспекцията не могат да бъдат изследвани всички душевни процеси. Мисленето и висшите чувства не се поддават пряко на изследване.

В своите лекции по психология и в книгата си „Учението на Г. Т. Фехнер за отношението между душа и тяло“ Н. Алексиев застъпва емпиричния психофизичен паралелизъм, идеалистическо учение за отношението между психичното и физиологичното (Бънков, А., 1966, с. 262).

Н. Алексиев откровено признава, че психофизическият паралелизъм не може да разреши окончателно философската проблема за отношението между душа и тяло, защото не е ясно какво представлява от себе си тази единна реалност, която се проявява по два начина. Тя е единна субстанция казва Спиноза, а Фехнер, Паулсен и други автори поддържат, че психичното изразява най-добре нейната същност. Тази реалност, намира пък Спенсер, няма никога да бъде позната. При това положение, добавя Алексиев, философската проблема за отношението между душа и тяло остава открита (Павлов, Т. и кол. – гл. редактори, 1973, с. 299).

Н. Алексиев смята, че Фехнер освобождава психологията от философията и метафизичните спекулации и я тласка по емпиричния път (Павлов, Т. и кол. – гл. редактори, 1973, с. 301).

Талантлив ученик на В. Вунд е Цветан Радославов Хаджиденков (1863 – 1931). Освен, че пише „Мила родино“, Радославов е блестящ психолог. След като завършва образованието си в Прага по история и славистика, отива в Лайпциг и става достоен ученик на В. Вунд, който сам по-късно ще го сочи за пример на своите студенти, и

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY IN BULGARIA UNTIL THE 1940S

особено на българите и ще цитира неговата дисертация върху паметта (Аршинков, С., 2002, с. 90). Когато Цветан Радославов пристига в Лайпциг (1893, бел. С.М.), там заварва група от около тридесет млади българи, изпратени от различни краища на страната, дошли да добият висша наука. Сред тях е Пенчо Славейков; междувременно постъпват и: Петър Нойков, Никола Алексиев и др. (Аршинков, С., 2002, с. 91).

Защитата на доктората му се превръща в оживено академично тържество. Дисертацията е приета като бележи научен труд и Цв. Радославов е удостоен с научното звание доктор по философия и магистър на изящните изкуства (Аршинков, С., 2002, с. 99). Заглавието на дисертацията е „Издирвания върху запамятаването на пространствени отстояния на полезрението“. По свидетелство на Проф. Спиридон Казанджиев, ученик на Ц. Радославов, десетина години след като Радославов напуска Лайпциг, той бил помнен от Вунд и неговите професори, а дисертацията на Радославов оставила необикновено впечатление у тях (Аршинков, С., 2002, с. 103). За да напише своята дисертация върху паметта, Радославов е провел около 17 000 опита (експеримента) в продължение на 3 г. в Лайпциг. За съжаление, дисертацията не е преведена на български език (по: Аршинков, С., 2002). В. Вунд е цитирал дисертацията на Цветан Радославов в свои трудове.

Голяма фигура в историята на интроспективната психология в България е проф. Спиридон Казанджиев (1882-1950). Неговите философско-психологически възгледи са силно повлияни от мислителите Фридрих Ницше, Анри Бергсон и Вилхелм Вундт. Като последовател на психофизическия паралелизъм, Казанджиев вярваше, че психичните и физическите аспекти на съществуването съществуват независимо един от друг.

Под влиянието на Вунд, Казанджиев дефинира философията като мироглед или светоглед, предназначен да отговори както на изискванията на разума, така и на нуждите на сърцето. Въпреки това, под впечатлението на Ницше, той гледа на философията като на дълбоко лична и субективна дейност, твърдейки, че тя не може да съществува като наука. Тази уникална комбинация от влияния оформя оригиналния подход на Казанджиев към психологията и философията.

Казанджиев е бил известен със своите задълбочени анализи на интроспекцията, методът, използван за изследване на вътрешните умствени процеси. Той твърди, че човек не може едновременно да бъде „актьор“ (да преживява събитие) и „зрител“ (да наблюдава събитието отстране). Това прозрение подчертава важността на самосъзнанието и автентичността в психологическото изследване.

Работата на Казанджиев върху интроспекцията допълва изследванията на своя предшественик Никола Алексиев в областта на експерименталната психология. Проф. Казанджиев има значителен принос в тази област, с множество публикации, които продължават да бъдат ценен ресурс за съвременните изследователи. Чрез синтеза на различни философски и психологически теории и собствения си новаторски подход към интроспекцията, Спиридон Казанджиев оставя трайно наследство в областта на интроспективната психология в България.

Както Освалд Кюлпе, Спиридон Казанджиев лансира идеята, че всяка интроспекция на практика се реализира като ретроспекция. Именно във Вюрцбург за пръв път разделят

Mavrodiev, Stoil

актът на интроспекцията на отрязъци от време и самонаблюдаващият се може неколккратно да се връща към своите отминали вече преживявания. Поради тази причина през 1938 г. С. Казанджиев пише, че „самонаблюдението е възможно като самостоятелен акт, който иде след акта на преживяване, двата аспекта стават в различни моменти от време, сиреч бива извършено не на основата на оригинално преживяване, а на спомена за него” (Казанджиев Сп., 1938, с. 17). Повече от ясно е, изтъква П. Александров (2005), че Спиридон Казанджиев остава верен докрай на класическите принципи на емпирично-интроспективната психология (Александров, П., 2005).

В своята *Обща психология* (1938) Казанджиев приема, че в преживяването участват предметното съдържание, емоционално състояние и волеви импулси. От тези елементи е изградено съзнанието.

В студията си „Чувство и индивидуалност“ (1930) Сп. Казанджиев разглежда влиянието на чувствата върху възприятието, представите, мисленето и волята и ролята им за изграждане индивидуалността на човека. Влиянието на чувствата върху целокупното съзнание определя и систематизира и индивидуалността на човека, на неговото съзнание (Бънков, А., 1966, с. 623).

В статията „Принципът за съхранението на енергията и приложението му при разрешаването на няколко важни въпроса из областта на естествознанието и философията“ Казанджиев разглежда закона за запазването на енергията като всеобщ закон в природата, който обуславя единството на Вселената (Бъчваров, М., Димитрова, Н., 1982, с. 6). Ученият прави извод, че енергията не се унищожава, тя не се създава, енергията е вечна, движението се поражда от движение. (Бъчваров, М., Димитрова, Н., 1982, с. 45). Този закон е приложим при осветляването на важни въпроси на философията и психологията. Той позволява да се обясни природата и нейното единство, а така също и психичните актове. Самите психични явления са движение, т.е. проявления на енергията (Бъчваров, М., Димитрова, Н., 1982, с. 49).

В „Психология на възрастните“ С. Казанджиев приема генетичния подход чрез който изследва психичното развитие в различните етапи – от раждането – до старостта. Психологът отрича атомистичния подход и отбелязва: „Генетичната психология установи, че тя излиза не из непосредствената анализа на психичните явления, а из развитието на целокупното съзнание и неговото единство, из личността и нейната спонтанна реакция“ (Бъчваров, М., Димитрова, Н., 1982, с. 58). Развитието не е по права линия, а по пътя на органическата метаморфоза ...; приема, че се раждаме с два инстинкта – за samozapazване и за продължаване на рода (Бъчваров, М., Димитрова, Н., 1982, с. 57-59).

Казанджиев се обръща и към военната психология. В основата на едноименния труд стои неговият личен опит като боец, участвал в Балканската, Междусъюзническата и Първата световна война като строеви офицер (Бъчваров, М., Димитрова, Н., 1982, с. 193). След като прави характеристика на войната и бойните действия, ученият характеризира военната психология като наука, очертава нейните проблемни области, сред които е и подготовката на военните началници, които имат редица функции, в т.ч. да възпитават

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY IN BULGARIA UNTIL THE 1940S

младежите и да дават пример в мирно време. Поставят се въпроси от областта на организацията на войската, характера на войните и техните преживявания и др. Разглеждат се и въпроси на масовата психология. Интересни са анализите върху сетивното възприятие на фронта, афектите и преживяванията на бойците. Обръща се внимание на страховете и преодоляването им, във връзка с различните типологии на войниците и др. (Бъчваров, М., Димитрова, Н., 1982).

Петър Нойков (27.04.1868 – 1921) също принадлежи към емпирично-интроспективното направление. През 1893 г. се записва във философския факултет на Лайпцигския университет. Слуша лекции при Вунд, и други именити преподаватели. През 1896 г. П. Нойков постъпва отново в този университет като докторант. Научният му ръководител е проф. Йоханес Фолкелт. Написва дисертацията си на много добър немски език, а цитатите на Ж. Ж. Русо са дадени в оригинал, на френски език. Въпреки трудните условия за поучаване на докторска степен, П. Нойков се справя блестящо. (по: Албена Чавдарова в Сборник за П. Нойков). Темата на дисертационния му труд е „Активният принцип в педагогията на Жан Жак Русо“; защитата е на 28.01.1898 г. (Ж. Атанасов).

Хабилизационният му труд в конкурса за доцент е на тема: „Психологическият характер на йезуитското образование“. От първи септември 1900 г. е назначен за редовен доцент във Висшето училище. На 10 март 1905 г. е повишен звание Извънреден професор, а през 1910 г. Академичният съвет на университета го избира единодушно за редовен професор – първият български професор по педагогика и ръководи катедрата от 1902 г. до 1920 г. Избран е и за декан на Историко-филологическия факултет. (Георги Стоянов, в сборника за Нойков, с. 26). Г. Стоянов подчертава, че учебно-преподавателската дейност на проф. Нойков е била много напрегната сред десетките учебни дисциплини се нареждат и Въведение в експерименталната педагогика и Експериментална дидактика. Преподавал е още детска психология и психология на юношеската възраст.

През 1905 г. П. Нойков е изпратен на едногодишна специализация в Берлинския и Лайпцигския университет по експериментална педагогика. Според Ж. Атанасов – най-силната черта от характера на П. Нойков е активността; той е човек на действието. Нойков разработва 25 лекционни курса по основни дисциплини, които е преподавал в университета, освен това разработва още 10 допълнителни курса. Всичко това е съпътствано от постоянна научно-изследователска дейност (Сборник за П. Нойков, с. 5). Българският ученик на Вунд е поддържал контакти и е довил кореспонденция с видни психолози като Ернст Мойман, Фолкелт, а също така и с В. Вунд. Кореспондирал си е и с Лев Толстой.

През 1907 г. Петър Нойков е между уволнените професори от Софийския университет. Събитията са свързани с политическата обстановка по това време и опитите на Фердинанд да посегне върху автономността на висшето училище.

Първата психологическа лаборатория в България: неизяснени моменти

Инициатор за създаването на лаборатория е проф. Петър Нойков. Първо, той привлича като свой сътрудник Цветан Радославов като командирован преподавател (от съответната гимназия), който да завежда психологическата лаборатория и да води

Mavrodiev, Stoil

практическите занятия (1904–1905). Това са Упражнения по експериментална психология (в духа на интроспективната психология на Вунд и упътвания към тях (3 часа седмично). Чел е и лекции по експериментална психология – той е първият преподавател по тази дисциплина. Също по предложение на проф. П. Нойков Никола Алексиев (от 1904 г. е бил негов доброволен асистент) е назначен през 1906 г. за асистент по педагогика в Университета и чете лекции по експериментална психология с практически упражнения (четири години по-късно вече е доцент в катедрата по „История на философията и етиката“) – ръководи лабораторията до смъртта си във войната (1912 г.). С това е поставено началото на българската академична психология и трайното присъствие на емпирично-интроспективното направление. След войните Лабораторията се ръководи от Михаил Димитров: 1921–1924 г. (Денев, Л., 2022, с. 18-19).

Позовавайки се на Г. Пиръв, В. Василев (2018) приема, че началото на психологическата лаборатория е поставено през 1904 г. Но самият Генчо Пиръв не посочва изрично в статията си, че лабораторията е открита през 1904 г. (бел. С. М.).

Според Г. Бижков, през 1907/1908 г. проф. Нойков, заедно с помощниците си Никола Алексиев и Димитър Кацаров, създава педагогическа лаборатория при университета (сборник за П. Нойков, с. 51). Т.е. не е ясно точно кога се създава лабораторията, и дали е възникнала като психологическа или педагогическа. По нататък Г. Бижков пише, че П. Нойков определя статута на лабораторията по следния начин: – ще бъде едновременно лаборатория и семинар по експериментална педагогика, дидактика и психология. Проф. Бижков прави извод, че не е справедливо да се подценява мястото и ролята на това звено за развитието на педагогиката и да се прави опит да се определя само като лаборатория по психология.

Проф. Нойков е мечтаел тази лаборатория да се разрасне в един институт по експериментална педагогика с много по-широки научни и практически задачи (Г. Бижков в Сб. За Нойков, с. 52). Под научното ръководство на проф. П. Нойков и с участието на Никола Алексиев студентите – педагози са извършвали редица конкретни изследвания, като са използвали методите наблюдение, анкета, тестове и др. Проведени са три големи анкетни изследвания върху половото съзряване на българските ученици и ученички, изследване на идеалите на учениците др. (Бижков, с 52).

Никола Бобчев (1863 – 1938) също е ученик на В. Вунд. Бобчев е роден в гр. Елена, изтъкнат славист, просветен деец, публицист, психолог и философ, един от първите членове на БАН (1902 г.). Средното си образование завършва в гр. Николаев, Русия. През 1897 г. заминава за Германия, където посещава лекциите на Вунд, Хайне, Видерман, Ханке. В Германия защитава докторска дисертация на тема „Учение за чувствата и неговите най-главни тенденции от Кант до наше време. Исторически-критически разгледано“. Той е ученик главно на Вунд и възприема неговия народопсихологически метод, прилагайки го върху българската народна поезия и народен бит. Бил е учител, директор на Софийската народна библиотека. Като поддръжник на идеите на Вунд утвърждава възможностите на експеримента (Стаматов, А, и кол., 2000, с. 19-20). Негови произведения в областта на психологията: „Методи и средства на психологията“ (сп.

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY IN BULGARIA UNTIL THE 1940S

Училищен преглед 1901, бр. 10); Учението на Вунд за асоциацията на представите (сп. Училищен преглед, 1902, бр. 11) и др.

Сред учениците на Вунд се нарежда и Иван Димитров Шишманов (1862 – 1928), представител на известната възрожденска фамилия Шишманови, която води началото си от Видин. Иван Шишманов е роден в гр. Свищов, учи в педагогическото училище във Виена, след това философия и литература в Йена и Женева. Защищава дисертация по философия при В. Вунд. Иван Шишманов е един от основателите на Софийския университет, бил е министър на народното просвещение. Известен е с изследванията си в областта на литературата, фолклора и др.

Философски влияния и „прочити“ на психологията (ремкеанство и материализъм)

Философите традиционно се занимават с психологическа проблематика и това е естествено и закономерно. Ремкеанството и материализмът са двете основни течения в българската философска мисъл, които разглеждат въпроси на методологията на психологията.

Ремкеанството и българската психология

Това философско направление произлиза от името на немския философ Йоханес Ремке. Най-яръкият му застъпник у нас е философът Димитър Михалчев. През 1905 г. Михалчев обявява Ремке за свой учител (Цацов, Д., 2006).

В едно писмо Д. Михалчев описва Ремке като „фанатик на яснотата на мисълта“ (по: Цацов, Д. 2006). С признаването на дадения материален свят като нещо действително (дадено не чрез „образи, „действия и пр., а непосредствено) Ремке е единственият от съвременните мислители който стои най-близо до работата на естествознанието. Никой не е направил до днес толкоз, колкото той за разясняването на понятията: промяна, движение, действуване, сила, качество, мислене и пр. (Цацов, Д., 2006, с. 24-25).

Главните съчинения на Ремке са „Философията като основна наука“ (1910, 1929), „Логика или философията като учение за знанието“ (1918, 1923) и „Учебник по обща психология“ (1894, 1905) (Бънков, А., 1966, с. 215).

Ремке доказва, че съзнанието (душата) е индивид и не може да се разбере като свойство на мозъка. То е нещо първично, което нито се създава, нито изчезва. Душата е нетелесен индивид и има нетелесни определителности: предметна, емоционална и мислеща. Човек се разглежда сложен индивид, „причинно единство от един телесен и един нетелесен индивид, от тяло и душа“ (по: Бънков, А., 1966).

В своите лекции по „Обща психология“ от 1910 г. Д. Михалчев отбелязва, че психиката е самостоятелна същност, която няма общи белези с материалното, освен времевите характеристики. Видно е, че Михалчев е дуалист и приема постулатите на своя учител Й. Ремке. За него душата е индивид, т.е. неразчленима и нетленна.

Изходният пункт на философията като основна наука е даденото просто без никакво определение. Ремке различава познавано и дадено, съзнавано. Не може да бъде нещо познавано, без да е дадено, съзнавано (Бънков, А., 1966, с. 215).

Д. Михалчев разработва фундаменталния въпрос за познанието. За него душата е „субект“ на познанието; душата е, която познава; физическия свят е „обект“ на

Mavrodiev, Stoil

познанието. „Само че у нас обектът на познанието може да бъде не само физически свят, но и душевния, не само действителното, но и недействителното, не само конкретното, но и абстрактното, всичко което може да бъде съзнато. Следователно, предметът на познание може да бъде не само обектът, респ. обективното, но и субектът, респ. субективното. А това значи: обектът може да бъде и субектът, т.е. душата може да познава не само това, което е различно от нея, но и самата себе си, своите чувства и влечения, своите искания и настроения. Но щом обектът може да бъде и субектът, тогава е очевидно, че противопоставянето „субект – обект“ изгубва своя смисъл“ (Михалчев, Д., 1931, стр. 534). Съзнанието притежава не само представи.

Светът е даден като представа на представящия го субект. Светът като представа „се носи“ от един представящ субект, с други думи: има за свой "носител" едно представящо съзнание. Това съзнание, тоя субект трябва да бъде нещо реално (действително). Светът не може да бъде разбран чрез това, което лежи „вън от съзнанието“, а трябва да се „разясни“ само чрез това, което се крие в съзнанието и зад съзнанието (Михалчев, Д., 1931, стр. 535-536).

В схващанията на българските ремкеанци се отстоява убеждението, че предметът на изследване от психологията, това е душевният индивид (прост, вечен, безсмъртен) с неговата предметна, емоционална и мислеща определеност (Димитрова, Н., 1992, с. 51).

За Михалчев съзнанието е безсмъртно, то е вечно, както е вечно и веществото. „Но като твърдя, че съзнанието не умира, не трябва да се мисли, че едно определено съзнание, моето например, ще продължава да живее в същите ония чувства, мисли, желания, настроения, влечения и пр. По никакъв начин. Тия желания, чувства, мисли, настроения и пр. се определят от особената организация на тялото, което е свързано с него“ (Михалчев Д., 1910, с. 175). Съзнанието е субектно определено (Цацов, Д., 2006, с. 15).

По отношение на психо-физическия проблем Михалчев не приема материалистическата гледна точка и защитава дуалистичната позиция.

Михалчев е последователен в критиките си към марксизма и диалектическия материализъм развиван у нас от Тодор Павлов, Тодор Самодумов, Сава Гановски и др. Според Михалчев материализмът не може да бъде научна философия; той е мироглед – синтез от мисловни и емоционални компоненти; материализмът е идеологическо оръжие. Философията, обаче, не може да бъде социална идеология. (Цацов, Д., 2006, с. 39). Важно е да се отбележи, че българските ремкеанци, в т.ч. и Д. Михалчев, отричат наличието на безсъзнателна психика. Именно поради тази причина Д. Михалчев критикува трудовете (посветени на социологията) на Иван Кинкел и между двамата има научен спор, отразен в списания (по: Цацов, Д.; Димитрова, Н. и др.).

Материализмът в българската психология

Сред представителите на материалистическата мисъл във философията, педагогиката и психологията у нас са: Тодор Димитров Павлов (1890–1977); академик Сава Гановски и Тодор Самодумов (1878 - 1957).

Основният труд по гносеология на Т. Павлов е „Теория на отражението“ до Девети септември 1944 г. Има две издания: руско и българско (по А. Бънков, 1966).

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY IN BULGARIA UNTIL THE 1940S

В своя фундаментален труд „Теория на отражението” Павлов извежда психичното като специфичен вид нервномозъчно движение. За психичното (съзнанието) той разграничава два момента – 1. Съзнанието като акт на съзнаване, като процес (на възприемане, мислене и т.н.) и 2. Съзнанието като резултат, продукт от този процес (съвкупността от познавателни образи и други психични явления, съставляваща съдържанието на съзнанието) (Димитрова Н., 1992, с. 86). След като установява, че отражението е особена форма на движението, Т. Павлов определя същността на отражението като вътрешно състояние на тялото, резултат от всеобщото взаимодействие между телата. Отражението, според Т. Павлов, е специфично в различните тела (Бънков, А., 1966, с. 671-672).

Тъй като съзнанието е свойство на високоорганизираната материя, то не е никакъв особен дух, монада, душевен индивид и др. (Димитрова, Н., 1992, с. 87). Павлов се обявява против рефлексологията и бихейвиоризма и свеждането (приравняването) на съзнанието до физиологичните процеси.

В „Теория на отражението“ Т. Павлов прави обстойна и дълбока критика на погрешните гносеологически възгледи, които абсолютно отъждествяват образа и предмета (емпириокритици, иманенти, интуитивисти и др.), и против абсолютното им противопоставяне (Бънков, А., 1966, с. 673).

По отношение на психичния образ (съдържанието на отражението) Павлов изказва мисълта за субективния по начин на съществуване образ: в качеството си на нещо нематериално идеите могат да съществуват и съществуват само в нашата мисъл, само в нашето съзнание, като съдържание на нашето съзнание (Димитрова Н., 1992, с. 89). Ако идеята-образ, пише Павлов, би била нещо материално, протяжно и би съвпадала по всичко с предмета, не бихме имали никаква идея-образ. Като идея тя е нещо духовно-нематериално и като такава е нещо субективно (Димитрова Н., 1992, с. 89).

Съзнанието, според Павлов, е субективно, нематериално. Психичният образ според Павлов (Теория на отражението) е нещо неизмеримо по-сложно, по-многогранно, по-живо, по-богато от всяка „снимка”, а в субстанциално отношение той е лишен от допирните си точки с материята (изключение прави времевата му определеност) (по Н. Димитрова, 1992, с. 89).

Тодор Павлов не приема и критикува психоаналитичната концепция за несъзнаваното.

В труда си „Основни направления във философията“ С. Гановски разглежда теорията на отражението като основа на материалистическата теория на познанието (Бънков, А., 1966, с. 702).

Според Сава Гановски съзнанието е вторично, производно от материята; то е продукт на нейното дълго развитие. То е особено свойство на организираната по особен начин материя – нервномозъчната материя. Но бидейки свойство на материята, съзнанието само по себе си е нематериално. Нематериално то е именно в качеството си на „отражение на материята”, „отражение на битието” (по: Н. Димитрова, 1992).

Тодор Самодумов стъпва на рефлексологията (учението на Бехтерев и Павлов) в разглеждането на въпроса за психичното. Психичното е свързано с работата на нервната система. Той определя психичното като отражение на функционалната дейност на

Mavrodiiev, Stoil

рефлекса и оттук дава едно механикоматериалистическо решение на психофизиологичния проблем (Димитрова Н., 1992, с. 136). Главният извод от разсъжденията на Самодумов за душевното като „общ сбор от работата на нервната система и органическите процеси” е снемането на психофизиологичния проблем. Като проблем той отпада изцяло именно при такива редуccionистки постановки, според които психичното може да се сведе без остатък до физиологичното, а то на свой ред – до биологичното, химичното и т.н. (Димитрова Н., 1992, с. 136).

Тодор Самодумов е известен с педагогическите си съчинения. Някои от тях са: Семейството и училището (1948); Същността на учебния процес (1950) и др. Бил е директор на Педагогическия институт към БАН.

Първото психологическо дружество в България

Началото на първото психологическо дружество у нас е поставено през 1921 г. Основател е психиатърът д-р Никола Кръстников. То започва да заседава от 19.02.1921 г. в неговия медицински кабинет. Членове на дружеството са Иван Германович Кинкел, проф. Николай Михайлович Попов, д-р Шаханова, Младен Николов, Димитър Бочаров, Михаил Димитров и др. Други членове на дружеството включват юристи и др. (Мавродиев, С., 2021a).

Социалната психология в България

Началото на социалната психология, в частност на народопсихологията, е поставено през 20-те г. на миналия век.

Наред с чисто художествените си произведения Антон Страшимиров остави и редица изследвания от народопсихологичен характер. Той ги публикува най-напред в редактираното от него сп. „Културно единство“ (Солун, 1909). По-късно той използва този материал в увода на книгата си „Войни и освобождения“ (1916), след което разширява народопсихологичната характеристика в отделна книга - „Книга за българите“ (1918). Пет години по-късно той я преиздава под ново заглавие „Нашият народ“, като вмъква някои нови глави. (Павлов, Т. и кол. – гл. редактори, 1976, том 3).

Ето как Страшимиров характеризира българина: „...Българинът има среден ръст, плещест, набит, с къс врат, скулесто лице и не големи винени очи. Той обича земята и ламти да я владее. Страстта на българина да работи своя земя, да няма господар се дължи до голяма степен на османското робство, когато той е работил почти само чуждо. За него е срамно да изгуби своето и да тръгне по „чужди врати“. В ежедневието си българинът е скромнен и спартански аскет. Към работата си е винаги сериозен и строг. Изискванията на работата стоят над всичко друго и само на тези изисквания той се подчинява доброволно. ... Българинът е скептик. Той всякога се съмнява, търси яснота и увереност, но не чрез истината на лукавия и хитрия, а по пътя на правдата. Скептицизмът на българина възвисява една положителна черта от неговия характер — липсата на лекомислие. И съзнателно, и по инстинкт той е против всяко опасно увлечение. Ето защо авантюрите не са присъщи на българите. Затова също българинът е мнителен и затворен в себе си до

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY IN BULGARIA UNTIL THE 1940S

враждебност срещу целия свят... Скептицизмът на българина се превръща в песимизъм. Ала песимизмът му не е безнадежден; той е по-скоро една депресия, подтиснатост на радостта. Той преувеличава злото и всякога чака несполуки, но дълбоко в душата му кълни вяра. Вярва, на какво — не знае. Българинът е много търпелив, особено на чуждо място, пред чужди. Надхвърли ли търпението му граница — той изправя врат и става страшен. ... Българинът не е възторжен и патетичен. ... Сексуално българинът е крайно въздържан, строг и детски наивен. В нашите народни песни няма възпяване на сладострастието на мъжа, нито славословие за плътта на жената. Влюбеният българин е страшен с дълбочината на сексуалния порив: той може да погуби заедно със себе си и тази, която е zalюбил. И въпреки това в семейството си българинът не е тиранин. Жената за него е другарка. (по: Павлов, Т. и кол. – гл. редактори, 1976, том 3).

Основен подход в народоведските му трудове е интуитивният метод, който има характер на самоанализ и на изповед. В същност Ан. Страшимиров прилага пряко наблюдателния метод. Ан. Страшимиров силно подчертава значението на бита за формиране на националната психика. Езикът, песните и хората, живописните и декоративните творения на народа са също средство за „отключване“ на народната психика. (по: Павлов, Т. и кол. – гл. редактори, 1976, том 3).

През 20-те години на XX век психиатърът Никола Кръстников прави психологичен анализ на българската интелигенция: „Проявите на свадливост, отмъстителност, грубост, неотстъпчивост, надменност, властолюбие, които характеризират нашия обществен живот, се дължат главно на прекаленото самолюбие, тщестлавието и дребнавото честолюбие на нашата интелигенция – доказателство за нашата ниска психика и ниско душевно развитие. Злобата, жестокостта в нашите обществени отношения се дължат предимно на тия болезнено засегнати чувства. В душевната физиономия на българина завистта е най-отвратителната, най-грубата черта. Завиждат си братя и сестри, роднини, познати, съседи, хора от един и същи занаят. Особено развито е чувството завист у интелигенцията. Клюкарството у народа и злобната критика – клеветничеството у интелигенцията – са прояви все на същите ниски чувства – самолюбието и завистта“ (Кръстников, Н., 1922).

Най-големият представител на социалната психология в този период е Иван Хаджийски. Заслужено, той, може да бъде определен като най-талантливия български социален психолог, тъй като очертава ярко чертите на българите, разкрива историческото развитие на нашия народ.

Иван Хаджийски е роден на 13 октомври 1907 г. в Троян. Завършва философия, след това и право в Софийския университет. През целия си живот проявява силен интерес към литературата, философията и социалните науки. През 30-те години на миналия век Хаджийски работи като журналист и сътрудничи на различни вестници и списания. Той също така участва в работническото движение и развива марксистки възгледи. През този период той започва да проучва и записва народни песни и приказки, което по-късно ще допринесе за неговия основен труд "Бит и душевност на нашия народ".

Mavrodiev, Stoil

От 1936 година започва да обикаля България пеша и на колело. В резултат от изследванията при обиколките си, подготвя издаването на фундаменталния си труд „Бит и душевност на нашия народ”. Първият том излиза през 1940 г. , вторият – през 1945 г.

В „Бит и душевност на нашия народ“ изследва връзката между историята, културата и психиката на българите, като използва уникална смесица от етнография, социология и философия. Книгата е оценена високо.

Иван Хаджийски вярваше, че разбирането на колективната психика на един народ е от решаващо значение за обяснение на неговите социални, културни и политически прояви. Според големия учен народопсихологията има за предмет националната психика. Нейните компоненти включват национален характер, национално чувство, национално самосъзнание и национално мислене.

В своя основополагащ труд „Бит и душевност на нашия народ“ Хаджийски твърди, че националната психика се формира в резултат на уникалното взаимодействие между географската среда, икономическите условия, социалната структура и историческото развитие на даден народ. Тази сложна комбинация от фактори оформя националния характер, чувството за национална идентичност и мисловните модели на хората в рамките на една нация.

В предговора към „Бит и душевност на нашия народ”, том 1, през 1940 г. проф. Димитър Михалчев пише: „... От неговия хубав, ясен и силен език лъха една художествена проза, която носи при четенето на трудовете му истинско удоволствие. Тънка и удивителна наблюдателност”.

Иван Хаджийски прави социално-психологичен анализ на Бита и душевността на селячеството. Талантливият народопсихолог проследява нишката на развитие на народите населявали нашите земи от славянските племена – до наши дни. Като метод на своите проучвания той използва народното словесно творчество. Следва да отбележим констатацията на Димитър Михалчев, че Иван Хаджийски използва марксистката методология не шаблонно, а творчески. Чрез нея той обяснява процесите, протичали в развитието на селячеството, отношенията между хората по време на родовото общество и феодализма. Хаджийски вижда остатъци от този бит и в селото на първите десетилетия на XX век.

В „Оптимистична теория за нашия народ” Хаджийски прави констатацията, че думите „българин“ и „българска работа” у нас често се употребяват като най-унизителни нарицания. „... Българска работа е работа необмислена или недообмислена, зле започната, без ръководство или нескопосно ръководена, която сякаш по задължение свършва със скандал, за да послужи само за позорна регистрация на печалните си герои”. Социалният психолог търси генезиса на тези схващания: най-лошото, пише той, е, че тези обобщения от областта на логиката минават в областта на практиката и нанасят съдбоносни поражения върху националната ни участ. Убиват се чувствата на национална гордост, пепели се социалният патос. Гаси се напрежението на историческия ни устрем (Хаджийски, И., 2002, с. 16). „Политическото безразличие се изтъква като висша

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY IN BULGARIA UNTIL THE 1940S

мъдрост. Историческото мъжество на борците за новото, вместо да се прославя като върховен дълг, се карикатури като историческа наивност”.

Хаджийски пише няколко социално-психологически студии: „Психология на военната дисциплина”, „Из философията на съвременния затвор” и „Психология на нашето иманярство”. Разглежда психологическите аспекти на Априлското въстание и ролята на Бенковски в него. Очертава личностните качества на войводата.

В книгата „Авторитет, достойнство и маска” социалният психолог разсъждава над психологията на буржоазната личност; разглежда отношението между личността и обществото. Тезата, от която се води авторът е, че хората по характер и поведение са продукт на конкретните обществени отношения в дадената държава. Интересно са представени външните знаци на властта като почести и маска. Интерпретацията на тези феномени е проследена през различните исторически епохи – от античността – до съвремението на автора (времето, в което пише произведението си Хаджийски).

Изследванията на Иван Хаджийски в областта на народопсихологията имат трайно въздействие върху нашето разбиране за колективната психика на българския народ. Като свързва националната психика с историческата съдба и обществените условия, той предлага ценна рамка за анализиране на социалните промени и развитието на нацията във времето. Неговите идеи продължават да резонират сред изследователите и днес, осигурявайки основа за по-нататъшно изследване и дебат относно природата на националната идентичност и ролята на културата в оформянето на човешкото поведение. Ив. Хаджийски повдига самочувствието на българина. Той търси оптимистичното в неговата история и прави да заблестят онези диаманти, които стоят затрупани от праха на времето. Ив. Хаджийски показва българина в най-хубавата му светлина. Той изследва душата на еснафа, на търговеца, на военния и дава такива сочни картини на народния бит, които съперничат на картините, оставени от писателя Захари Стоянов. Единият го дава по един начин, другият — по друг, но и двамата служат на една идея — България (Павлов, Т. и кол. – гл. редактори, 1976, том 3).

Психотерапията в България

Най-големите имена в психотерапията у нас от първите десетилетия на XX в. са психиатрите Никола Гаврилов Кръстников (1880 – 1936) и Кирил Чолаков (1897 – 1963). Н. Кръстников създава метода на изкуствената репродукция (1929), а К. Чолаков, създател на психофизиологичната декапсулация (1933).

През 1929 г. Н. Кръстников публикува в немския „Архив за психиатрия и неврология“ своя метод на изкуствената репродукция. Кръстников изтъква факта, че при психоневрозите често се стига до репродукция на преживени в миналото афектни състояния, която може да настъпи спонтанно или да бъде предизвикана по изкуствен път. Спонтанната репродукция се наблюдава при различни сумрачни състояния на съзнанието като сомнамбулизъм, трансови състояния, различни душевни кризи и др., а изкуствената репродукция се предизвиква или в хипноза, или посредством психоаналитичните методи (По: Ташев, Т., 1976).

Mavrodiev, Stoil

В работите си психиатърът въвежда понятието „психон“, а в центъра на всички психони поставя „Аз-психона“, „централния пункт на процесите на съзнанието“, около който са наредени всички останали центробежни и центростремителни психони. По-късно към всеки психон поставя и по един „чувствен психон“, който обединява центробежните и центростремителните психони в единен психон с центробежна и центростремителна част. Психичният живот според него е резултат на рефлексни процеси между „Аз-психона“ и останалите психони, а психичните заболявания — на разстройство в рефлексната центробежна и центростремителна дейност на психоните (Христозов, Х., 1987, с. 23).

Кръстников заявява, че в противовес на досегашните психоаналитични и психокатарзисни методи на него се е удало да изработи нов метод, който в техническо отношение е съвсем прост и обективен и при това има характер на експеримент. Предимството на този метод се състои в това, че процесът на репродукцията, респ. на психокатарзиса, протича почти без активната интервенция от страна на експериментатора. Процесът се установява обективно и репродукцията се извършва, тъй да се каже, по естествен път, без всякакво внушение или влияние от страна на лекаря (Ташев Т., 1976).

През тридесетте години на XX век се извява и друг български психиатър — Кирил Чолаков (1897—1963). Неговото научно творчество през този период, извънредно богато по обем, по проблемност, по широта на поставените и разглежданите въпроси, е изградено върху дуалистичната философия на Rehmke и биологизма на Kretschmer. Той създава оригинален метод за психотерапия — „психофизиологична декапсулация за каузално лечение на психоневрозите“. През 40—50-те години К. Чолаков направи опит да преустрои схващанията си върху позициите на павловския нервизъм (Христозов, Х., 1987, с. 24).

Психофизиологичната или кортико-динамичната декапсулация на Кирил Чолаков е представен в монография от него през 1933 г. Декапсулацията е метод за лечение на психоневрозите (понятието „психоневроза“ е използвано от автора на книгата на която се позоваваме – Т. Ташев).

Капсулационният процес се разглежда в психологично и физиологично отношение. Понятието капсулация означава психична и физиологична откъснатост, отделеност на дадено травмиращо неудоволствено преживяване, което поради силен емоционален заряд стои изолирано, само, чуждо сред останалия душевен живот на индивида и пациентът е лишен от възможността дори да си го спомни. Декапсулацията е процес на освобождаване на капсулираната преживелица и вметването ѝ в останалия съзнателен живот на личността. В това разграждане, свързване на психотравмената преживелица с останалите съзнателни преживявания и в това се изразява лечебният ефект на декапсулацията (по: Ташев).

Психоанализата в България до 40-те г. на XX век

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY IN BULGARIA UNTIL THE 1940S

През 20-те – 30-те години на XX век широко разпространение в България получава психоанализата на Фройд. Основните представители на това движение са: Иван Германович Кинкел, Младен Николов, Буко Исаев, Любомир Русев, Атанас Илиев, Найдено Шейтанов. Въпреки интересът към психоанализата, у нас не се създава системна психоаналитична практика, такава както в Западна Европа.

Разпространението и популяризирането на психоанализата става чрез изнесените стотици беседи от психоаналитично ориентирани автори, които обикалят цялата страна и се срещат основно с интелигенцията, сред които учители и други интелектуалци.

Друг начин на популяризиране е чрез десетките статии, които са поместени на страниците на сп. Философски преглед, с главен редактор философът Димитър Михалчев, а също на страниците на сп. Златорог, Българско училище, Училищен преглед и др.

В Уводните думи (първият брой на „Философски преглед“, 1929 г.) Димитър Михалчев заявява, че широката публика има духовен живот и потребности. Хората се интересуват не само от литература, но и от философия изобщо. „Хората случат с очевидно любопитство и философски беседи ... стига да умее човек да им предаде съответния предмет по един достъпен начин“ („Философски преглед“, 1929 г., кн. 1, с. 1). Именно това е подтикът на Михалчев да основе авторитетното списание. Големият философ отчита, че интересът не е насочен само към философски въпроси, но и към въпроси на религиозното съзнание, педагогията (възпитание и образование), проблемите на „обществената философия“. Димитър Михалчев отчита нарастващият интерес към психоанализата и заявява, че „Философски преглед“ ще дава редовен обзор върху тия „модни умствени течения“ („Философски преглед“, 1929 г., кн. 1, с. 3).

Както вече стана ясно, достойно място на страниците на „Философски преглед“ е отделено на психологията, в частност на психоанализата. Достойна изява имат автори като: Андрей Андреев, Атанас Илиев, Иван Кинкел, Любомир Русев, Иван Хаджийски, Кирил Чолаков, Никола Шипковенски и др.

Твърде разнообразна е проблематиката на българските психолози, публикували в сп. „Философски преглед“: Атанас Илиев посвещава няколко статии на художественото творчество; Любомир Русев прави „Психоанализа на Ботевото творчество“ (1933, кн. 3); пише „Аутизъм в лириката на Яворов“ (1934, кн. 5); Андрей Андреев отнася психоанализата към животинската психология. Любомир Русев публикува „Войната като влечение към смъртта и сродяване с ужаса“ (1935, кн. 5). От Найдено Шейтанов: „Сексуалната философия на българина“ (1932, кн. 3); „Духът на отрицание у българина“ (1933, кн. 2); „Еротични космогонии на Балкана“ (1934, кн. 3-4); „Увод в българската сексология“ (1935, кн. 5).

Любопитни са заглавия като: „Психология на старата мома“ на К. Ахчийски (1940, кн. 5); Вера Златарева публикува „Психология и социология на българската проститутка“ (1935, кн. 1) и Душата на старата мома (1941, кн. 1). Атанас Илиев пише Култ на плътта (Психологически опит) (1933, кн. 2) и Психология на съвременната любов (1935, кн. 2).

Mavrodiev, Stoil

До последният брой на списанието 1943 г., когато е спряно по политически причини, Димитър Михалчев не изневерява на заявените цели. Той отстоява плурализма, разнообразието на теми, мултикултурализма и различните гледни точки. „Философски преглед“ не само образува широката си аудитория, то се превръща в своеобразен културен феномен.

Централната фигура в психоаналитичното движение е Иван Германович Кинкел (1883 – 1945). Иван Кинкел е роден на 18.01.1883 г. в гр. Брянск, Русия; син на швейцарец и руския, внук на швейцарския поет и философ Рудолф Кинкел. Следва социология и философия в Лайпциг и Цюрих, завършва държавни и правни науки в Цюрих през 1911 г. През 1913 г. е избран за доцент в Института по агрономия и кооперации в Санкт-Петербург. Участва в руското революционно движение като социалреволюционер (есер). Установява се в България през 1917 г. през 1930 г. става професор в Софийския университет, където преподава политическа икономика и стопанска история. Иван Кинкел е член на международния институт Солвей в Брюксел; член на Международната психоаналитична асоциация.

Едно от най-значимите му произведения „Към въпроса за психоаналитичните основи и произхода на религията“ публикува през 1921 г. Същият труд е отпечатан в международно списание за психоанализа „IMAGO“, и получава положителен отзив от Зигмунд Фройд.

Определил себе си като „природонаучен“ материалист, стремящ се да надмогне интелектуализма в полза на биологизма (Стаматов, А. и кол., 2000, с. 48-49).

Кинкел е инициатор за създаването на Българско научно-социологическо дружество през 1932 г. и негов председател в периода 1932 – 1938 г. (Мавродиев, с., 2017).

Трудове, посветени на психоанализата и свързани с нея:

Към въпроса за психоаналитичните основи и произхода на религията. С., 1921;

Наука и религия в светлината на психоаналитичната социология. С., 1923;

Наука и религия в психологично осветление. С, 1924;

Социалната психопатия в революционните движения. С., 1924;

Историко: материалистическият и психоаналитичният метод в социологията. С., 1925;

Събарянето на аналитичната психология от Михаил Димитров; Студии по психоанализа в социологията, № 1, С., (1926);

Тайните на мистицизма – окултизма в светлината на аналитичната психология, С. „Пряпорец“ (1928);

Методите на познанието в съвременната социология. С, 1931;

Биологичните и социално-економичните корени на престъпността, проституцията и самоубийството, С., Издание на Българска въздържателна федерация, (1936);

Социологията в осветлението на един философ или научните недоразумения на г-н проф. Михалчев. С., 1940;

Социология и биология. С, 1940;

Методите на познанието в съвременната социология, В: Годишник на Софийския университет, Юридически факултет, том XXVI (1931);

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY IN BULGARIA UNTIL THE 1940S

Философията на човешката душа в психоаналитично осветление, В: Философски преглед, 1932, кн. IV, с. 325 – 340;

Философска същина на психоаналитичния мироглед, В: Философски преглед, 1933, кн. 1, с. 15 – 34;

Психоанализ в социологията, Демократичен преглед, 1926, кн. 2 (Мавродиев, С., 2017).

В своите трудове българските психоаналитично ориентирани автори разработват фундаментални философско-методологични въпроси на психоанализата. Те подчертават значението и важността на психоанализата, като утвърждават, че тя е интелектуална революция, която трансформира научната мисъл. Те разглеждат психоанализата не просто като направление в психологията и психиатрията, а като методология, която може да се прилага в други социални и хуманитарни области.

И. Кинкел, Л. Русев и др. утвърждават, че психоанализата е метапсихология, която може да обясни универсалните и най-фундаментални принципи на функционирането на човешката природа, включително социалното устройство. Те подчертават, че тази метапсихология може да разкрие дълбоките нива на психичния апарат и несъзнаваната мотивация и воля за живот и дейност.

Един от основните проблеми в творчеството на българските последователи на Фройд е изследването на фило и онтогенезиса на човека. Те разглеждат човешката природа като резултат от еволюционното минало, като ключов момент е генезисът не само на културата, но и на духовното у човека. Проявленията на нагоните са в основата на духа и разума, които не са метафизични, а са продукт на еволюцията.

Българските автори приемат и утвърждават тезата на Зигмунд Фройд, че в основата на човешката природа и дейност стои либидото, което действа като мотивация и е в основата на по-висшите социални и културни явления като морал, религия и любов. С други думи, културата е продукт на изместването на първичните нагони, включително сублимацията в духовни прояви.

Всички фройдисти представят в различните им измерения понятието безсъзнателно (несъзнавано). Например Ат. Илиев отбелязва, че безсъзнателните явления са свързани с физиологичните процеси, които функционират независимо от дейността на съзнанието.

И. Кинкел, Мл. Николов, Ат. Илиев и др. признават, че човешката природа е подложена на формиращите влияния на културата, която, чрез табута и др., оказва влияние и модулира самите нагони. Човешката природа е сложна и противоречива, отразяваща се в работата на Ат. Илиев в „Двата полюса на човешката душа; към психологията на доброто и злото“ (1929). Доброто и злото са двата полюса на човешката душа, дихотомията, чрез която най-често е характеризан човекът.

В научните произведения на българските автори се откроява тезата, че учението на Фройд показва човека такъв - какъвто е, „разголва“ неговата душа. Когато човек осъзнава несъзнаваните душевни тенденции и комплекси, това му помага да ги преодолее. И. Кинкел е оптимист за възможностите на психоанализата да помогне на човечеството да опознае дълбините на човешката душа и обществените явления, като по

Mavrodiiev, Stoil

този начин се освободи от много илюзии. За М. Николов психоанализата е „ключ към разбиране на душите“. Николов съчетава психологията и психоанализата на основата на биогенетичната психология.

Л. Русев, И. Кинкел, М. Николов, А. Илиев, И. Лингорски и др. демонстрират по оригинален начин как психоанализата може да се приложи при осветляването от нов ъгъл на редица социални явления.

Психоанализата се определя от Кинкел като естествена и точна наука; обективна методология. Той не е идеалистично учение. Приема се принципът за функционална неразделност и взаимна обусловеност между физическото и психичното.

Едно от най-значимите произведения с оригиналност и принос към психоаналитичната теория е книгата „Глад и либидо“ (1932) на Любомир Русев. Фундаменталният въпрос, който поставя ученият, е кой е източникът на активността у човека, кое го кара да създава, да се бори, да се усъвършенства? Освен либидото, обаче има още един нагон, на който посвещава своя анализ авторът, и това е гладът. Русев разширява разбирането за либидото, очертава неговата съдържателна страна и проследява генезиса му. Доказва основната си теза, че гладът и либидото са началата на живота. „Гладът“ и „либидото“, водещи до състояние на нужда, са двете основни жизнени сили, източник на действие в органичното царство. Те са две различни прояви на едно и също начало. Живата материя се е развила (в еволюционен смисъл) и продължава да се развива, да се запазва, оцелява, размножава под въздействието на двете сили – глада и либидото. Очевидно, за автора, това са двете начала на живота в метафизичен смисъл (Мавродиев, С., 2021b).

Популяризирането на психоанализата върви по посока за представяне на обществеността въпроса за сънищата (Атанас Илиев), стadiите на психосексуалното развитие (Л. Русев), теорията за личността и учението за нагоните, както и други понятия, разработени от Зигмунд Фройд. Други популяризатори са Сотир Бранков, Буко Исаев, който превежда труд на Фройд, както и останалите психоаналитично ориентирани автори.

Според д-р Андрей Андреев може да се търси паралел между психиката на животните и хората, а психоанализата може да бъде приложена към анализирането на психиката не само на човека, но и на животните („Принципите на психоанализата в животинската психология“; Философски преглед, 1932, кн. 3). Изхождайки от факта, че психоанализата почива върху био-психичния подход, д-р Андреев защитава тезата, че познанието на душевния живот при човека ще послужи за опознаване на животинската психика. По-подробно тези разсъждения той излага в книгата си „Душата у животните“ (1931 г.). Прави се паралел между психиката на животните и човека: и в двата случая тя е комплекс от унаследени нагони. Чрез психоаналитичния метод се установява, че ръководните принципи в животинската психика – за динамичност, икономичност и за удоволствие, са същите, които царуват и в човешката психика (Мавродиев, С., 2022).

Метаанализът на творчеството на българските психоаналитици позволява да се открие втората проблемна област, която е застъпена широко в тяхното творчество: „Психоанализа, социология и социални феномени“. Това са въпроси, посветени на психоаналитичното осветляване на религията, мистицизма и окултизма, революции и

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY IN BULGARIA UNTIL THE 1940S

други социални явления. Психоаналитично обяснение на мистицизма и окултизма, което дава И. Кинкел е свързано с разбирането, че човек се връща към една архаична примитивност, с господство на проекционния психомеханизъм. Съществува паралелизъм между архаично-примитивната психика и сънищата на съвременните хора (Мавродиев, С., 2022).

Психоаналитичният метод позволява на нашите автори да прехвърлят своеобразен мост от изследването на несъзнаваните душевни феномени към убеждения, нагласи, които са се закрепили в правото, етиката, религията, изкуството и др. В основата си тези социални феномени имат подсъзнателни прояви. От тук може да се изведе една колективна психология. Психоаналитичният метод може да осветли „тъмнините на обществената психология“, твърди Кинкел. Методът е в състояние да обясни еволюцията на примитивните религиозни вярвания, религиите, в частност произходът на монотеистичните религии, обществените отношения, етиката, генезиса на познанието и др.

Психоаналитичният метод стои зад марксисткия и позволява да се изясни дълбинно очевидно вярната теза, че етиката и религията са продукт на обществените отношения (на идеологията на обществото). За И. Кинкел психоаналитичният метод не противоречи и е паралелен на материалистическия - реалистичен метод в социологията. Психоанализата е родния брат на марксизма, тъй като психоанализата, според психоаналитика, е неприятел и разобличител на фантасмагориите, заблужденията, предразсъдъците. По същия начин и социологията на Маркс осветлява чрез своя метод развитието на обществото. Ето защо, двете методологии не си противоречат, а се допълват.

Въпросът за произхода, същността и феноменологията на религията и религиозния живот, и преживявания, е застъпен изключително задълбочено в творчеството на българските психоаналитици. Тук следва специално да откروим приносите на Иван Кинкел, който получава адмирации от Ото Ранк и Зигмунд Фройд. Религиозното чувство и преживяване са едни от най-дълбоките онтологични въпроси на психоанализата. Това е феноменологична област, свързана с генезиса на самия човек и генезиса на културното развитие. Към тях се обръща и „бащата“ на психоанализата – Зигмунд Фройд. Развоят на религиите, институционализирането на вярата, влиянието върху хората са сложни въпроси, които намират интересни и оригинални интерпретации в творчеството на българските автори.

Рамката на разглеждането на тези въпроси е широка – от генезиса на религиозните чувства и генезиса на човека – до космогонията като проекция на човешкия свят и преживявания. Подходът на авторите е дълбинен естествено – исторически анализ на човешката природа. В същото време от текстовете на Н. Шейтанов черпим информация за „духът“ на българина и неговата народопсихология. Дали това ще са митичните герои като Крали Марко, дали ще е анализът на Змея, всички те разкриват дълбинните наслаждения в душевността на нашите предци.

Mavrodiev, Stoil

Произходът на религията е основен проблем, над който работи Иван Кинкел. В Студията „Към въпроса за психологичните основи и произхода на религията“ се съдържат едни от оригиналните приноси на Кинкел и е оценена високо от самия Зигмунд Фройд. Иван Кинкел прилага принципите на психоанализата към целия развой на религиозните представи в историческата им еволюция у човечеството.

Проф. Кинкел приема за меродавен биогенетическия закон на развитието. Паралелизмът между развитието на човечеството и онтогенетичното развитие на конкретния индивид е отправната точка в изследването на човека. Символизмът характеризира първият период на съзнателно развитие на детето. В представите за външния свят (природата, космоса), детето се ползва от „символни образи“. Например в астрономичните представи слънцето е баща, луната – майката, а звездите – техни деца. В детските приказки се открива същият „инфантилен символизъм“: добрата фея в приказките е символ на любовеобилната майка, образът на страшния великан е образ – символ на бащата. Същият символизъм Кинкел намира в цялата психология и най-вече в религиозните представи на първобитните народи. От тук се извежда и паралелизмът по отношение на нравствените емоции при първобитните народи и при съвременните деца (Мавродиев, С., 2017).

Религията стои по-високо над наивно-анимистичното разбиране и схващане за света. Съществената разлика, която подчертава И. Кинкел се състои в това, че ако при анимизмът човек може да влияе върху природните сили чрез магията, то при религията е тъкмо обратното – човек е подчинен и зависим от Бога, и може да се доближи до Него чрез молитви, да го благоразположи чрез морален живот. Третата система, както е определена като велика, е тази на науката, научния мироглед и научното отношение към всички явления. Нашият психоаналитик разкрива феноменологията на проекционния психомеханизъм в развитието на митологичните представи, а във втората светогледна система – религията, анализира същността на майчиния и бащин комплекс в изграждането на религиозните образи и преживявания на хората (Мавродиев, С., 2017).

За Любомир Русев религията е социо-културен феномен, резултат от човешкия социален начин на живот. В основата на религията стои религиозното съзнание, което е съвкупност от чувство, вяра и поведение. Идеята за Бог е резултат от дейността на съзнанието. Атанас Илиев също обръща поглед към въпросите на религията, според който религиозни системи имат нещо общо и това е тезата за участието на антропоморфното обяснение на природата при възникването на религиозните чувства и представи.

Въпросът за религията, макар и в по-широк контекст, е застъпен и в творчеството на Найден Шейтанов в неговите космогонии. Произведенията му разкриват еротичните и дълбинни пластове от човешката природа, отразени в митологията и фолклора, преданията и легендите. Шейтанов ни повежда през вековете и ни връща към архетипното, космогонията и сътворението. Той прилага психоаналитичния метод именно към митологията и фолклора и народопсихологията. Чрез този метод достига до универсалиите в човешката природа.

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY IN BULGARIA UNTIL THE 1940S

Творбите на Шейтанов предлагат уникална гледна точка към религиозните вярвания и практики, като ги свързват с дълбинните психологически процеси и архетипните образи. Неговите изследвания върху символиката и митологията разкриват сложните връзки между индивидуалната психика и колективното несъзнавано. Този подход позволява на Шейтанов да изследва произхода и развитието на религиозните системи, както и тяхната роля в оформянето на човешката култура и общество.

Чрез приложението на психоаналитичния метод към митологията и фолклора, Шейтанов успява да хвърли светлина върху универсалните аспекти на човешката природа, които надхвърлят културните и исторически различия. Неговите изследвания подчертават централната роля на символизма и въображението в религиозното изразяване и разбиране, както и значението на колективното несъзнавано при оформянето на религиозните вярвания и практики.

Като цяло творчеството на Найден Шейтанов обогатява психоаналитичната перспектива, като включва митологията, фолклора и народопсихологията в своето изследване. Неговите новаторски идеи продължават да оказват влияние върху съвременните изследвания на религията, митологията и психологията на културата.

Друга основна област, предмет на изследвания и анализ от българските психоаналитично ориентирани автори, са общественно-политически явления като революции, войни, както и социални феномени като проституция, общественото устройство и функциониране (Мавродиев, С., 2022).

За Атанас Илиев е безспорен фактът, че социалното поведение на човека е съпътствано от редица ирационални явления като внушения, манипулации. Иван Кинкел също има подчертан интерес към социално-психологичните явления, сред които по-особено място заемат революциите. Това, от което се интересува ученият е как и защо революцията се превръща в психопатологично явление и как революцията влияе върху обществения живот. Оригиналният паралел, който се прави с някои психични разстройства позволява да се установи, че в революционните движения се наблюдава регрес към по-примитивната човешка психика. Заслужава внимание и изводът за издигането на психопатни типове в ролята на господстващи в политическия и духовен живот на обществата.

Задълбочен психоаналитичен „прочит“ на войната прави Любомир Русев в своята статия „Войната като влечение към смъртта и сродяване с ужаса“ (1935). Човешката природа е сложна и подвластна на нагоните, в т.ч. на деструктивни сили. В същото време човекът е модулиран от културата, и по този начин нагоните, поне в известна степен, и при известни обстоятелства са притъпени и контролирани. Авторът описана мотивацията за войнствения инстинкт, желанието да се умира за идеали и „възможността да се гледа ужаса с отворени очи“. Приема се основополагащият за психоанализата постулат, че при човекът и животните съществуват два противоположни нагона или влечения - към живота и към смъртта.

Интересни социално-психологични феномени, които са интерпретирани по оригинален начин от нашите автори са престъпността, проституцията и самоубийството. Причините

Mavrodiev, Stoil

за тези явления се търсят както в живота и функционирането на обществото, така и в биологията на индивида, в т.ч. и социалната биология. За И. Кинкел социалните недъзи по своята същност са обществени явления, Но в тяхната генеза има и биологична обусловеност. Логично, в антисоциалните поведения се търсят дълбинните мотиви. Приема се тезата, че антисоциалните явления (девиантни, деликвентни), имащи в основата си биологичен фактор, приемат форми, обусловени от обществената среда и се предизвикват непосредствено от обществените условия, в които живее индивидът.

Действително, човекът със своите индивидуално-психологични особености, които са биологично обусловени, се вписва в социалната среда, а тя самата излъчва (е източник) на мотиви, може да подбужда към едно или друго поведение, да фрустрира, или да задоволява потребностите, да модулира човека по сложен начин. Струва си да подчертаем модерността на мисленето по тези въпроси на Иван Кинкел. Престъпленията и проституцията следва да се разглеждат именно в този контекст. Психоаналитикът подчертава, че по отношение на социалната среда следва да се има предвид общественоекономическото положение на индивида.

Младен Николов показва възможностите за прилагане на психоанализата към различни криминалната психология“. Дълбинното изследване на престъпността е построено върху разглеждането на две душевни тенденции: към вещи и лица – себична (егоцентрична), и алтруистична. Същите са в непрекъсната борба за надмощие, като себичната доминира често. Този въпрос се изяснява чрез разглеждането на въпроса за нагоните. В началото се формира нагонът за съхранение (събиране, първо в устата на храна, след това в джобовете...), това става мотив за различни действия, в т.ч. непозволени или престъпни. Противоположна е алтруистичната тенденция (Николов, М., 1925).

Изтласканите Едипов и Електра комплекси биха могли да бъдат активирани от силни преживявания и биха се манифестирали в отцеубийство, също насочени към хора с висока позиция, наподобяващи бащата. Покрай еротиката се появяват и нарцисизъмът, онанизъмът, хомосексуализъмът, хетеросексуализъмът, садизъм, мазохизъм. Всички те, според М. Николов, са свързани с либидото и еротичният компонент. Естествените тенденции и нагони са причини и мотив на различните действия, в т.ч. на престъпните. Изтъква се ролята на възпитанието за формирането на просоциално поведение. От травмиращи преживявания се появява психичната регресия. Именно душевната регресия е пружина (механизъм) на деликтите и криминалното поведение (престъпление). В несъзнаваното са изтласкани скритите подбудите за престъплението.

Подчертан интерес за българските психоаналитици представлява народопсихологията, във връзка с митологията и фолклора.

В най-архаичните пластове на човечеството присъстват тотеми, табути, инициации, магии, в които, от една страна са проецирани в символна форма светоусещанията на първобитните и примитивни народи, от друга страна – те започват да изпълняват регулативни функции в обществените отношения. От отношенията между бащи (вождове) и синове (млади мъже), Илия Лингорски извежда феноменът и обхватът на Едиповия комплекс. Дионисиевите празненства са освобождаване на дълго потискания

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY IN BULGARIA UNTIL THE 1940S

ерос. Лингорски прави извод, моралната култура израства от трагичната вина на човека, като морално послание на неговото престъпно деяние. Човечното се създава по пътя на трагичното (Лингорски, И., 1935).

Нашите автори изследват преднаучното мислене на примитивните народи, форми като магии, баяния и лечение на тялото и душата, в които се откриват сугестивни и автосугестивни елементи. Очистващото действие на природните средства се сравнява с ефектът на катарзиса в психологичен смисъл. Баните имат магически смисъл. Психоаналитичното тълкуване на И. Лингорски на злите духове е, че те са проекция или пренос на личностните качества на самите хората.

Найден Шейтанов е авторът, който прави психоанализа на еротичното и разкрива сексуалната философия на българина. Сексуалността е същностна част от човешката природа, която повече или по-малко е била тема табу. Въпреки потискането от страна на суровите обществени и религиозни норми, тя е намирала начини да се манифестира по завоалиран и скрит начин, пробивала си е път в личните и обществени форми на живот - в словесния фолклор (приказки, пословици, песни); в материалния фолклор (облеклото); във взаимоотношенията на хората (напиването на вода, народните танци). Тъй като нарушаването на табу-тата (в т.ч. и сексуалното) е свързано с преживяването на тревожност, с опасност от отхвърляне от общността, по този „скрит“ начин се е задоволявала еротичността и в същото време са се запазило сексуалното табу. По същество това е двойствен морал, присъщ за патриархалното общество. Сексуалното, еротичното и официалното на практика са два успоредни пласта в духовното и културно развитие на народите, в т.ч. и на българите. Българинът се отличава със свитост и свенливост по отношение на сексуалното. В същото време разговорният език има силни еротични оттенъци. Половата космогония на нашия народ се открива в сюжети на словесния фолклор разказващи за женитбата на слънцето (мъжкото начало). То е схваща като голямо око, а в чисто еротичен аспект се говори за „едноокия“ (очевидно penis). Сексуалното е било и ще бъде „проблем на проблемите“, отбелязва д-р Шейтанов. Еротичното, сексуалното са заложили биологично и се откриват в самия живот и изменение на материята. В основата на живота, природата и вселената стои половият нагон (Шейтанов, Н., 1932).

Народопсихологията разкрива национални черти и е своеобразен колективен портрет на народа. Научните произведения в това пространство дават обратна връзка на представителите на съответния етнос и са полезни за своеобразната рефлексия, от която имат нужда хората. Найден Шейтанов прави своеобразен характерологично изследване на българина, установявайки „духът на отрицание“ у нашия народ. Но все пак това не е само български „патент“, а се среща и у другите славянски (и не само) народи. Този дух е много силно изразен, например в израза „българска работа“, с който се дава отрицателна оценка. За автора националното ни отрицание има своя психология, етнология, география, както и свои възможности за преминаване в дух на утвърждаване.

Найден Шейтанов поставя началото на научната и системна сексологията в България. Той разкрива спецификата на сексуалната философия на българина, нейната

Mavrodiev, Stoil

детерминираност от контекстуални и исторически фактори. Изследва космогоните на балканските народи (на древните елини) които са прототипи за българския фолклор.

Възпитанието, формирането на личността, възрастовите кризи, наследствеността и инстинктите са проблемни области и теми, които присъстват в творчеството на Любомир Русев, Младен Николов и др. Освен, че популяризират идеите на Фройд, нашите автори правят интересно и оригинално тълкуване на тези въпроси. Един от въпросите, над който работи Л. Русев е за взаимодействието между генетичните фактори и влиянието на средата върху формирането на личността и нейното индивидуално развитие. Сложните взаимоотношения между наследствеността, индивидуалното развитие и социо-културните условия водят до борба между природа и възпитание.

Въпросът за проявите на инстинктите и влеченията в различните етапи на онтогенезиса е един от ключовите за психоанализата. Л. Русев пише пет статии по тези проблеми и по този начин представя на читателите теорията на Фройд за психосексуалните стадии на развитие.

Функционирането и абнормното развитието на личността, неврозите и симптомите са друг кръг от въпроси, на които нашите психоаналитици са давали своето тълкуване. Те пишат и по проблемите на психохигиената при учениците и възпитанието. Така през 1929 г. Л. Русев публикува статията "Умората и преумората като причини за лошия успех и поведение на учениците". Описват се и се анализират психичните и поведенчески проблеми, и промени при учениците в училище, в следствие на настъпилата умора.

Младен Николов анализира сложните отношения между видовете любов в онтогенетичен аспект и пораждането на неврозата. Изследват се първите обекти на любовта на малките деца във връзка със задоволяването или не задоволяването на техните потребности от значимите възрастни, а от тук се извеждат тенденции за невротичното развитие на личността.

Любомир Русев, чрез методологията на психоанализата, разглежда въпросът за връзката между онанизма и невротизирането на личността. Авторът утвърждава, че сексуалността е най-важният инстинкт у човека, но в същото време предупреждава, че „може да се насочи в крива посока“ и да предизвика силен онанизъм, хомосексуализъм, автоеротизъм в по-късна възраст, както и невротични разстройства и психози. Действително, описаният механизъм на развитие на невротичност разкрива сложната картина на преживяванията, свързани с конфликтите между обществените норми, нагласи и предписания от една страна, и задоволяването на нагона, от друга. Преживяването на чувство на вина, срам, греховност, породени от един силен Свръх-аз, могат да доведат до повишена тревожност, или до описаната невротичност. В този контекст Младен Николов изследва психоаналитичните измерения на въздържанието о употреба на алкохол (1934). Той опровергава общоприетото мислене, че въздържанието от пиене, пушене е свързано с волята, която от своя страна е структура от човешкото съзнание. въпросът е много по-сложен и дълбок и е свързан с търсенето и доставянето на удоволствия, което е основен

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY IN BULGARIA UNTIL THE 1940S

нагон в човешката природа. Фокусът е насочен и към регреса на либидото и задоволяването му (Мавродиев, С., 2021b).

Л. Русев отправя поглед към деца с поведенчески особености и затруднения, невро-психични разстройства, и такива с повишена реактивност. Ученият описва симптомите и дава обяснение, което е свързано както с биологично-конституционалното и генетично развитие на личността, така и със социализиращите влияния на средата. Целта е да се насочат учителите към прилагането на диференциран и индивидуален подход спрямо учениците.

Прилагането на психоанализата (по оригинален начин) като методология на художественото творчество е друг важен кръг от въпроси, застъпен в българската психоанализа между двете световни войни. Изкуството, в частност литературата, е една от областите извън терапията и психопатологията, в която психоанализата намира приложение и се използва като методология чрез която се анализират художествените произведения и личността на автора. Фройд и неговите последователи доказват, че дълбинната психология е в състояние да проникне зад границите на творческия процес и да разкрие тенденции, намиращи се под повърхността му. Душевният живот на човека е съвкупност от съзнателни преживявания и несъзнавани процеси: нагони, афективни комплекси, изтласкани съдържания. Безсъзнателното се опитва да си пробие път и да се „промъкне“ обратно в съзнанието. Изтласканите и не задоволени желания се задоволяват в символна форма чрез сънищата, фантазиите, въображението, бляновете, мечтите. Фантазиите и въображението са в основата на творческия акт и художествени произведения. В такъв случай може да се твърди, че в художествения образ авторът не само проецира своите несъзнавани стремежи, мотиви, но ги задоволява; изразява потиснатите си чувства и конфликти, с други думи – разтоварва психичната си енергия (Мавродиев, С., 2021b).

Психоанализата разкрива вътрешния свят на твореца, несъзнаваните преживявания, проекции, идентификации, влечения и отношения - влизащи в ролята на мотиви за творческа дейност и себеизразяване. Но същото важи и за тези, които възприемат изкуството.

Прилагайки психоаналитичната теория, Любомир Русев прави цялостен анализ на творчеството на двама велики български поети: Христо Ботев и Пейо Яворов, както и анализ на някои стихотворения на Иван Вазов, Пенчо Славейков, Димчо Дебелянов. Основните му психоаналитични произведения в тази област са: „Аутизъм в лириката на Яворов“ (1934); „Поезията на Яворов в психологична светлина“ (1939); „Психоанализа на Ботевото творчество“ (1933); „Художествената литература и психоанализата“ (1934). За Русев няма съмнение, че психоанализата е „точна психологическа метода“, зад която стоят практически резултати и доказателства, изведени от клиничния опит на Фройд, който открива метода за изследване на несъзнаваната психика и формулира законите на несъзнаваното. Той приема, че художественото творчество в голямата си част отразява противоречието между реалността и влеченията, последствията от изтласкването им в несъзнаваното (Мавродиев, С., 2021b).

Mavrodiev, Stoil

Тъй като моралът, религията, етичните норми са основни потискащи сили, художествената литература изразява и отразява афектите, свързани с потиснати либидонозни представи като представата за майката, родината и др. В тази връзка Русев открива наличието на Едипов комплекс както в европейската лирика и проза, така и в художествени произведения на наши автори. Под знака на Едиповия комплекс е творчеството на Христо Ботев, установява Л. Русев. Душата на Ботев, разкрита в творчеството му, се характеризира с постоянни вулканични изригвания на афектно-импулсивна лава. Едиповият комплекс у Ботев има различни варианти. Нарцисизмът също не е чужд на нашите поети.

Като изразява потиснатите си влечения, художникът ги приближава до съзнателният си живот, и заедно с това се освобождава от тях. В известен смисъл художественото творчество е „самолечение“, счита Атанас Илиев. Но изкуството може да изразява влечения не само, които са по-ниски, но и по-високи – също безсъзнателни. Това са двата полюса между които протича съзнателният живот на личността.

Така очертаните проблемни области и теми, застъпени в творчеството на българските психоаналитично ориентирани автори показва, че те се интересуват от широк кръг въпроси. На практика няма важна област от психоанализата, която да не е намерила отражение в произведенията на българските автори.

В заключение:

Психологическите традиции в България могат да бъдат проследени назад до края на 19-ти век, когато се установява автономният статут на науката психология. С основание можем да се гордеем с факта, че някои от първите български психолози получават своето образование в Германия, под ръководството на Вилхелм Вунд, който често се смята за основоположник на психологията като академична дисциплина. Тези пионери на психологията в България не само допринесоха значително за развитието на областта в страната, но също така изиграха решаваща роля в оформянето на интелектуалния пейзаж на нацията.

През този начален период психологията беше богата на идеи и различни теоретични перспективи. Някои от най-значимите сред тях включват интроспективно-емпиричното направление, ремкеанството, психоанализата и други. Въпреки това, след 1944 г., в резултат на идеологически промени, плурализмът на тези идеи е заменен от официалната методология - марксистко-ленинската философия.

Въпреки тези предизвикателства, приносът на българските психолози от края на 19-ти век до 40-те години на миналия век към психологическата наука остава значителен и е в съответствие с напредъка, постигнат в световен мащаб през този период. Техните изследвания и теории продължават да оказват влияние върху областта днес, напомняйки ни за богатото интелектуално наследство, което формира основата на съвременната психология в България.

Използвана литература:

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY IN BULGARIA UNTIL THE 1940S

Alexandrov, P., (2005). Istoriya na psihologiyata, chast 1 [History of psychology, part 1], Varna, "Psido" Publishing House

Alexandrov, P., (2012). Istoriya na introspektivnata psihologiya [History of introspective psychology], Varna, VFU Publishing House "Ch. Hrabar"

Alexiev, N., (1908). Prinos kam uchenieto za afektite [Contribution to the teaching of affects], Sofia

Alexiev, N. (1910). Uchenie na G. T. Fehner za otnoshenieto mezhdu dushata i tyaloto [Teaching of G. T. Fechner on the relationship between the soul and the body], Sofia

Arshinkov, S. (2002) „Mila rodino“ Tsvetan Radoslavov Hadzhidenkov [\"Dear Motherland\" Tsvetan Radoslavov Hadjidenkov], Academician Ed. \"Prof. Marin Drinov\", Sofia

Bankov, A. (1966) Razvitie na filosofskata misal v Balgariya [Development of Philosophical Thought in Bulgaria], ed. \"NI\", Sofia

Bachvarov, M., Dimitrova, N. (editors) (1982) Spiridon Kazandzhiev. Filosofski i psihologicheski sacheniya [Spiridon Kazandzhiev. Philosophical and psychological writings], Sofia, Science and Art

Vasilev, V. (2018). Balgarskata natsionalna psihologicheska traditsiya ima dalga i dostoyna istoriya [The Bulgarian national psychological tradition has a long and worthy history]: Bulgarian Journal of Psychology, 2018, issue 1-4

Denev, L. (2022). 50 godini spetsialnost „psihologiya“ v sofiyskiya universitet „sv. Kliment ohridski“ [50 years of \"psychology\" major at Sofia University \"St. Kliment of Ohrid\"]: A collection of scientific reports from the jubilee international scientific conference on the occasion of the 50th anniversary of the creation of the specialty \"Psychology\" at the Sofia University \"St. Kliment Ohridski\" June 1-3, 2022.

Dimitrova, N., (1992). Filosofski vaprosi na psihologiyata [Philosophical questions of psychology], Sofia, ed. of BAS

Encyclopedia \"Bulgaria\" (7 volumes), 1978 to 1996 [Entsiklopediya „Balgariya“ (7 toma), 1978 do 1996 g.] Sofia

Kazandzhiev, Sp., (1938). Obshta psihologiya [General Psychology], Sofia

Krastnikov, N. (2022)) Opit za psihologicheski analiz na nashiya obshtestven zhivot [an attempt at psychological analysis of our social life], Sofia, Published by Tsviatko Cholakov's bookstore

Lingorski, I. (1935) Ot erotichното kam tragichното [From the Erotic to the Tragic]: A Philosophical Review, vol. 4

Mavrodiev, S. (2017). Psihoanalitichното tvorchestvo na Ivan Kinkel [The psychoanalytic work of Ivan Kinkel], Blagoevgrad, University Publishing House \"N. Rilski\"

Mavrodiev, S. (2021a) Sto godini ot sazdavaneto na parvoto psihologicheskoto druzhestvo v Balgariya. Psihologiyata: traditsii i perspektivi - intervyu s prof. Sava Dzhonev, predsedatel na Druzhestvoto na psihozite v R. Balgariya [One hundred years since the establishment of the first psychological society in Bulgaria. Psychology: traditions and perspectives - interview with Prof. Sava Johnov, chairman of the Society of Psychosis in the Republic of Bulgaria]: Psychological Thought 2021, Vol. 14(1), 252-264

Mavrodiiev, Stoil

Mavrodiiev, S. (2021b). Psihoanalitichnoto tvorchestvo na Lyubomir Rusev [The psychoanalytic work of Lyubomir Rusev], Blagoevgrad, University Publishing House "Neofit Rilski"

Mavrodiiev, S. (2022). Psihoanalizata v Balgariya do 40-te godini na XX vek [Psychoanalysis in Bulgaria until the 1940s], Plovdiv, "Paisiy Hilendarski" University Publishing House

Mikhalchev, D., (1910). Lektsii po obshta psihologiya [Lectures on general psychology], Sofia

Mikhalchev, D. (1931). Forma i otnoshenie, prinos kam uchenieto za poznaniето (vtoro preraboteno izdanie) [Form and Attitude, Contribution to the Teaching of Knowledge (Second Revised Edition)], Sofia, Grafika Printing House

Nikolov, M. (1925) Prinos kam kriminalnata psihologiya [Contribution to Criminal Psychology], Sofia

Nyagolova, M., (2012). Prinos kam istoriyata na psihologiyata v Balgariya (ot Osvobozhdenieto do 1912 g. [Contribution to the history of psychology in Bulgaria (from Liberation to 1912]: Psychological Thought, Vol. 5(1), 2–21,

Pavlov, T. et al. (main edition), (1973). Istoriya na filosofskata misal v Balgariya, tom 2 [History of Philosophical Thought in Bulgaria, Volume 2], Sofia, BAS Publishing House

Pavlov, T. et al. (main ed.), (1976). Istoriya na filosofskata misal v Balgariya, tom 3 [History of Philosophical Thought in Bulgaria, Volume 3], Sofia, BAS Publishing House

Professor Petar Noikov, (1988). Profesor Petar Noykov, Materiali ot nauchna sesiya, posvetena na 120 g. ot rozhdenieto mu, [Materials from a scientific session dedicated to the 120th anniversary of his birth], Yambol, editor Prof. Zhecho Atanasov

Stamatov, A., et al. (2000). Balgarskata filosofska kultura prez XIX i XX vek. Biografichno-bibliografski spravochnik [Bulgarian philosophical culture in the 19th and 20th centuries. Biographical and bibliographic reference book, Sofia], "LiK" Publishing House

Tashev, T., (1976). Psihogenni zabolyavaniya. Klinika, diagnostika, terapiya [Psychogenic diseases. Clinic, diagnostics, therapy], Plovdiv, publishing house "Hr. G. Danov"

Tsatsov, D. (2006) Osnovnonauchnata filosofska shkola v Balgariya, Parvata polovina na XX vek [The Basic Scientific Philosophical School in Bulgaria, The First Half of the 20th Century], Academic Ed. "Prof. Marin Drinov", Sofia

Spisanie „Filosofski pregled“, 1929 g., kn. 1 [Philosophical Review Magazine, 1929, Vol. 1]

Hajjski, I. (2002). Bit i dushevnost na nashiya narod, t. 1 [Life and spirituality of our people, item 1], "East - West" publishing house,

Hristozov, H. (editor) (1987) Rakovodstvo po psihiatriya [Handbook of Psychiatry], Sofia, Science and Art Publishing House,

Sheitanov, N. (1932) seksualnata filosofiya na balgarina [The Sexual Philosophy of a Bulgarian]: A Philosophical Review, vol. 3



Theoretical article

ПСИХИЧНАТА СИЛА И ВРЪЗКАТА СЪС ЗАЕКВАНЕТО

PSYCHIC STRENGTH AND RELATION TO STUTTERING

Assistant Blagovesta Dafkova, PhD *

* Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria

Email: bl.dafkova@swu.bg

Резюме

Има погрешни схващания за това какво означава личността да е психически силна. Да бъдем психически силни не означава да сме груби. Няма нужда да се превръщаме в роботи или да изглеждаме корави. Вместо това трябва да действаме в синхрон с ценностна ни система. Психическата сила не изисква от нас да пренебрегваме своите емоции. Когато увеличаваме психическата си сила, не потискаме емоциите си, а ги разбираме по-добре. Заекването е едно от най-сложните речеве нарушения, което се определя като нарушение на темпо – ритмичната организация на речта. В статията се проследява има ли връзка между психическата сила и заекването и как се проявява.

Ключови думи: психична сила, заекване, реч, емоции

Abstract

There are misconceptions about what it means to be a person mentally strong. Being mentally strong doesn't mean we are rough. We don't need to turn into robots or look tough. Instead, we must act in sync with our values system. Mental strength does not require us to ignore our emotions. When we increase our mental strength, we do not suppress our emotions, but understand them better. Stuttering is one of the most complex speech disorders, which is defined as a violation of tempo - the rhythmic organization of speech. The article explores whether there is a connection between psychic power and stuttering and how it manifests itself.

Key words: mental strength, stuttering, speech, emotions

Психична сила заекване

Психичната сила обикновено се определя като способността на човек да се справя със стрес, предизвикателства и емоционални трудности чрез проявя на устойчивост. Важна част от нея е способността за справяне с трудностите, посредством позитивен подход. Психичната сила може да влияе положително на човека, като го прави по-устойчив на стрес, увеличава самочувствието му и подобрява общата му ментална издръжливост. Хората с развита психична сила обикновено се справят по-добре с натовареността на

Dafkova, Blagovesta

ежедневието и имат по-позитивен вътрешен живот. Всички тези страни на психичната сила я обвързват непряко със заекването. Познавайки неговата етиология, бихме могли да извлечем изключително много позитиви от тази способност, която човешката психика може да притежава.

Заекването е нарушение на речевата плавност, изразяващо се в повторения на звукове, срички, думи, удължаване на звукове, тежки блокажи на говорния поток и неадекватни паузи поради дисфункции на ЦНС, водещи до спазматично състояние на говорната мускулатура. Това е едно от най-продължителното и задълбочено проучвано комуникативно нарушение в историята на логопедията. Съществуват сведения, които доказват споменаването на термина в папирус още 3000-2500 г.пр.н.е. Възприемали са го като наказание за извършване на грехове. Запазен е дори текст на молитва към богинята 2 на магиите, идващ от древен Вавилон. Освен всички неблагоприятия, от които хората е трябвало да се предпазват, там се споменава и заекването. В различните преводи на стари текстове патологичното състояние на неговата реч се описва като „тромави уста и език“, „забавена реч“, „бавен език“, „преплитащ се език“. Представите за етиологията на нарушението изминават дълъг път на развитие и обогатяване. В наше време е известно, че заекването е полиетиологичен феномен и това се разкрива в данните за неговата честота на разпространение.

Речта в човешкия живот притежава неимоверна важност във всяка една сфера от социалния човешки бит. Блокирането и през ранните години от заекването се преживява неосъзнато. Присъствието на заекването в ранните години на детето създава в развиващия се индивид емоционална нестабилност и липса на самоувереност.

Това нарушение на плавността на речта откроява носителя си с различния ритъм на флуентност на речта - все още основното средство за комуникация на човека, което до голяма степен определя идентичността му. Нарушението в гладкостта на речта още от древността е повод за отличаване на заекващия като различен. Независимо от това, че много съвременни теоретици определят заекването като особеност, а не дефект на говора, заекващите все така срещат трудности в интегрирането си в училище, на работното място и в социалната среда. Трудно е да се каже дали тази характерна особеност е заболяване, или се превръща в проблем. В заекващия още от ранните му години се образува дихотомията „аз“ и „моето заекване“, като въпросното аз в съзнанието на заекващия е различно от образа на заекващ индивид, изключва заекването от себепредставите си и се стреми да дисоциира „моето заекване“ възможно най-далеч. Колкото повече заекващият успява да дисоциира заекването си от представата за себе си, тоест колкото повече се бори срещу него и не приема себе си като заекващ, а поддържа в себе си представата за флуентен индивид – толкова повече заекването расте и атакува личността. Така капсулираният в дългосрочната памет на заекващия психичен комплекс „заекване“, се преживява от него като реален авторитет, безмилостно присъстващ в психиката и живота му. Този психичен комплекс на „недоверие и злоупотреба“ се проектира в социалните взаимоотношения като чувството, че другите ни вредят предумишлено или че сме жертва на незаслужено пренебрежение. Заекващият често

PSYCHIC STRENGTH AND RELATION TO STUTTERING

притежава дълбоко в себе си убеждението, че винаги е мамен и че късметът никога не е на негова страна. Заекването се предизвиква основно от две причини: силен стрес или затруднение в обработката на информация. В първия случай заекването се появява след период на нормално за възрастта речево развитие. Отключващ фактор е стресова ситуация. Заекването започва внезапно, като силата му зависи много от обстановката, събеседника; самия заекващ осъзнава отлично проблема, което води до притеснение, понякога до отказ от говорене. Известно е, че едни ситуации провокират усилване на заекването, докато други способстват за редуцирането му. Пееенето, шепненето, дъвченето водят до чувствително редуциране или изчезване на заекването, докато ситуации като разговор по телефона, разговор с непознат или с човек от противоположния пол водят до чувствително усилване интензивността на заекването.

Във втория случаи – затруднение в обработка на информацията, речевото развитие обикновено изостава в сравнение с нормите за възрастта. Детето може да конструира дълги изречения, но думите в тях да са с непълен състав. В други случаи детето не може да прави дълги изречения, обърква се и има нужда от помощ, за да оформи изказването си. Тук заекването се появява постепенно, като силата му варира значително – от пълна липса на блокажи до честата им поява на всяка произнесена дума.

Каква е директната непосредствена причина която кара заекващият да заеква? Според една част това е страхът! Страхът е вътрешната есенция на говорните спазми при заекващите. Спазмите и блокиранятия на речта се предизвикват от един дълбоко заложен в заекващите говорен страх.

Ако не умеем да работим с емоциите и подсъзнанието си, в телата ни ще настъпи катарзис, който ще се отрази не само на спокойствието, щастieto и емоционалното ни състояние, но и ще рефлектира върху нашия говор.

Речта е пряка проява на мисълта. Речевата функция на човека е творческа проява, която е от изключителна важност във всички сфери на обществото и е незаменима част за себerealизацията на индивида в социума. Всеки заекващ знае от личен опит какви са последствията от доминирането на говорния му проблем – неуспех във всички ключови моменти от протичането на живота му. Неуспех или слаба изява в училищните години, силни вътрешни конфликти по време на пубертета поради трудности в общуването с противоположния пол, липса на инициативност по време на обучението във висшето учебно заведение, постоянен стрес и трудности в работата и професионалното развитие. Всичко това е съпътствано с постоянно силно вътрешно напрежение породено от стремежа за изява и реализация и сблъсъка му с речевия страх. Един твърде специфичен страх, предаден по наследство от поколения преди нас. А ако ние сме първите в рода си заекващи, имаме две възможности: или предпоставките за това са ни предадени от родителите ни, тоест от първа линия в родословното дърво преди нас, или травмиращо събитие в собствения ни живот го е отключило.

Понякога заекващият е по-силен психически и активно се противопоставя на страха, бори се с него и въпреки него успява да напредва в социалното и професионалното поприще. Този етап е необходим и въпреки че заекването продължава да съществува и

Dafkova, Blagovesta

възпрепятства притежавания го, създава в него самоувереност, решителност, воля, спокойствие, все още придружавани от срам, от противопоставяне на съществуващата реална ситуация с желаната чиста и гладка реч, лееща се свободно, без никакво притеснение и страх.

В друг случай заекващият вече е преминал през периода на страх, безсилие под влиянието на заекването си. След известно време е събрал сили и смелост и е започнал да търси начини да се бори с проблема, започнал е по-малко да крие недостатъка си и да говори повече. Ако заекващият продължи да се стреми към развитие и да се опитва да намери начин да намали въздействието на проблема върху себе си, след период на самонаблюдение и анализ, той стига до корена на речевите блокове, на лицевите мимики, мускулни и дихателни спазми, предизвикани от заекването. А коренът на заекването както вече изяснихме е самият страх.

Животът на заекващия е комбинация от стресове, тежки вътрешни борби, жестоко напрежение и неудовлетвореност. Заекването е проблем с който се сблъсква едва 1% от човешката популация и точно поради ограничените размери на разпространението му той винаги е бил и е пренебрегван.

Обикновено заекващият се предава и старателно избягва всяка ситуация свързана с говорене, като оставя заекването буквално да ръководи живота му. В училище не взема участие, никога не вдига ръка за отговор на въпрос, който много често знае, при изпит смотолевя нещо, като оставя впечатление в преподавателя, че не знае урока си. В пубертета копнее за момичето на своите мечти, но страхът го принуждава да стои настрана от мечтаното присъствие.

Заекването не е нарушение на речта, което не може да се терапевтира, а напротив. За да се овладее нарушението на първо място е необходимо заекващият да преодолее страхът за говорене и да проведе искрен разговор със себе си. Пътят на промяната минава през няколко стъпки: емоционално потискане, емоционално лишние, съпротива, неприемане на себе си ... до стъпката, в която се изгражда самоувереност.

Голяма част от заекващите отказват или пък им е изключително трудно да „приемат себе си“ - „Е, добре, но как така приемане? Аз не искам да заеквам, не искам да приема заекването си!“. Отговорът на тези въпроси се крие в това, че докато не можеш да се приемеш с цялото си заекване, такъв какъвто си, дотогава вината, срама, перфекционизмът, страхът и недоверието от хората и огромното емоционално напрежение ще тровят живота на заекващото лице емоционално, ще блокират социалните, интимни и професионални изяви. Нещо повече, породеното от тях напрежение ще го блокира още повече и заекването ще го мъчи толкова повече, колкото по-силна е борбата против него! Колкото по-силно се бори и го отхвърля, толкова по-здраво то прилепва към Аза.

Поради очакваните множество нарушения на плавността при говор, заекващата личност се стреми да контролира говора си всячески, да избягва моментите на заекване или да мълчи в повечето от ситуациите. Мълчанието води до сформирание на един наистина болезнен емоционален вулкан от неизразени импулси. Заекващият изпитва неистов страх

PSYCHIC STRENGTH AND RELATION TO STUTTERING

от загуба на контрол над нещата и понеже перфекционизмът му постоянно се срива във връзка с говора му, се намира в непрекъсната ситуация на вътрешен конфликт, от която най-често се спасява в поведението на отбягване на речевите ситуации – а това поведение води до експлозивно натрупване на неизразените словесни афекти. Външно погледнато през очите на страничен наблюдател, заекващият човек изглежда нормално, спокоен и може би само до известна степен скован в действията и изявите си. Зад това видимо спокойствие обаче се крие жестокото напрежение, „изяждащо“ отвътре личността на заекващата личност. Напрежение натрупано от неизразения гняв и агресия, които се превръщат в автоагресията на вината, напрежение от потискането на позитивните чувства като радост, сексуалност, спонтанност и игривост, което води до превръщането им в тъжната болка от липсата на споделяне на чувствата и нуждите си.

Заклучение

Развитието на психическата сила не означава да се преследва щастието. Лесно е да се чувстваме психически силни, когато всичко в живота ни върви добре, но понякога се появяват проблеми. Загуба на работа, природно бедствие, болест в семейството или смъртта на любим човек понякога са неизбежни. Когато сме психически силни, се справяме с житейските предизвикателства по-лесно. Предимствата на това да увеличаваме психичната си сила включват:

По-голяма устойчивост на стрес - Психическата сила е полезна в ежедневието, не само по време на криза. Запознаването с повече методи за по-ефективно справяне с проблеми и това може да намали нивото на стрес като цяло. С увеличаване на психическата сила се увеличава и увереността в личността. Поведението съответства на ценностната система, което води до вътрешен мир и равностойност за наистина важно в живота.

Изследванията показват, че заекващите обикновено са с по-висок коефициент на интелигентност от средно статистическия човек, което обаче работи срещу тях, защото ги кара още по-болезнено да преживяват и приемат недостатъка си.

Някои изследователи смятат пък, че схващането за заекването, че е причинено от тревожност е грешно. Например възрастните, които заекват, не заекват, когато говорят сами насамоте. Те също така съобщават, че заекват повече, когато напрежението е високо, когато слушателите са неучтиви или когато говорят по телефона. Но причинно-следствените фактори често са по-сложни, отколкото си мислите. От една страна, наблюдението, че две неща са свързани, като заекване и тревожност, не означава, че едното причинява другото. Изследователите обикновено не знаят коя променлива е първа, заекването или тревожността, нито дали съществуват алтернативни обяснения за връзката. Също така, много фактори обикновено участват в развитието на всяко сложно разстройство на неврологичното развитие. Разграничаването на тези фактори и научаването как са свързани един с друг е изключително предизвикателство и ще отнеме много години изследвания.

Използвана литература

Dafkova, Blagovesta

Симонска М., „Диагностика на заекване в предучилищна възраст“, Благоевград, 2013
Ценова Ц. „Логопедия-описание, диагностика и терапия на КН“, София, 2012
Ainsworth Stanley, Fraser Jane - If Your Child Stutters: A Guide for Parents Paperback – January 1, 1998
<https://www.scientificamerican.com/heres-what-we-know-about-stuttering>
<https://logopedi.bg/stuttering/>
https://www.therapy.bg/inconvenience_fiziolog-zaekvane.html



Theoretical article

ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВА И ОПИТ В ОБУЧЕНИЕТО НА СТУДЕНТИТЕ ПО ПСИХОЛОГИЯ. РАЗГОВОР С ПРОФ. Д.ПС.Н. ЛЮБОМИР ГЕОРГИЕВ

CHALLENGES AND EXPERIENCES IN TRAINING PSYCHOLOGY STUDENTS. CONVERSATION WITH PROF. DOCTOR OF SCIENCES LUBIMIR GEORGIEV

Assoc. Prof. Stoil Mavrodiev, Ph.D., D. Sc.

Department of Psychology, SWU “Neofit Rilski”, Blagoevgrad, Bulgaria.

e-mail: stoil_m@swu.bg

Резюме

В текста, чрез метода на интервюто (един от основен методи в историята на психологията), се представя личността и делото на доайена на българската психологическа наука – проф. д.пс.н. Любомир Георгиев. Подчертават се основни моменти от неговата богата творческа биография и приносът му за развитието на психологията в България, (в частност – в ЮЗУ). Специално внимание е обърнато на неговия богат преподавателски опит и работата му със студенти. Проф. Георгиев споделя своите мисли относно практическото обучение и подготовката на бъдещи психолози, както и важността на формирането на компетентности чрез използването на казуси в обучението, целенасочено наблюдение и други методи.

Ключови думи: проф. Любомир Георгиев, психология, понятие за число, психика и здраве

Abstract

In the text, through the method of the interview (one of the main methods in the history of psychology), the personality and work of the doyen of the Bulgarian psychological science - Prof. Lyubomir Georgiev is presented. The main moments of his rich creative biography and his contribution to the development of psychology in Bulgaria (in particular - at the SWU) are highlighted. Special attention is paid to his rich teaching experience and his work with students. Prof. Georgiev shares his thoughts on the practical training and preparation of future psychologists, as well as the importance of forming competencies through the use of case studies in training, targeted observation and other methods.

Keywords: prof. Prof. Lyubomir Georgiev, psychology, concept of number, psyche and health

Представяне:

Проф. д.пс.н. Любомир Стоев Георгиев е един от доайените на психологията в България, в частност и на катедра „Психология“ при Югозападен университет „Неофит Рилски“.

Роден е на 13 март 1930 г. в София. Завършва гимназиалното си образование в Пета мъжка гимназия в София. През 1949 г. е приет за студент по педагогика в Софийския

Mavrodiev, Stoil

университет „Св. Климент Охридски“ и през 1953 г. се дипломира с отличен успех. Още като студент е назначен за учител в Трета вечерна прогимназия „Максим Горки“, където преподава български език, история и др. учебни предмети.

През 1957 г. чрез конкурс е изпратен за аспирант (докторант) в Русия (тогава СССР). Тъй като е възпрепятстван да разработва тема по педагогика, избира да пише дисертация по психология и така се запознава с големия руски психолог П. Я. Галперин, който му стана научен ръководител. Темата на дисертационния труд е „Формиране на понятие за число у деца от предучилищна възраст“; който защитава блестящо през 1960 г.; получава много висока оценка за работата си от големите руски учени – психолози: проф. А.В. Запарожец, проф. В.В.Давидов, А. Усова, проф. Д.Б. Елконин и др.

През 1961 г. постъпва за научен сътрудник в Педагогическия институт „акад. Т. Самодумов“ към Българската академия на науките (след време Институтът е прехвърлен към Министерството на просветата и преименуван в Научно-изследователски институт по образованието). След това е освободен от института и е изселен е от София за две години тъй като получил брошури с прокитайско съдържание, които не е предал на съответните органи на властта. В това време е директор на училище в провинцията и продължава своето научно развитие. През 1969 г. се завръща в София и става директор на 37-мо училище. През 1970 г. отново е назначен в Научно-изследователския институт по образованието - в секцията по психология. През 1974 г. е избран за старши научен сътрудник – втора степен, през 1982 – за научен сътрудник първа степен; през 1989 г. става доктор на психологическите науки.

От 1977 г. до 1988 г. е директор на Научно-изследователски институт по образованието. Участва в редколегиите на няколко списания: „Начално образование“, „Народна просвета“ (по-късно „Педагогика“) и сп. „Семейство и училище“.

Редица години е бил член на „Специализирания научен съвет по педагогика и психология“ към Висшата атестационна комисия (ВАК).

Проф. Л. Георгиев изнася много лекции в различни градове и села по линия на Дружество „Г. Кирков“. Бил е на обмяна на научен опит в Русия, Полша, Чехословакия, Германия, Унгария, Виетнам, Куба, а по линия на ЮНЕСКО - в Англия и Турция.

За своя научен принос е награден с ордени „Кирил и Методий“ - втора степен и „Червено знаме на труда“ – златен; награден е със златна значка на Дружество „Г. Кирков“, както и с медали и грамоти.

Преподавателската кариера на проф. Георгиев в ЮЗУ започва през 1994 г., когато е назначен на длъжността професор. В този университет преподава повече от 20 години, като е чел лекции и в други университети. В ЮЗУ е чел няколко лекционни курса: Възрастова психология, Възрастова и педагогическа психология, Еволюционна психология, Професионална дейност на психолога, Психика и здраве и др. Бил е ръководител на катедра „Психология“. По негово предложение започва издаването на сп. „Психологическа мисъл“ и той е първия главен редактор; днес списанието е индексирано в СКОПУС. Бил е председател (пет мандата) на секция „Педагогика и психология“ към

CHALLENGES AND EXPERIENCES IN TRAINING PSYCHOLOGY STUDENTS. CONVERSATION WITH PROF. DOCTOR OF SCIENCES LUBIMIR GEORGIEV

Съюза на учените в България; почетен член е на СУБ. Към настоящия момент публикува във вестник „Учителско дело“ (Мавродиев, С., 2010, с. 34-36).

По отношение на своето дълголетие проф. Георгиев допуска, че то се дължи на няколко условия: целеустременост и отдаденост на работата, физическата активност, контакта с природата, редовни физически упражнения, алтруистична нагласа, позитивизъм в общуването (Рангелова, Е., 2020).

Интервю:

С. М.: Проф. Георгиев, кои са основните моменти от преподавателската и научна Ви работа в ЮЗУ?

Проф. Георгиев: Повече от двадесет години съм преподавал психология в Югозападния университет „Неофит Рилски“. За потребностите на специалност „Психология“ написах няколко учебника, които бяха издадени, а след това преиздавани, от университетското издателство. Това са: „Еволюционна психология“ (1998 г.), „Психология на възрастните“ (2003 г.), „Психика и здраве“ (2008 г.), „Професионална дейност на психолога“ (2008 г.). Чрез съдържанието им се стараех да будя интереса и вниманието на студентите, да ги обогатявам със съвременни знания и умения, да израстват като добри специалисти. В занятията постигах присъствие и активност на студентите, емоционална приобщеност, удовлетвореност.

С. М.: Какво Ви правеше впечатление в съвместната работа със студентите? Какво беше важно в работата Ви?

Проф. Георгиев: Освен удовлетворението от взаимодействието със студентите, все пак изживявах някакво вътрешно недоволство от себе си.

В не малка част от учебната подготовка, студентите участват в занятията като обекти на възприятия и въздействия. Искаше ми се да се увеличат позициите им на субекти в занятията и в дейности извън тях. Да търсят, да проявяват инициативи, да предвиждат, да съставят хипотези, да анализират, оценяват, да внасят корекции, допълнения, да се осъществяват като самостоятелно действащи лица и в тези процеси да се обогатяват и развиват, допълнително да извисяват своите творчески възможности, по-нататъшно професионално утвърждаващи се като опитни специалисти психолози, обичащи своята професия и високо оценявани от обществеността.

Още в младежките години, ми правеше впечатление, че децата внимават и възприемат общувания, поведения, дейности на родителите, но щом се освобождаваха, проявяваха себе си: тичаха, скачаха, гонеха се с другарчета т.е. проявяваха свои инициативи, изпитваха приятни чувства, напредваха в своите умения и способности.

Логиката на обектни проявления и по лични желания - субектни, се оказва присъща на младите поколения от всички възрасти. Констатирах я и при студентите - психолози. След учебните занятия и те предприемаха лични социални дейности. Разгръщаха активности, усъвършенстваха в определени посоки своите личности.

Mavrodiev, Stoil

Щеше ми се, занятията в учебните часове да се съпътстват и от избирани от студентите дейности, В тях те да се изиявяват като главни действащи лица - инициатори, организатори, конструктори, оценители, предприемащи разширявания, задълбочавания, усъвършенствания на своята подготовка и развитие. Оказа се, че това е желано и от студентите и полезно.

С. М.: Как мотивирахте студентите и поддържахте техния интерес, какви методи използвахте?

Проф. Георгиев: В учебни часове изказвах някаква идея, която харесваше на студентите и те по своя инициатива, поемаха разработването и изпълненията ѝ.

Веднъж споделих, че хората имат психологически проблеми и потребности от тяхното опознаване и решаване, че подобни дейности са съществена функция на психолога. В усилията и подходите му той натрупва психологически познания, опит, способности. Това беше достатъчно, студентите да поемат инициатива. Събираха се по двама – единият „пациент“, а другият – „психолог“. Разработвах казуси. Почти всяка двойка от студентите разработвах казус, с който искаха да се изиявят в курса, да проявят творческа способност за разрешаването му и с това да допринесат за качествено изиявяване на необходимата способност.

Предвиждаха как да посрещнат желаещото лице за консултация? Как да разговарят с него, така, че да го приобщят към ситуацията, емоционално предразположат да сподели проблема, който го вълнува. Проектирах варианти на постъпване. Пожелаха в началото на учебните занятия, да се заемат с намиране на оптимален отговор на осъществявана инициатива. Отзовах се на желанието.

Студентите в курса проследявах хода на намиране оптимално целесъобразен отговор на разглеждания казус. След изпълнение на замисленото, коментираха, анализираха, давах предложения. Искане, следващи пъти, новите двойки „клиенти“ и студенти „психолози“ да се изиявяват на все по-високи равнища на постижения.

Радвах се, че курсът по психология няма да завършва с един психологически труд на студента в края на следването, а ще се съпътства от научни изследвания, които ще извисяват психологическата подготовка. Доволни бяха и студентите. Очаквах с нетърпение съпътстващите свои научни изяви. Курсът по психология се отличавахе с укрепващо единство, удовлетвореност, самочувствие, желания за присъствия и изиявявания, висок ръст на напредване.

Влезли в роли на клиент и психолог, студентите съгласуваха текстовете с потребното поведение. Това позволяваше на обсъждащите да оценяват доколко съдържанието на ситуацията се съпътства от адекватни начини на постъпване. Изпълняващите ролите, проявяваха артистичност и това будеше приятни преживявания у наблюдаващите.

За илюстрация на дейността, ще си позволя да представя два казуса:

1. Казус. В двойка - клиент и психолог, клиентката споделя: „Случи ми се на мен да разбера, какво е усещането, за което бях толкова слушала, „да си майка“. Родих малко, беззащитно и според мен, много красиво дете. Истинска радост за нас със съпруга ми.

CHALLENGES AND EXPERIENCES IN TRAINING PSYCHOLOGY STUDENTS. CONVERSATION WITH PROF. DOCTOR OF SCIENCES LUBIMIR GEORGIEV

Още в първите дни дойде майка ми, с която винаги съм се разбирала много добре. Знаех, че тя ще един от най-развълнуваните хора на света, заедно с мен. Тя живееше далеч от нас, сама, но беше добре устроила живота си, беше енергична и доволна. Когато ни видя с бебето, пролича, че споделя щастието ми. Остана с нас първите два месеца

С всеки изминат ден аз започнах да се чувствам – все по-обезпокоена. Тя се държеше все по-собственически с детето и усещах ревност, която проявяваше, когато бях с него. Един ден ми съобщи, че е решила да се премести при нас, за да е по-близо до бебето. Аз не издържах и ѝ казах, че е най-добре да ни остави сами да се справим и, че е време да си ходи. Тя го прие като заплаха от моя страна и желание да я разделя от внучето ѝ. На следващия ден разговаряхме по-спокойно и тя ми разказа нещо от моето детство, което аз не помнех. Родила ме е съвсем млада - на 20 години Усетила е тежестта на отговорностите, уплашила се е и за цели две години пожелала предишната си свобода. Затова ме е изоставила при родителите си за цели две години, през които не се появявала... Аз бях потресена, още повече като погледнах бебето си и си представих, какво е да си тръгнеш от него. А на мен ми се е случвало и съм била изоставена от жената, за която мислех, че съм най-важното нещо в живота...Казах ѝ да си върви. Тя отиде на хотел и ми съобщи, че на другия ден заминава с вечерния полет за дома си..."

Студентът - "психолог" обсъждаше с клиентката подходи (алтернативи), разсъждаваше върху възможния и необходим начин за оптимално полезно намиране на добър отговор.

Съдържанието на алтернативите бяха:

„Да проведе спокоен, задълбочен разговор със съпруга, който по всичко личи, разбира и споделя чувствата ми от раждането на детето. Да изслушам мнението, гледната точка на човека, който ще ме разбере и който я обича.“

„Да осъществя откровен разговор с майка си. Споделяли сме по между си цял живот и радостни и тъжни моменти“.

„Оптимален вариант е успокояващи разговори със съпруга и осигуряване на добра емоционална среда за последващ задълбочен разговор с майката“.

Колежки и колеги от курса допълват, обогатяват разсъжденията, допринасят за професионалното израстване.

2. Казус. "На 41 години съм. Женен съм от 18 години. Обичам съпругата си. Имаме син на 16 години. Имам печеливш бизнес. Отстрани всичко изглежда идеално - семейство еталон. Но съпругата се опитва да ме задуши. Меси се във всичко, иска винаги да следи всяка моя стъпка. Никога не ми е минавала дори идеята за изневяра., но тя винаги ме подозира. Контролира всеки ход на сина ни, който вече се превръща в мъж. Опитва се дори да избира приятелите му Държа на нея, тя е всеотдайна и отлична домакиня. Как да я убедя, че имам нужда и от лично пространство?"

Възможни алтернативи:

Да разговаря по темата със съпругата си и да ѝ каже как се чувства: Да сподели какво цени у нея, да покаже обичта си.

Mavrodiev, Stoil

Да бъде директен, открит и категорично да заяви потребността си от лично време и пространство. Да защити правото на собствен избор.;

Да изслуша, но да изисква същото и от съпругата си.

Да промени начина на общуване с нея, да даде добър пример и на сина си.

За оптимална алтернатива се приема третата. Семейството „еталон“ по този начин ще се превърне в истинско семейство, в което всеки ще се чувства приет и обичан, но без да престава да бъде себе си. Защото е възможно да намрази жена си, като и препише отговорността за собствената си невъзможност да си извоюва пространство.“.

В друга ситуация в обучението, в даден момент, споделих със студентите, че външни черти на личността, свидетелствуват за вътрешни особености, преживявания, процеси. То ги развълнува, породява потребност да разкриват връзки на външни проявления и душевни характеристики.

Появиха се и зачестиха нов вид изследвания. Привличаха вниманието, будеха вдъхновение.

В учебните часове студентите започнаха да донасят от новите си изследвания, да ги разглеждат, обсъждат, допълват, да осмислят значими посоки на свои творчески изиявявания. Скоро залите за занятия започнаха да се изпълняват с резултати от новите изследвания. Студентите отделяха време за тяхното разглеждане, коментиране, допълване с нови и нови особености, добър показател за растеж на лични научни интереси и тяхно реализиране, привнасящо нарастващи психологически преживявания. Появиха се портрети, с типични външни особености на видни личности и герой – на Петър Дънов, Ернесто Рафаел Гевара де ла Серна (по известен като Че Гевара), на Лудвиг ван Бетовен, на Фредерик Шопен, на Цар Симеон Велики, на Паисий Хилендарски, на Васил Левски, на Иван Вазов и др., придружени с типични външни очертания, от които студентите отиваха към осмисляне на вътрешни съдържания. Няма да излагам целите анализи, а само някои от тях:

Петър Дънов: „Очите са огледало, прозорец на душата. Нищо не говори така за човек, както те. Първото нещо, което ми направи впечатление, като погледна портрета, са очите – загледани на някъде, сякаш към бъдещето, леко присвити. Излъчват топлина и доброта, заглеждайки се вижда, че се усмихват. Външният ъгъл на очите, завит надолу, говори и за смирение, покорство.

Загадъчната усмивка, показва дълбока и чувствена натура. Челото – интелигентност, дарби, талант, практичност и мъдрост. Овалната форма на лицето се отличава с пламенност, амбиции и доминантност, остър и аналитичен ум.

Облечен е със сако и бяла риза, което говори, че държи на външния си вид.“

Фредерик Шопен: Изправената позиция на тялото и насочеността на погледа показват увереност в себе си, решителност, дори гордост. Облеклото подсказва за прилежност, подреденост и възискателност. В погледа се четат решителност и целеустременост. Амбициозен човек със силна воля, насочена към постижения на успехи, непоколебим. Излъчва спокойствие и търпеливост, не напрегнатост. Погледът е преценяващ, задълбочен и замислен. В него се четат честност и искреност“

CHALLENGES AND EXPERIENCES IN TRAINING PSYCHOLOGY STUDENTS. CONVERSATION WITH PROF. DOCTOR OF SCIENCES LUBIMIR GEORGIEV

Цар Симеон велики: „Жилестите му ръце разкриват усиления труд, който е положил, за да достигне до царския престол. Външният вид сочи спретнатост, самоуважение. Широко отворените очи, разкриват увереност“.

Васил Левски: Оръжията в двете му ръце отразяват неговите качества и способности на борбеност, кураж и смелост. Позата, която е заел говори за неговата гордост, непоколебимост и находчивост. Вижда се неговата непреклонност и отдаденост на делото. В съзнанието му изпъква отговорност и преданост“.

„От портрета на Иван Вазов можем да подчертаем характеристиките: увереност, строгост, замисленост, сериозно излъчване, мъдрост, съсредоточеност, вискателност, устременост, патриот с творческо излъчване“.

Студентите се чувстваха доволни от своите занимания, щастливи, мобилизирани в очаквания на нови по вид съпътстващи изследвания. Като преподавател се стараех да ги удовлетворявам.

В занятие споделих, че това, което е на сърцето на човека, излиза на лицето, отразява се на поведението. То беше достатъчно, за замисляне на участниците, за отправяне към търсене, наблюдение и описване на случаи, в които се проявява посочената зависимост, за описване на възприеманото, за споделяне с колегите и колежките на възприетото и преживяното. Всяка проява студентите разглеждаха като допълнителен успех, като професионално задълбочаване, като натрупване на жизнена култура, която укрепва самочувствието, волята и увереността в изявяването, утвърждава самочувствието и самосъзнанието за психологически постижения. Те предаваха на студента личностна увереност, душевна устойчивост.

Ще предам две от наблюдаваните характеристики, свързана с последната закономерност:

1.Наблюдение. „Извърши се в един октомврийски следобед в градската градина. Наблюдаваните от мен лица бяха двойка, момче и момиче на възраст 18 -22 години.

Бяха седнали на една от пейките. На пръв поглед изглеждаха много влюбени и щастливи. Момичето беше седнало в приятеля си, а той не спираше да я прегръща силно, сякаш искаше да останат така за винаги. Явно момчето я попита, как е минал денят ѝ, а тя като чели точно този въпрос очакваше. Момичето започна да обяснява. Ръкомахаше доста бурно и запалено. Явно ѝ се беше случило нещо доста интересно, защото не спираше да се усмихва, а приятелят ѝ я слушаше, следеше внимателно историята, която му разказваха. По някога вперваше очи и изглеждаше доста озадачен от това, което му разказваха, все едно питаше с очи „Наистина ли това се случи на теб?“. Беше доста внимателен. Поклащаше глава, в знак, че е там и всичко чува, но...може би не разбира.

Момичето беше доста запалено по своя разказ. Понякога повишаваше леко глас, но изглеждаше доста въодушевено от случилото се. Приятелят ѝ също се усмихна, като чели казваше: “Браво радвам се за теб.“. Те се прегърнаха, целунаха се, виждаше се, че обичта между тях е доста силна. Постояха още няколко минути, мълчейки и погълнати

Mavrodiev, Stoil

от любовта, която дори и сляп човек, щеше да я види. След това, хванати за ръце, тръгнаха на някъде, видимо щастливи“.

2. Наблюдение. „Отивам на кафе с приятелка, но не след дълго до нашата маса се настаниха момче и момиче., на около 20 години. Още с влизането си в кафето си пролича, че нещо не е наред, защото жестовете им бяха силно изразени, а погледите - притеснени. Двамата седяха един срещу друг. Момичето беше навело глава, което най-вероятно се дължи на неувереност или на вина за нещо. Момчето допираше изправените пръсти на двете си ръце. По този начин показваше власт и влияние върху момичето. Двамата дълго време не си продумаха нищо. След това, момчето започна да се кара на момичето, а то само седеше със скръстени ръце на гърдите. По този начин изразяваше своето несъгласие. Явно нещата, които момчето каза, разстрои момичето и то се заплака.

Момчето сложи ръцете си върху бедрата. Показваше авторитет, власт. След около 15 минути, удари по масата и си тръгна от кафето, най-вероятно неуспял да издържи на напрежението. Момичето остана още около 5 минути, Трябваше й малко време да помисли върху случилото се. Плати сметката и си тръгна от кафето, навело глава, което най-вероятно изразяваше вина.“

Съпътстващи, разнообразни, увличащи, интересни за студентите изследвания, увеличаваха педагогическия им опит. В процеса на общуването, те забелязваха, че почерците им са различни. Това ги вълнуваше. Искаше им се да узнаят на какво се дължат специфичните особености. Така просто са свикнали, или има някакви причини. Обсъждаха по между си. Обясняваха си, че това са навици, прояви на присъщи начини на писане. И все пак, въпросите им оставаха.

При една от срещите им обясних, че съществува наука за почерка и тя се нарича графология. Интересите им целенасочено се отправиха към проследяване на познанията. Задълбочаваха се върху професионалния анализ на почерк. На основата на него, анализираха, оценяваха, осмисляха съдържанието на своя почерк и полагаха грижи за неговото усъвършенстване. Разбираха, че то е свързано с личностното изграждане.

Студентите придобиваха знания за наклоните на буквите – на дясно, показател за висока емоционалност, общителност, любезност, отвореност, за потребност от нови преживявания; Лек натиск на химикалката-притежаване на скромност, преданост, чувствителност, съпричастност; Текстове със средна големина - признак за лесна адаптивност; Удължаване опашките на буквите „р“, „д“ „у“ и др. - стремеж към самоизява; Редовете на букви - равни и прави - свидетелство за психична уравновесеност, установено поведение, светоглед, характер, разсъдливост; Свързани и несвързани букви – свидетелство за уравновесеност между ума и чувствата; Изписани всички букви - личността свършва винаги своята работа докрай и разполага с време. Бързо писане - свидетелство за бърза ориентация, за енергична, предприемчива личност и др.

CHALLENGES AND EXPERIENCES IN TRAINING PSYCHOLOGY STUDENTS. CONVERSATION WITH PROF. DOCTOR OF SCIENCES LUBIMIR GEORGIEV

Студентите осъзнаваха, че графологията и психиката са свързани. Вертикални букви бележат душевно равновесие на ума, съдържаност, сила, разсъдливост, господство на разума над чувствата, самообладание;

Букви, изписани с лек наклон на ляво, дават познания, че умът контролира чувствата; При силен натиск, текстът показва решителност, енергичност;

Букви по размери по-малки, дребни, свидетелствуват за съдържаност, самообладание, съсредоточеност, стеснителност, срамежливост;

Широки, обемисти букви – характеризират въображение, естетичност, егоцентричност.;

Равни и прави редове – дават знания за психична уравновесеност, установено поведение, светоглед, характер, разсъдливост;

Свързани букви в думите – свързани мисли, творчески характер, критично мислене, практичност;

Отворени или не добре затворени буква - знак за откровеност;

Бавно писане-излъчва познания за организираност;

Голямо разстояние между буквите – чувство за свобода;

Познанията по графология стимулираха студентите да постигат желан почерк. Те се стараеха, отделяха време за упражнения, Постигнатите резултати ги радваха, насърчаваха.

Така по време на следването, освен програмното съдържание, студентите предприемаха инициативи, които, ги подбуждаха към търсене и придобиване на допълнителни познания, развитие на умения, способности, за които никой не е настоявал, изисквал, а в многообразният живот, в динамичната действителност, те идват на вниманието, подбуждат към търсене, към нови посоки на културно развитие, на личностно изграждане. То става по-разнообразно от първоначално предвижданото, с по-широки въздействия.

Наред с главната образователна цел - психологическо образование в дадени направления, през годините на следването познанията и развитието се съпътстваха, допълваха от нови, обусловени от съвременния живот.

Благодаря Ви за интересния разговор, проф. Георгиев!

Накрая искам да споделя нещо лично: познавам проф. Георгиев още като докторант, а след това и като преподавател в катедрата. Това, което ме впечатли във взаимодействието с него, беше неговата прецизност, вискателност, безрезервна и безкористна подкрепа към всички нас. Отношението винаги е било бащинско. Като преподавател и изследовател винаги е бил всеотдаен. Той насърчи всички ни в академичното развитие. Рядко има преподавател, който с такава любов да говори за своите студенти, както проф. Георгиев. И днес той е в "крак с времето", следи тенденциите в съвременната психология и разработва интересни идеи. Ще завърша с пожелания към нашия любим професор за много бодрост, здраве и творческа енергия!

Mavrodiev, Stoil

Използвана литература:

Mavrodiev, S., (2010). Zhivot – ot daden na naukata i horata – intervyyu s prof. d.ps.n. Lyubomir Stoev Georgiev – po sluchay negovata 80 godishnina [Life - devoted to science and people - interview with Prof. Lyubomir Stoev Georgiev, D.Sc. - on the occasion of his 80th anniversary] In: Scientific conference with international participation "Psychology - traditions and perspectives", 29-31.10.2010, Blagoevgrad, pp. 34-45, ISBN - 978-954-680-735-9

Rangelova, E. (compiler and editor), (2020). Lyubomir Georgiev. Zhivot vav vremeto, s vremeto i dalgoletie [Lyubomir Georgiev. Life in time, with time and longevity], Gabrovo, publishing house "EX-PRES" ISBN: 978-954-490-682-5



Theoretical article

ДОБРОДЕТЕЛИТЕ И ОТВЪД ТЯХ В ПОЗИТИВНАТА ПСИХОЛОГИЯ И ХРИСТИЯНСТВОТО

VIRTUES AND BEYOND IN POSITIVE PSYCHOLOGY AND CHRISTIANITY

Assoc. Prof. Stoil Mavrodiev, Ph.D., D. Sc.

Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

e-mail: stoil_m@swu.bg

PhD student Yordan Avramov

Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

e-mail: yordan1avramov@abv.bg

Резюме

Статията изследва сходствата и разликите между гледните точки на представителите на позитивната психология и християнството относно добродетелите, насърчавани чрез силните страни на характера. Фокусът е върху интегрирането на тези два подхода за подобряване на личностното развитие, духовния растеж и цялостното благосъстояние. Подчертава се значението на висшето себепознание за разгръщане на пълния потенциал на индивида, насърчаване на смислено и удовлетворяващо съществуване.

Ключови думи: *позитивна психология, добродетели, силни страни на характера, християнство, Мартин Селигман*

Abstract

This article explores the similarities and differences between the views of positive psychology and Christianity regarding the virtues promoted by character strengths. The focus is on integrating these two approaches to enhance personal development, spiritual growth, and overall well-being. The importance of higher self-knowledge in unleashing the full potential of the individual is emphasized, promoting a meaningful and fulfilling existence.

Keywords: *positive psychology, virtues, character strengths, Christianity, Martin Seligman*

Според преданието, в преддверието на храма на Аполон в Делфи е написано: „О, човече, опознай себе си и ще познаеш Вселената и Боговете.“ Чрез самосъзнанието и способността за рефлексия човек може да превърне в обект на познание както външния свят, така и своя вътрешен свят и преживявания. Това води до създаването на Аз-концепцията. От най-ранни времена нашите предци са размишлявали върху природата на душата и нейните качества. Философите от Изтока, като Конфуций, Сун Дзъ, Лао Дзъ и други, се съсредоточиха върху моралните и етични качества, тяхната важност за човека и

как те се формират и развиват. Гръцкият философ Теофраст в "Характери" обсъжда човешката индивидуалност и класифицира характеристиките, докато Сократ, Платон и Аристотел анализират онези аспекти на характера, които водят до добър, осъзнат, щастлив живот. Тази тема остава важна през Средновековието, както за философите, така и за теолозите.

В съвременната епоха феноменологията на човешкия опит и преживявания, както и въпросите за смисъла и самоусъвършенстването, се превръщат в обект на изследване както за философите, така и за психолозите. Освен във философията, тези основни проблеми се разглеждат и в различни религиозни системи. Християнството предлага тълкувания на сложни теми, свързани с религиозните преживявания, чувства и емоции, като опрощение, благодарност и благодат. Тези феноменологични въпроси и духовни преживявания свързват християнската религия, по-специално православното християнство, с позитивната психология.

Целта на статията е да се проучи разбирането за добродетелите, насърчавани от силните страни на характера, в рамките на парадигмите на позитивната психология и християнството. Ще бъдат разгледани приликите и разликите във възгледите и ще бъдат посочени предимствата за хората от това висше себепознание.

Позитивната психология, формално, е едно от най-новите направления в психологията, но тя има своите предшестваци влияния както в традициите на хуманистичната психология, също така в религиите и философските системи от миналото. Научният фокус в позитивната психология се центрира върху устойчивостта, факторите за човешкото процъфтяване и благополучие, личностните черти, благоприятстващи преживяването на щастие и удовлетвореност, добродетелите, т.е. все неща, различни от патологията и тъмната страна на човешката психика. Силен акцент в позитивната психология се поставя върху развитието на характера и начините, по които проявите на добродетелите и т. нар. силни страни, се оказват като ключови за преживяване на щастие. Мартин Селигман, който се счита за баща на позитивната психология, е на мнение, че научната област на позитивната психология трябва да обхване времевите перспективи пред удовлетворението от живота в миналото, надеждата и оптимизма за бъдещето и преживяването на щастие в настоящето (Селигман, 2017).

Както отбелязахме по-горе, изучаването на добродетелите има много дълга история, чието начало може да се наблюдава в елинистическите традиции на хедонистичната и евдемонистична философия, които разглеждат щастието под различен ъгъл.

Хедонистичната философска перспектива разглежда щастието като резултат от приятните и удовлетворяващи емоционални преживявания, минимизиране на болката и страданията, а добродетелността се схваща, като мъдър живот, ориентиран към житейска простота, в близост до приятелите и природата (Bergsma, Poot, & Liefbroer, 2008).

Евдемонистичната философска перспектива се основава на концепцията на Аристотел за добрия живот. Според Аристотел добродетелите формират личните качества, развиват характера и най-високите заложби на човека по отношение на способности и таланти или за постигането на целите в живота (Waterman, 1990).

Освен това, Селигман възприема известните генерални философски добродетели – справедливост, мъжество, умереност и мъдрост, като общовалидни за всички времена, епохи, традиции и духовни учения, като добавя към тях добродетелите човечност и трансцендентност. Около широкия кръг на тези шест добродетели Peterson & Seligman групират двадесет и четири силни страни на характера, които подсилват съответната

VIRTUES AND BEYOND IN POSITIVE PSYCHOLOGY AND CHRISTIANITY

добродетел, а проявите на силните страни води до разгръщане на човешкия потенциал и води до удовлетворение (Peterson & Seligman, 2004).

Таблица 1.

Добродетели	Силни страни
1. Мъдрост и знание	креативност, любопитство, критично мислене, любов към ученето, обективност (мъдрост)
2. Смелост	смелост (мъжество), упоритост, почтеност (честност), жизненост (ентусиазъм, енергичност)
3. Човечност	любов, доброта и социална интелигентност
4. Справедливост	социална отговорност, безпристрастност (справедливост) и лидерство
5. Умереност	прошка (милост), смирение (сдържаност), благоразумие и самоконтрол
6. Трансцендентност	благоговение (оценяване на възвишеното), благодарност, надежда (оптимизъм), хумор (игривост), духовност (религиозност, цел)

Допълнителни проучвания на Петерсон и съавтори са установили, че пет от силните страни на характера – любов, надежда, благодарност, любопитство и ентусиазъм силно повлияват на благосъстоянието и удовлетворението (Peterson, Ruch, Beermann, Park & Seligman, 2007). Авторите са се опитали да установят начина, по който силните страни и добродетелите пораждат удовлетвореност и положителен афект. Те достигнали до заключението, че благодарността допринася за усещането на щастие по отношение на миналото, а надеждата се свързва с бъдещето. Ентусиазмът и любопитството са израз на положителните емоции в настоящето. Любавта, близките отношения, добротата допринасят за усещането за пълноценност на живота и усилват позитивния афект. (Park, Peterson & Seligman, 2004; Peterson, Ruch, Beermann, Park & Seligman, 2007).

Михай Чексентмихай (2016), разсъждавайки върху положителните страни на човешкия опит, въвежда понятието „поток“, изразяващо се в оптимално преживяване на пълна концентрация и посветеност на някаква дейност, в която и чрез която човек развива своя потенциал и силни страни. Щастieto за него е състояние, което изисква предварителна подготовка и контрол над собственото съзнание.

Теорията за оптималното преживяване е организирана около концепцията за поток – състоянието, при което човек е така потопен в заниманието си, че сякаш нищо друго няма значение; самото преживяване доставя такава наслада, че човек е готов да положи огромни усилия просто за да го изпита отново (Чексентмай, М., 2016, с. 12-13).

В свое емпирично изследване М. Бакрачева разкрива взаимодействието между личностните черти и личностните диспозиции в определяне на преживяването за благополучие. Установява се, че личностните черти опосредстват връзките на личностните диспозиции с благополучието (Бакрачева, М., 2023).

Mavrodiev, Stoil & Avramov, Yordan

Всеки човек притежава в различна степен определени качества, които са ценени и уважавани от другите. Освен в категорията на добродетелите силните страни могат да се групират на силни страни на ума и на сърцето. Силните страни на ума са свързани с логиката и критичното мислене; силните страни на сърцето са свързани с чувствата и интуицията и връзките с другите – любовта, добротата, благодарността, хумора и вярата. (Стаматов, Р., Сарийска, С., 2022, стр. 418).

Р. Стаматов и С. Сарийска (2022) обобщават, че развитието на силните страни минава през следните етапи: осъзнаване, изследване, прилагане и поддържане. Идентифицирането, използването, оптимизирането и развитието на силните страни може да подобри благосъстоянието, продуктивността и взаимоотношенията. Те осигуряват по-дълбоко разбиране на самите нас и запълват празнините в себепознанието. В същото време силните страни ни помагат да забелязваме добрите неща около нас, да съхраним и усилим доброто в себе си, моралното и балансирано поведение. Приносите на силните страни се откриват в областта на здравето, работата и образованието.

ДОБРОДЕТЕЛИТЕ В ХРИСТИЯНСТВОТО

Живота и учението на Иисус винаги са представлявали норма и стандарт за християните, определящи начин на живот, мислене и деятелност. Те са източник на вяра и надежда за присъствието на Бог в живота на човек, вдъхновение за постигане на морална и духовна възвишеност, съвършенство и спасение на душата.

Християнския духовен и морален опит се състои в стремежа на вярващите за богоуподобяване и подражание на Христос и следването на неговото слово. Beck & Naugen (2013) разграничават два модела, описващи развитието на християнската духовна и морална опитност.

Първия модел е свързан с нормите поставени от вярата, отразени в поведението и отнасящи се до самоконтрола, дисциплината и въздържанието от извършване на грехове или ограничението на изобилието от удоволствия. Моралния опит в християнството е пряко свързан с преодоляването на греха. Греховността и грехът се разбират като изопачаване и деформация на изначалната и непосредствена връзка на човека с неговия създател, като противоречие с божествения порядък и замърсяване на духовния образ на човека. В християнската литература лесно може да се забележи, че греха по своята същност е противоположност на добродетелта. Десетте Божии заповеди забраняват определени или сходни на тях грехове, но съдържат идеята за противоположни на тях добродетели, чрез които да се избегне греха. Всички творби и писания на християнските отци и отшелници съдържат идеите за въздържанието, самоконтрола и дисциплината, но същевременно предлагат модел на корекция и борба с греха, респективно с проявите на съвкупност от добродетели. Ако греха е духовна болест и дори духовна смърт, то добродетелите и цялостната житейска трансформация са лекарствата и средствата за живот на душата. В аскетичната литература задълбочено обсъждане намира разглеждането на генералните (смъртни) грехове и съответно борбата с тях. В споменатия първи модел на самоконтрола и ограничението на хедонистичния излишък, самият самоконтрол е най-голяма добродетел. Geyer & Baumeister, разглеждайки влиянието на духовните ценности и добродетели, считат, че добродетелта на самоконтрола е базисна, без която не би могло да се преодолеят пороците (Geyer & Baumeister, 2005).

Втория начин за разбиране на духовния опит не е фокусиран толкова върху самоконтрола, колкото е насочен към личностно, духовно усъвършенстване. В този модел

VIRTUES AND BEYOND IN POSITIVE PSYCHOLOGY AND CHRISTIANITY

не ограничението и въздържането са толкова от значение, колкото съзнателната и умишлена проява на добродетелност и добротворство. В новозаветната литература има изобилие от описание на добродетели, а мерило за духовен живот е тяхното активно проявление в живота на човека. Според християнското богословие значението на добродетелта стои отвъд човека и не се разглежда като инструмент за постигане на щастие само за себе си. Крайната цел е добродетелта да бъде проявена към другите, защото любовта има и свръхестествени измерения. Прави се разлика между естествената - човешка и свръхестествената - духовна добродетелност. Аретологичната визия в християнството поставя свръхестествен порядък в добродетелността и е свързан с нормата на любовта – *virtus ordo amoris* (Коев & Киров, 1993). Добродетелите са свързани с действията. Добродетелността е вътрешна нагласа и склонност, която мотивира към външно действие. Човешката склонност към добродетелност се надгражда чрез духовните добродетели на вярата, надеждата и любовта. Именно чрез тях се усилва и увеличава стабилността и силата на естествената добродетелност. В християнството ефективния морален опит се обогатява и от кардиналните философски добродетели на справедливостта, мъдростта, умереността и смелостта. Според Св. Ефрем Сириец от тези главни добродетели се раждат всички останали духовни добродетели (Св. Ефрем Сирий, 2000). Добродетелите в християнството, макар и широко дискутирани в Новия завет, намират обобщен вид в Посланието до галатяни: любов, радост, мир, дълготърпение, благост, милосърдие, вяра, кротост, въздържание (Гал. 5:22-23).

Бегло сравнение между добродетелите в позитивната психология и християнската традиция, показва удивителна близост и сходства.

Таблица 2. (по Beck & Haugen)

1.	Позитивна психология	2.	Християнска традиция	
	Мъдрост - креативност, любопитство др.	Основни християнски добродетели (1 Кор. 13:13)	Плодовете на Духа (Гал. 5. 22-23)	Четирите кардинални добродетели
	Смелост - смелост (мъжество), упоритост и др.		Вярност	Смелост
	Човечност - любов, доброта и др.	Вяра	Любов, доброта, нежност	Справедливост
	Справедливост – отговорност и др.	Надежда	Мир,	Благоразумие
	Умереност – прошка, самоконтрол и др.		самоконтрол, милост,	
	Трансцендентност - духовност, смисъл, благодарност, надежда и др.	Любов	търпение	Умереност

Въпреки сходствата обаче, трябва да се вземе в предвид, че целите и съдържанията на добродетелите в двата подхода се разминават. В позитивната психология силните страни на характера имат за цел да подсилят добродетелите, като резултата може да бъде личностен ръст, постижения, положително взаимодействие и в крайна сметка евдемонистично щастие. Beck & Haugen (2013) са на мнение, че духовните добродетели са поставени на по-здрава основа, тъй като съдържат богати описания на морално-етичното им съдържание. А. Abecina е на мнение, че класификацията на Петерсон и Селигман за добродетелите е твърде абстрактна и едностранчива (Abecina, 2014). Радостта описана в Новия завет включва богат набор от емоции, като: мир, утеха, ликуване, удовлетворение, оптимизъм, благодарност и др. (Beck & Haugen, 2013). Благодарността включва чувства на признателност, възхита, смирение. Любовта пък съдържа състрадателност, милост, прошка, доброта, саможертва и др. Както се вижда духовните добродетели не са просто черти, а сложни емоционални състояния или преживявания. Духовността изисква добродетелите да бъдат емоционално преживявани и да бъдат част от насъщното битие на човека. Те са и взаимосвързани, подсилващи се една друга и същевременно йерархично възходящи в проявите на любов. В

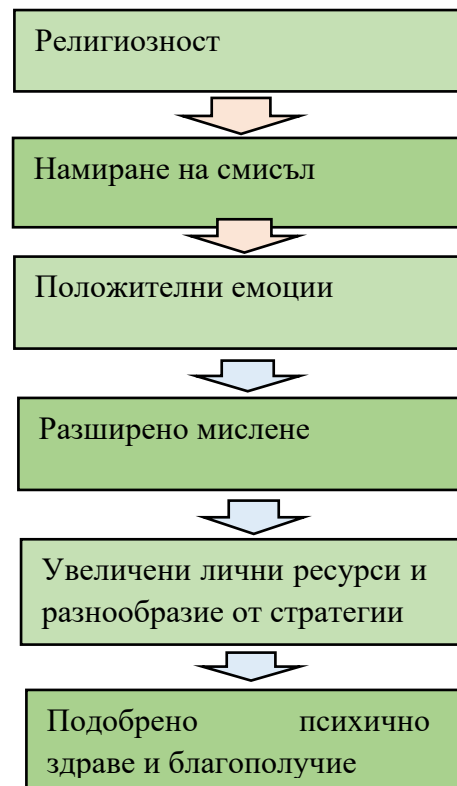
VIRTUES AND BEYOND IN POSITIVE PSYCHOLOGY AND CHRISTIANITY

християнството целта на проявите на добродетелите се състои не в постигане на удовлетвореност и щастие, а в постигане на духовно съвършенство и блажен живот, т. е фокуса е отвъд самата добродетел. Като част от по-широкия духовен и морален опит добродетелите имат отношение към преживяването на цялостно психично и духовно-екзистенциално удовлетворение. Особено в християнската духовна традиция фокуса се насочва към начина на живот, към достойнството на личността, която се формира като следствие от добродетелния живот, а добродетелния живот е смислено изживяване. Животът се разглежда като особен Божий дар, той има сакрални измерения, тайнство което трябва да се живее по особени правила. Усилието на добродетелта в духовната традиция не е самоцелно, а щастieto не е единствена награда. Добрият живот според традициите се живее не само с добра самооценка, но също със смирение, съдържаност, с внимателност, благодарност и цялата гама от добродетели.

ПОЛЗИ ЗА ЧОВЕШКАТА ПСИХИКА

Както беше посочено ефектите на добродетелността в религиозен план, се разглеждат в светлината на единението с Бог и очакваната вечна участ. Целта на християнската добродетелност не се състои в преживяването на самоцелно щастие. Въпреки това проявите на добродетелите могат да подобрят субективното усещане за смисъл и пълноценност сред вярващите.

Б. Фредриксън допуска, че проявите на духовните добродетели имат връзка с положителните емоции, които от своя страна се оказват „активните съставки“ на физичното и психично здраве. (Fredrickson, 2002). Според теорията за разширяване и изграждане, която Фредриксън изгражда, субективното психично благополучие е резултат от натрупаните положителни емоции, оформящи когнитивни, емоционални и поведенчески репертоари, и отразяващи се на живота. По този начин емоциите правят хората по-креативни, по-издръжливи и устойчиви, повече социално интегрирани и добродетелни. Дълбокото религиозно преживяване, според У. Джеймс (2003), е свързано с преживяване на положителни емоции и щастие. Силната връзка между религиозната вяра и смисъла на живот са в основата на много психични ползи – например духовното преосмисляне на трагедиите и страданията, дори смъртта. В тази градация на смисъла може да възникнат положителни емоции на радост, спокойствие, надежда, благодарност и др. Всички те – емоции и добродетели, в съответствие с теорията за разширяване и изграждане, се превръщат в трайни психични ресурси, трансформиращи цялостно човешкия живот. Барбара Фредриксън е на мнение, че религиозните добродетели, преобразувани в психични репертоари и ресурси, се намират в следния континуум с ползите за психичното здраве: (Fredrickson, 2002)



Krauze, Hill & Ironson също са на мнение, че религиозните добродетели – състрадание, прошка и подкрепата на другите хора, оказват силно влияние върху смисъла на живота. Според авторите тези добродетели са значими не само за субективното психично благополучие, но имат и по-широк социален ефект, защото се отразяват на социалната нагласа (Krauze, Hill & Ironson, 2019).

Не на последно място трябва да се обърне внимание на онази изключителност на добродетелите, която се поставя чрез комбинираната перспектива между психологичното и духовното акцентиране върху добродетелите. Това предлага възможност да се преразгледа огромна част от разбирането на човека – неговата психична и духовна страна. Дълго време разбирането за човешката природа се ограничавала до неговите тъмни страни, недостатъци и изобщо човешката детерминираност от импулси и нагони. Дори самото благополучие е било гледано с подозрение, считано, че човек още не е осъзнал колко неизбежно нещастен е. Добродетелта пък, в най-добрия случай би могла да се разглежда като проява на сублимация, но по-вероятно като защитен механизъм. От гледна точка на религиозната интерпретация, в много, дори съвременни християнски източници, все още се акцентира на човешката падналост и греховност, като фокуса отново е върху тъмните страни на характера и всеобхватността на греха. В такава перспектива на разглеждане не се взема в предвид възможността за преобразяващата сила на добродетелите и развитието на човешките дарования – въпреки всичко човек продължава да се счита за безнадеждно греховен.

Изучаването на добродетелите променя всичко това, защото решително се валидира идеята, че в дълбинната структура на Аза, освен тъмни страни има такива

VIRTUES AND BEYOND IN POSITIVE PSYCHOLOGY AND CHRISTIANITY

силни страни на характера, които да водят личността към добруване или духовно усъвършенстване.

Заклучение

Позитивната психология конструктивно надгражда философските концепции за щастието, предлагайки феноменологично изясняване на връзката между добродетелите и щастието. Петерсон и Селигман, чийто идеи възразят евидемонистичния подход към добродетелите, добавят такива добродетели, които са валидни и за всички духовни традиции – човечност и трансцендентност. Наред с идеите за добродетелите и силните страни в позитивната психология се разглежда и духовния християнски подход към пълноценния и смислен живот, който издига същите по съдържание, но различни по характер добродетели. В публикацията се направи опит добродетелите да бъдат разгледани от различни перспективи, като целта не е да се покаже предимство или недостатък на съответната перспектива. От поставената тема за разглеждане може да се направят следните изводи:

- Добродетелите са важни и имат отношение към човешкото процъфтяване.
- Съвременния научен подход на позитивната психология валидира ползите от философските или духовни добродетели за психиката на човека.
- Религиозните добродетели, чрез своя широк обхват и богатство на съдържания, могат да предоставят ползи, отнасящи се отвъд преживяването на субективно щастие.
- Интегративния подход в психологическите и духовните концепции може по-богато да опише всички ползи за психиката и благополучието.
- Изучаването на добродетелите предоставя алтернатива на визията за човешките недостатъци и дефицити, където процъфтяването на човека е реалистично и възможно.

Използвана литература:

Bakracheva, M. (2023). Lichnostni prediktori na prezhivuyavano blagopoluchie [Personality Predictors of the Experience of Well-being], Sofia, University Press "Sv. Kliment Ohridski"

Dzheyms U. (2003). Raznovidnostite na religiozniya opit [The varieties of religious experience]. Sofia, Publisher "Sofia-S.A."

Koev, T., Kirov, D. (1993). Kratka bogoslovska entsiklopediya [Short theological encyclopedia]. Sofia, Publisher "Bulvest 2000"

St. Ephraim Syrin (2000). Za dobrodetelite i strastite. Dobrotolyubie, t. 2 [On the Virtues and the Passions. Good Love, vol. 2]. 2nd Publisher "Sts. St. George Zograf, St. Gora, Mount Athos"

Seligman, M. (2017). Blagodenstvie. Novo razbirane za shtastieto i prosperiteta [Prosperity. A New Understanding of Happiness and Prosperity], Plovdiv, Hermes Publishing House

Stamatov, R., Sariiska, S. (2022). Pozitivna psihologiya [Positive Psychology], Plovdiv, publishing house "Hermes"

Mavrodiev, Stoil & Avramov, Yordan

Csikszentmihalyi, M. (2016). Potok. Psihologiya na optimalното prezhivavane [Flow. The Psychology of Optimal Experience], Plovdiv, Hermes Publishing House

Abecina, A. (2014). Whose Virtues? Which Character Strengths? Positive Psychology in Christian Schools. <https://ethos.org.au/online-resources/engage-mail/whose-virtues-which-character-strengths-positive-psychology>

Back & Haugen (2013) The Christian Religion: A Theological and Psychological Review, In Pargament, K. I. Exelime, J. J., Jones, J. W (2013) APA Handbook of Psychology, Religion, and Spirituality, Vol. 1, Context, Theory and Research, Washington DC, DOI: 10.1037/14045-000.

Bergsma, A., Poot, G., Liefbroer, A. C. (2008). Happiness in the Garden of Epicurus. J Happiness Stud 9, 397-423 <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9036-z>.

Fredrickson, B. L. (2002). How Does Religion Benefit Health and Well-Being? Are Positive Emotions Active Ingredients. Psychological Inquiry, 13(3)209-213.

Geyer, A. L. & Baumeister, R. F. (2005) Religion, Morality and Self-Control. Values, Virtues, and Vices. In Palutzian, R. F., Park, C. L. (2005) Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality, Guilford Press, New York.

Krauze, N., Hill, P. C., Ironson, G. (2019) Evaluating the relationships among religion, social virtues, and meaning in life. Archive for the Psychology of religion, 41(1), 53-70. <https://doi.org/10.1177/0084672419839797>.

Park, N., Peterson, C., Seligman, M. E. P. (2004) Strengths of Character and Well-being. Journal of Social and Clinical Psychology, Vol. 23, No. 5, 603-619.

Peterson, C., Ruch, W., Beermann, U., Park, N., Seligman, M. E. P. (2007) Strengths of character, orientation to happiness, and life satisfactions. The Journal of Positive Psychology, 2 (3) 149-156, DOI:10.1080/17439760701228938.

Peterson, C., Seligman, M. E. (2004) Character Strengths and Virtues. Oxford Press.

Waterman, A. (1990) The Relevance of Aristotle's Conception of Eudaimonia for the Psychological Study of Happiness. Journal: Theoretical and Philosophical Psychology, Vol. 44. 10, No. 1, 39.



Research article

STRUCTURAL COMPONENTS OF BASIC ENTREPRENEUR'S QUALITIES

Assoc. prof. Bilyana Yordanova, Ph.D. *

***Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.**

Email: b_iordanova@swu.bg

Abstract

The present study reveals the main structural components of entrepreneur's qualities. Scientific novelty of the study consists in concretization and development of ideas about the connection and interaction of mental and socio-economic phenomena. The analysis of the obtained results allows us to conclude that entrepreneurs who value their personal and individual potential relatively highly are characterized by a personal desire to work in a competitive environment, value the reliability of their future partners and have a positive attitude towards existing economic conditions.

Key words: *personality qualities, attitudes, entrepreneur behavior*

1. Conceptual framework of the study

On a personal level, the entrepreneur continuously generates business ideas and makes targeted efforts to transform them into rational and successful solutions, depending on opportunities and needs of society. It requires planning, organizing and managing a business and involves taking multiple risks (Lofstrom, Bates & Parker, 2014; Thurik, Audretsch, & Stam, 2013). The entrepreneur is often required to independently initiate new needs and organize their satisfaction. Therefore, the entrepreneur must own a number of characteristics and qualities which are not inherent to everyone involved in the economic process (Parker, Congregado, & Golpe, 2012; Glaeser, Kerr & Kerr, 2015; Scholman, Thurik, van Stel, 2015).

2. Research design

In the current study of the structural components of personal characteristics of entrepreneurs, an exploratory factor analysis was carried out using the method of principal components (Varimax rotation).

Purpose: The purpose is to reveal the psychological essence and structure of structural components of the basic qualities of the entrepreneur, required for application of their professional activity.

Hypothesis: The psychological attitude of entrepreneurs towards the business activity they develop is characterized by a combination of stability and dynamics, which allows the statement that there are most likely clearly defined structural components describing specific

Yordanova, Bilyana

individual qualities of entrepreneurs, both in personal and professional terms certain psychological tendencies of their economic behavior.

Methodological toolkit: To collect data for this study, a structured questionnaire composed that measure the constructive capabilities of entrepreneurial intuition, persistence, assertiveness, criticality and risk-taking was created. To evaluate their business activities, entrepreneurs were asked to rate their behavior in recent years. As answer options, judgments were proposed that characterize not only a retrospective assessment of changes in business activity in the past, but also the predicted dynamics of its change in the future. In this way, a study of the entrepreneur's psychological attitude towards his past, present and future activity is realized.

Participants and ethical issues: All subjects participated voluntarily, informed consent was obtained from them to conduct the study. The research was conducted under conditions of confidentiality and anonymity of the results. The total number of participants was 376 individuals in the age range of 30 to 66 years. The participants are from different Bulgarian towns, mainly the capital and regional cities.

3. Results

Entrepreneurship requires a set of specific qualities and naturally sufficient life experience. Business relations and business principles of entrepreneurial activity can be learned in real economic activity, because the entrepreneur learns and improves in the process of building and expanding the business, constantly confirming and developing his knowledge and skills.

Table 1. Psychometric characteristics of the extracted factors

Factors (qualities)	number of items	M	SD	α	AVE
Initiative	20	2.365	1.159	0.963	0.669
Persistence	17	2.947	1.147	0.894	0.628
Self-confidence	14	2.862	1.232	0.882	0.715
Criticality	9	3.325	1.084	0.876	0.728
Risk taking	6	3.184	1.076	0.869	0.573

Using the statistical capabilities of the SPSS 26 program, five factors explaining 56.83% of the total variation were identified. Items are of equal difficulty (skewness and kurtosis coefficients ranging from -3 to 3). The factor analysis is adequate and acceptable - KMO=0.792; Sig of Bartlett's Test of Sphericity <0.0001. All the items in this study can be considered acceptable because the average variance extracted (AVE) values for all variables are higher than 0.50, and when the AVE is less than 0.50 on average, more errors remain in the items than the variance that explains the construct and therefore the values can be considered acceptable convergent validity.

STRUCTURAL COMPONENTS OF BASIC ENTREPRENEUR'S QUALITIES

Table 2. Variable loads by the first factor after the rotation of the factor axes

item	1 factor	2 factor	3 factor	4 factor	5 factor
19	0.863	0.085	0.091	0.126	0.242
53	0.756	0.039	0.075	0.126	0.252
4	0.725	0.057	0.066	0.148	0.219
22	0.695	0.023	0.119	0.263	0.286
56	0.691	0.049	0.134	0.253	0.245
8	0.688	0.146	0.063	0.176	0.287
13	0.662	0.029	0.253	0.264	0.146
64	0.651	0.154	0.181	0.152	0.227
29	0.649	0.108	0.161	0.275	0.208
55	0.634	0.053	0.083	0.063	0.196
41	0.627	0.129	0.123	0.187	0.224
9	0.612	0.129	0.258	0.197	0.158
34	0.609	0.262	0.199	0.186	0.119
5	0.602	0.224	0.142	0.149	0.138
59	0.583	0.204	0.254	0.146	0.363
40	0.571	0.114	0.201	0.229	0.326
45	0.552	0.103	0.233	0.159	0.364
20	0.546	0.221	0.213	0.304	0.152
35	0.536	0.107	0.165	0.064	0.275
32	0.528	0.112	0.208	0.047	0.363

The first extracted factor (Table 2) describes 13.72% of the variation, and of the possible 210 correlations between the items, only 82 are not significant. All items in the factor have a good discriminating power and, therefore, it is possible to differentiate individuals with a low score from those with a high score on the scale (Sig $t < 0.005$). Considering the items it covers, the name of the I factor is "Initiative". At their core, entrepreneurs are enthusiastic, optimistic and forward-looking. They believe they will succeed and are willing to risk their resources to achieve profit. Initiative requires energy and a continuous willingness to increase market share and seek success. Initiative is associated with desire and effort and keeps entrepreneurs active and thinking about what else they can do to continuously develop. Initiative requires continuous accumulation of new information related to research and search for ways to optimize the business. Initiative is among the most important traits of a successful entrepreneur. An entrepreneur with high levels of initiative loves his work and feels joy when the results exceed the set goals.

Table 3. Variable loads by the second factor after the rotation of the factor axes

item	1 factor	2 factor	3 factor	4 factor	5 factor
52	0.022	0.798	0.193	0.297	0.272
16	0.007	0.785	0.204	0.016	0.138
43	0.124	0.776	0.189	0.129	0.158
28	0.021	0.756	0.243	0.244	0.188
44	0.083	0.748	0.268	0.293	0.209
23	0.097	0.744	0.131	0.267	0.183
65	0.213	0.639	0.153	0.095	0.176
10	0.116	0.593	0.142	0.271	0.129
31	0.028	0.588	0.216	0.285	0.298
49	0.092	0.575	0.204	0.219	0.338
24	0.034	0.568	0.048	0.322	0.258
62	0.062	0.553	0.018	0.128	0.043
57	0.107	0.541	0.082	0.243	0.238
48	0.129	0.539	0.218	0.043	0.208
1	0.002	0.528	0.028	0.328	0.147
18	0.187	0.516	0.241	0.221	0.028
25	0.127	0.505	0.016	0.226	0.213

The second extracted factor (Table 3) describes 12.14% of the variation, and of the possible 153 correlations between the items, only 64 are not significant. All items in the factor have a good discriminating power and, therefore, it is possible to differentiate individuals with a low score from those with a high score on the scale (Sig $t < 0.005$). In accordance with the items it covers, the name of the 2nd factor is "Persistence". A specific feature of entrepreneurs is the need to build working systems, procedures and processes necessary for the implementation of a successful business aimed at increasing cash income and sales. Successful entrepreneurs possess persistence, good organizational skills, and effective planning and follow-through skills. Entrepreneurship is about building a business and managing it under conditions of limited resources, which requires planning. An actionable plan requires persistence, continuous commitment to work, and overcoming contingencies.

Table 4. Variable loads by the third factor after the rotation of the factor axes

item	1 factor	2 factor	3 factor	4 factor	5 factor
46	0.048	0.068	0.794	0.208	0.191
17	0.172	0.223	0.786	0.184	0.102
50	0.245	0.128	0.773	0.163	0.188
33	0.048	0.016	0.767	0.067	0.276
54	0.129	0.294	0.748	0.124	0.245
21	0.182	0.122	0.732	0.093	0.162
3	0.191	0.268	0.724	0.269	0.188
11	0.178	0.083	0.602	0.087	0.269
60	0.106	0.037	0.598	0.169	0.288
15	0.275	0.184	0.569	0.016	0.292
30	0.293	0.271	0.557	0.046	0.265
37	0.021	0.048	0.549	0.208	0.236
66	0.097	0.144	0.534	0.254	0.227
36	0.214	0.027	0.522	0.179	0.273

The third extracted factor (Table 4) describes 11.7% of the variation, and of the possible 105 correlations between the items, only 42 are not significant. All items in the factor have a good

STRUCTURAL COMPONENTS OF BASIC ENTREPRENEUR'S QUALITIES

discriminating power and, therefore, it is possible to differentiate individuals with a low score from those with a high score on the scale (Sig $t < 0.005$). According to the items it covers, the name of the 3rd factor is "Self-confidence". This characteristic is extremely important because entrepreneurship requires independent undertaking of an activity and setting parameters to ensure that projects will be realized. Self-confidence is associated with activity, determination and independence. It takes personal capacity to identify and pursue opportunities, to follow rationality, self-confidence and tenacity. Entrepreneurs with high levels of self-confidence do not fear failure, but see failure as an opportunity for further success. They are determined to make every effort to achieve success, so they constantly make attempts until they achieve the desired result.

Self-confident entrepreneurs, given that they have the actual ability to start a business, would realize successful entrepreneurial initiatives. Low levels of self-confidence in fundamentally talented people ultimately leads to a lower quality of entrepreneurial activity. Self-confident individuals, with a high ability for real assessment, to a greater extent strive for growth and innovative entrepreneurship, compared to individuals with low self-confidence.

Table 5. Variable loads by the fourth factor after the rotation of the factor axes

item	1 factor	2 factor	3 factor	4 factor	5 factor
63	0.229	0.142	0.089	0.753	0.206
27	0.067	0.052	0.072	0.746	0.326
51	0.136	0.119	0.243	0.726	0.112
2	0.028	0.186	0.204	0.708	0.157
14	0.048	0.145	0.154	0.699	0.283
61	0.163	0.187	0.048	0.674	0.228
42	0.006	0.106	0.116	0.667	0.368
6	0.029	0.186	0.003	0.551	0.323
26	0.011	0.208	0.229	0.518	0.337

The fourth extracted factor (Table 5) describes 10.13% of the variation, and of the possible 45 correlations between the items, only 18 are not significant. All items in the factor have a good discriminating power and, therefore, it is possible to differentiate individuals with a low score from those with a high score on the scale (Sig $t < 0.005$). In keeping with the items it covers, the name of the 4th factor is "Criticality". One of the responsibilities of the entrepreneur as the founder and manager of the enterprise is to know in which direction to develop his business. Criticality in relation to entrepreneurs is associated with knowing their product and the market in which they offer it. An entrepreneur succeeds when he creates something that does not yet exist or significantly improves existing products. Criticality also affects social competences. Entrepreneurs should have highly developed communication skills to sell the product and to motivate their staff, highlight the benefits of any situation, seek and use knowledge, gather detailed information and perceive and use knowledge as an asset.

Table 6. Variable loads by the fifth factor after the rotation of the factor axes

item	1 factor	2 factor	3 factor	4 factor	5 factor
38	0.008	0.096	0.108	0.357	0.708
7	0.069	0.149	0.175	0.223	0.686
47	0.088	0.123	0.102	0.229	0.676
12	0.089	0.009	0.097	0.329	0.648
58	0.066	0.002	0.251	0.262	0.634
39	0.062	0.114	0.119	0.384	0.599

The fifth extracted factor (Table 6) describes 9.14% of the variation, and of the possible 21 correlations between the items, only 6 are not significant. All items in the factor have a good discriminating power and, therefore, it is possible to differentiate individuals with a low score from those with a high score on the scale (Sig $t < 0.005$). In view of the items it covers, the name of the 5th factor is "Risk-Taking". The risk arises in all types of entrepreneurial activity related to the production of products, goods and services, their implementation, financial operations, and also in the implementation of projects. These are hazards arising from the environment and the behavior of the entrepreneur. Successful entrepreneurs tend to risk time and money on something unknown, but also reserve resources, change plans, have investments, reacting quickly and adequately. Risk is an attribute of business activity and a necessary condition for achieving significant financial success. It is important to emphasize that the more changes occur and the stronger their dynamics, the higher the level of risk. As an objective phenomenon, risk exists independently because it cannot be avoided, but it can be managed.

4. Conclusion

An essential role in achieving successful entrepreneurial activity is played by the way in which the person interprets his individual entrepreneurial abilities. Usually, a positive perception of real entrepreneurial abilities favors starting one's own business. Distorted perception has the opposite effect on the decision to start a business, especially for individuals with low entrepreneurial ability. Therefore, the personal assessment of entrepreneurial abilities has a stronger influence than the actual possessed abilities. Entrepreneurial behavior is influenced by other factors, such as characteristics of the socio-economic conditions, individual characteristics of the personality, measurement of professional activity and various aspects of the entrepreneurial process. The decision to undertake entrepreneurial activity is also the result of a combination of satisfaction with positive perceptions of the individual's ability to fulfill the role requirements of entrepreneurship.

It is very likely that the personality traits of entrepreneurs differ significantly depending on the goals and aspirations that entrepreneurs bring to business, and future research could benefit by bringing these two scientific disciplines, economic psychology and psychology of individual differences, into closer alignment of personality domain.

STRUCTURAL COMPONENTS OF BASIC ENTREPRENEUR'S QUALITIES

References

Glaeser, E.L., S.P. Kerr & W.R. Kerr. (2015). Entrepreneurship and urban growth: An empirical assessment with historical mines. *Review of Economics and Statistics*, 97(2), 498-520.

Lofstrom, M., T. Bates & S.C. Parker. (2014). Why are some people more likely to become small businesses owners than others: Entrepreneurship entry and industry-specific barriers. *Journal of Business Venturing*, 29(2), 232-251.

Scholman, G., Thurik, A. R., van Stel, A. J. (2015). The relationship among entrepreneurial activity, business cycles, and economic openness; *International Entrepreneurship and Management Journal* 11(2) 307–319.

Parker, S. C., Congregado, E., Golpe, A. (2012). Is entrepreneurship a leading or lagging indicator of the business cycle? Evidence from UK self-employment data; *International Small Business Journal* 30(7) 736–753.

Thurik, A. R., Audretsch, D. B., Stam, E. (2013). The rise of the entrepreneurial economy and the future of dynamic capitalism; *Technovation*, 33(8-9) 302–310.



Research article

КОПИНГ СТРАТЕГИИ И УДОВЛЕТВОРЕНОСТ ОТ ЖИВОТА ПРИ ХОРА ГРИЖЕЩИ СЕ ВЪЗРАСТНИ С ХРОНИЧНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ

COPING STRATEGIES AND LIFE SATISFACTION IN CAREGIVERS OF ELDERLY WITH CHRONIC DISEASES

Assoc. prof., Natasha Angelova, Ph.D*

*Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

Email: natasha_v@swu.bg

Manuela Dinolova*

*Psychologist, in European program "Care at Home"

Email: dinolova.manuela@gmail.com

Резюме

Целта на статията е да се представи изследване на връзката между удовлетвореността от живота и копинг стратегиите, прилагани от роднините на хронично болни хора в късна зряла възраст и специалистите (лекари, медицински сестри, психолози, рехабилитатори и сътрудници социални дейности), работещи с тези пациенти. За целта на проучването са изследвани $N = 100$ лица, участващи в европейски проект „Грижа в дома“ като специалисти ($n = 56$) и роднини на потребители на тази социална услуга ($n = 44$). По пол изследваните лица са разпределени $n = 82$ жени (54,9% Роднини и 45,1% Специалисти) и $n = 18$ мъже (съответно 61,1% Роднини и 38,9% Специалисти). Резултатите показват различия в средната стойност по скала удовлетвореност от живота между двете групи изследвани лица (Роднини и Специалисти, грижещи се за хронично болни). Освен това данните от изследването показват, че проблемно-фокусираните стратегии (активно справяне, планиране, позитивно преосмисляне) корелират правопрпорционално с удовлетвореността от живота, а емоционално-фокусираните (емоционално фокусиране и поведенческа дезангажираност) стратегии показват обратнопропорционални корелации с удовлетвореността от живота.

Ключови думи: удовлетвореност от живота, копинг стратегии, грижа, възрастни, хронични заболявания

Abstract:

The aim of the article is to present a study of the relationship between life satisfaction and coping strategies among relatives and professionals (doctors, nurses, psychologists, rehabilitators and social

Yearbook of Psychology

2024, Vol. 15 (1) Online ISSN 2683-0426

COPING STRATEGIES AND LIFE SATISFACTION IN CAREGIVERS

workers) caring for chronically ill people in late adulthood. For the purpose of the study, $N = 100$ persons participating in the European project "Care at home" as specialists ($n = 56$) and relatives of users of this social service ($n = 44$) were examined. By gender, the subjects were divided into $n = 82$ women (54.9% Relatives and 45.1% Specialists) and $n = 18$ men (respectively 61.1% Relatives and 38.9% Specialists). The results show differences in the mean value on the life satisfaction scale between the two groups of subjects (Relatives and Specialists caring for the chronically ill). Furthermore, the research data showed that problem-focused strategies (active coping, planning, positive reframing) correlated directly with life satisfaction, and emotion-focused (emotional focus and behavioral disengagement) strategies showed inverse correlations with life satisfaction.

Keywords: life satisfaction, coping strategies, caregiving, elderly, chronic diseases.

Хроничните заболявания в късна зряла възраст оказват въздействие не само върху хората, страдащи от тях, но също така имат и значително влияние върху психичното и соматично здраве на техните роднини и подпомагащите специалисти, обслужващи ежедневните им нужди. Роднините на хора с хронични заболявания се изправят пред всекидневни предизвикателства, свързани с грижите и подкрепата, които предоставят на своите близки. Психолозите и другите специалисти от помагащи професии, работещи с хронично болни пациенти в края на жизнения си път, също изпитват уникален стрес, който е свързан със сложните емоционални и психологични нужди на тези пациенти.

Грижите за човек в късна зряла възраст водят до високи нива на стрес поради спецификата на физическото, познавателното, емоционалното и социално развитие на хората в този възрастов етап. Късната зряла възраст се простира от 65 години до края на живота на човек. След 70-годишна възраст около 10% от хората имат трудности да извършват ежедневни дейности като базисни грижи за себе си (лягане, ставане от леглото, къпане, обличане и хранене). Около 20% не са в състояние да осъществяват инструменталните ежедневни дейности – напр. пазаруване, приготвяне на храна, плащане на сметки, поддържане на дома. Процентът на възрастните хора с тези ограничения се увеличава значително с възрастта. Макар че хората на средна възраст, грижещи се за остаряващи родители и роднини, които са в лошо здравословно състояние, често заместват директните грижи с наемането на персонал срещу финансово възнаграждение, ако имат тази възможност. Когато обаче родителят живее наблизо, няма брачен партньор, който да задоволява потребностите му, децата в средна зряла възраст се ангажират да се погрижат пряко.

Основната отговорност за осигуряването на грижи за остаряващите родители обикновено се пада повече на дъщерите, отколкото върху синовете. (Vanier Institute of the Yearbook of Psychology 2024, Vol. 15 (1) Online ISSN 2683-0426

Family) Времето, което човек отделя в грижи за болен остаряващ родител, е значително – средно 20 часа на седмица (Nichols & Junk, 1997). Синовете въпреки че отделят по-малко време, също допринасят в грижите – вършат ремонти, грижат се за финансите и др. Дъщерите осигуряват повече директни грижи в дома – готвене, хранене, къпане. Грижите, осигурявани от дъщерите и синовете, обикновено са разделени според половите роли (Campbell & Martin-Matthews, 2000; Harris, 1998). При преминаването от ранна към по-късна зряла възраст, половите различия в грижите за родителите се редуцират. Вероятно причината е, че мъжете чувстват по-малка необходимост да се подчиняват на „мъжествената“ полова роля и така стават по-способни да осигуряват базисни грижи (Marks, 1996).

Въпреки че, повечето хора в зряла възраст помагат с готовност, грижите за хронично болен или инвалидизиран родител са изключително стресиращи – те са много по-различни от грижите за малко дете. Необходимостта от грижи за родител обикновено възниква внезапно, след инцидент, инфаркт, онкологично заболяване, инсулт и др., като има много малко време за подготовка. Докато отглеждането на деца, прави самите деца все по-независими и родителите по-удовлетворени, грижите за хронично болни възрастни родителите обикновено коства много от личностния ресурс на роднините, които се грижат. Като изключително стресиращ фактор е наблюдението отблизо на физическия и умствения упадък на хронично болни роднини. Грижещите се изпитват смесица от емоции, но една от най-често срещаните е печал от загубата на високо ценено взаимоотношение, тъй като родителите вече не са онова, което са били. Тъй като продължителността на грижите е неопределена, полагащите ги, често чувстват, че нямат контрол над живота си (Gatz et al., 1990).

Изследвания в Северна Америка показват, че хора, които делят домакинство с хронично болни родители са подложени на по-голям стрес. Родител и дете, които са живели отделно от години, обикновено не харесват факта, че отново им се налага да живеят заедно и е възможно да възникнат конфликти по отношение на ежедневния режим и начин на живот. Най-големият източник на стрес за обгрижващите е проблемното поведение на родители, които са с умствено нарушение (Marks, 1996).

Грижите за родителите често имат негативен ефект върху психичното и соматично здраве. Те водят до ролево претоварване (конфликт между родителска роля, работа,

COPING STRATEGIES AND LIFE SATISFACTION IN CAREGIVERS

интимен партньор и грижи за родителя), изтощение, враждебност, множество отсъствия от работа, неспособност за концентрация, тревожност от остаряването и случаи на депресия, които достигат до 30 – 50 % . В култури и субкултури, в които хората изпитват особено силно чувство на дълг да се грижат за остаряващите родители, психическото натоварване обикновено е още по-осезаемо. В изследване на корейци, американци с корейски произход и бели американци, които се грижат за родители с умствени нарушения, корейците и американците от корейски произход споделят най-високи нива на семейна обремененост от грижите и най-високи нива на депресия и тревожност. Сред афроамериканците жени, които приемат, поради силно чувство на дълг и задължение на културата, да осъществяват грижи за болни роднини имат повече проблеми в психичното здраве, отколкото жените, които приемат в умерена степен културните основания за грижа на болни от семейството (Dilworth-Anderson et al., 2004).

Социалната подкрепа е изключително ефективна за намаляване на стреса на полагащия грижи. В Япония, Дания и Швеция спонсорирана от държавата система за домашни грижи, подобна на програмата „Грижа в дома“ облекчава бремето на грижите за родител, като осигурява специално обучени помагачи въз основа на нуждите на възрастния човек. В САЩ и Канада домашните грижи от човек, който не е член на семейството, са твърде скъпи за повечето семейства: само 10 до 20 % си го позволяват (Family Caregiver Alliance, 2002).

Уолтър Кенън (Cannon, 1932, по Angelova, 2019) е първият изследовател, който прилага концепцията за стреса върху хората. Кенън се е занимавал основно с влиянието на студа, липсата на кислород и други стресови фактори от околната среда върху организмите. Акцентът на Кенън върху стреса като отговор, като реакция (резултат) е възприет и задълбочено разработен от Ханс Селие. По-конкретно, той предполага, че съществува специфична реакция към външните стресори, изразяваща се в следната поредица от действия: уплаха (непосредствена реакция на въздействието на стресиращия стимул), мобилизация (мобилизиране на физическите ресурси на организма, за да издържи на стресовите въздействия) и изтощение (изразходване на най-дълбоките, невъзстановими ресурси на организма) (Angelova, 2019).

Съществуват основно четири подхода при изучаването на стреса (Mavrodiev & Ruseva, 2016). Първият е чрез изучаване стреса като реакцията (отговор), която индивидът

има спрямо конкретен стимул. Другата насока за изучаване на стреса е, чрез дефинирането му като междинна променлива, която стои между провокиращото събитие (дразнител) и реакцията. Трети аспект представя стреса като взаимодействие на човека със заобикалящият го свят. Четвърта посока в научните разработки е чрез изучаването на стреса като събитие, стимул, ситуация, които предизвикват стресов отговор и тяхната природата. Като цяло в психологичната литература терминът, който се среща за обозначаване на конкретна стратегия за справяне със субективно трудни житейски ситуации е копинг стратегията (Angelova, 2019). Копинг стратегията се дефинира като „когнитивния или поведенчески отговор за намаляване или елиминиране на психологическия дистрес или стресовите условия“ (Folkman, 1984). Лазарус (по Angelova, 2019), разграничава стратегиите за справяне със стреса в две основни групи: **Проблемно – фокусирано** справяне (problem focused coping) или често определяно като активно справяне; **Емоционално – фокусирано** справяне (emotion focused coping) или пасивно справяне. Те са всъщност двете основни функции на справянето със стреса. Един от най-важните въпроси, които все по-често специалистите в областта на психичното здраве, както и изследователите на стреса и копинг стратегиите поставят, е свързан със стимулирането на по-осъзнато отреагиране, на базата на ситуативния компонент, личностните способности и целта на участниците в ситуацията. В тази връзка необходимостта от развиване на способностите за себerefлексия е все по-настоятелно предизвикателството към все повече хора. Изследователският интерес в тази област е провокиран от нарастването на броя на изследвания в областта на позитивното психологично функциониране в по-ранните етапи от живота, се свързва с по-спокойните старини и продължителността на живота. (Angelova, 2021). Психичното благополучие се изучава както като резултат, така и като предиктор на различни аспекти, свързани с физическото здраве и качеството на живот. То може да бъде описано с обективни измерения като стандарт на живот, но това, което има значение, са субективните когнитивни и афективни оценки на хората за живота им (Bakratcheva, 2020). Благополучието представлява оценките и чувствата на хората за техния живот (Diener & Seligman, 2004; Kesebir & Diener, 2008), т.е. когнитивна преценка за удовлетвореността и афективна преценка на настроенията и емоциите (Kesebir & Diener, 2008). Субективното благополучие включва позитивен афект (щастие, преобладаване на позитивни емоции и

COPING STRATEGIES AND LIFE SATISFACTION IN CAREGIVERS

настроения) и ниски нива на негативен афект (не преобладават неприятните емоции и настроения), които заедно съставят неговия емоционално-афективен аспект, като също така включва удовлетвореност от живота, т.е. обща преценка за своя живот – когнитивно-оценъчен аспект (Diener, et al., 1985; Diener & Emmons, 1985; Kesebir & Diener, 2008; Diener & Seligman, 2004), както и удовлетвореност от важни житейски области (удовлетвореност от своята работа, здраве, семеен живот и др.) (Kesebir & Diener, 2008).

Удовлетвореността произтича от оценка на собствения живот в дългосрочен план, а щастието е резултат от преценка на съотношението и баланса на приятните и неприятните емоции (Dimitrova, 2022).

Удовлетвореността от живота е сред индикаторите на субективното благополучие (когнитивна дименсия на субективното благополучие (Diener, 2000), когнитивен процес на преценяване на качеството на своя живот според избрани критерии (Diener et al., 1985).

Цел и постановка на изследването

Целта на изследването е да се проучи връзката между удовлетвореността от живота и копинг стратегиите, прилагани от роднините на хронично болни хора в късна зряла възраст и специалистите (лекари, медицински сестри, психолози, рехабилитатори и сътрудници социални дейности), работещи с тези пациенти.

В рамките на този научен проект, ще бъдат дефинирани видовете копинг стратегиите, както и ще бъдат анализирани начините за справяне със стреса на гореописаните две групи. Използваните копинги ще бъдат изследвани едновременно с удовлетвореността от живота. Анализирането на тези конструкти е от изключително значение, тъй като може да допринесе за по-добро разбиране на нуждите и предизвикателствата пред роднините на болни хора в късна зряла възраст и специалистите, работещи с тях, и да предложи насоки за по-ефективни стратегии за справяне със стреса в този контекст.

Изследването има за цел да допринесе за по-добро разбиране на важни аспекти на удовлетвореността от живота и стратегиите за справяне със стреса при роднините на хронично болни хора и професионалистите, подпомагащи тази категория (психолози, рехабилитатори, лекари, медицински сестри, лични асистенти и др.). Освен това има за цел да помогне подобряването на качеството на живот на тези групи и да насочи бъдещи

усилия в сферата на подкрепата и грижата за тях.

Хипотези на изследването

Хипотеза 1. Предполага се, че специалистите, грижещи се за хронично болни хора в късна зряла възраст имат по-висока удовлетвореност от живота от роднините, грижещи се за хронично болни хора в късна зряла възраст.

Хипотеза 2. Активните стратегии за справяне (проблемно-фокусните) сред грижещи се за хронично болни хора в късна зряла възраст ще корелират правопрпорционално с удовлетвореността от живота, а избягващите стратегии ще имат обратнопропорционална корелация с удовлетвореността от живота.

Методически инструментариум

Използваният методически инструментариум включва два въпросника:

1. Въпросник за предпочитани стратегии за справяне със стрес е адаптиран за български условия от Антоанета Русинова-Христова и Георги Карастоянов (Rusinova-Hristova & Karastoyanov, 2000). Според авторите адаптирали методиката, по-голяма част от скалите на въпросника имат сравнително добра вътрешна консистентност (Cronbach's $\alpha > 0.60$). Само две скали имат Cronbach's $\alpha < 0.60$ ("Въздържане" - 0.49 и "Отричане" - 0.52).

2. Въпросник за удовлетвореност от живота на Динер и сътрудници – SWLS (Diener et al., 1985).

Въпросникът, който е използван в настоящото изследване се състои от 5 айтема, на които изследваните лица отговарят по 7-степенна скала от 1 – напълно несъгласен до 7 – напълно съгласен (Diener et al., 1985; Stoyanova et al. 2020). За много държави Cronbach's α е над 0,80, с изключение на България, за която $\alpha = 0,60$ (Jang et al., 2017). При българи от 18 до 46 години алфа на Кронбах на въпросника за удовлетвореност от живота е 0,739, като се отговаря по 7-степенна (Garvanova, 2011).

Процедура на изследването

При провеждането на изследването избраният методически инструментариум бе преобразуван в онлайн платформата Google Forms с цел ускоряване на процеса на събиране на данни и улесняване на изследваните лица.

Описание на извадката

За целта на проучването са изследвани $N = 100$ лица, участващи в европейски

COPING STRATEGIES AND LIFE SATISFACTION IN CAREGIVERS

проект „Грижа в дома“ като специалисти ($n = 56$) и роднини на потребители на тази социална услуга ($n = 44$). Изследването се извърши в периода септември 2023 г. - декември 2023 г. При избора на лица единственото условие беше полагане на грижи за човек в късна зряла възраст с хронично заболяване. Изследването се проведе в рамките на 2 месеца (септември – октомври 2023 г.) сред потребители на услугата „Грижа в дома“ и техните семейства, както и специалистите от екипа, полагащи грижи за тях (психолози, медицински сестри, рехабилитатори, сътрудници социални дейности). Изследвани са лица, които се грижат за потребители в късна зряла възраст, поради което в настоящата работа ще изясня и спецификата на този възрастов етап.

Групите са разделени по следните показатели:

- **Пол** - Известен демографски факт е, че жените преобладават сред населението в България (<https://www.nsi.bg/bg/>), както и фактът, че те са по-склонни да попълват психологически въпросници, което може да обясни преобладаващия процент жени по признак пол в настоящото изследване. Разделението по **пол** на изследваните лица изглежда по следния начин: **$n = 82$ жени** (почти по равно разпределени – 54,9% Роднини и 45,1% Специалисти) и **$n = 18$ мъже** (съответно 61,1% Роднини и 38,9% Специалисти). (Таблица 1).

Таблица 1. Разпределение по пол на изследваните лица от двете групи „роднина“ и „специалист“, грижещи се за хронично болни възрастни хора, $N=100$

		Грижа като		
Пол		Роднина	Специалист	Общ брой лица
Жена	Брой лица	45	37	82
	% от Жени	54,9 %	45,1 %	
Мъж	Брой лица	11	7	18
	% от Мъже	61,1 %	38,9 %	
Общо	Брой лица от всички изследвани	56	44	100

- По **признак Възраст** изследваните лица се разпределят в 5 възрастови групи:
 - ✓ **18 - 26 г.** – 1 изследвано лице (1 %);
 - ✓ **27-35 г.** – 15 изследвани лица (15 %)
 - ✓ **36-45 г.** – 33 изследвани лица (33 %);
 - ✓ **46-60 г.** – 36 изследвани лица (36 %);

✓ **над 60 г.** -15 изследвани лица (15 %)

От получените разпределения по възраст е видно, че най-силно представената група е от 46 – 60 г. (36 %), а най-слабо представена е групата 18 – 26 г. (1%).

- По **признак степен на образование** изследваните лица се разделят на три групи: с основно образование – 1 изследвано лице, което представлява 1 % от извадката, със средно образование – 17 изследвани лица (17 % от извадката) и с висше образование – 82 изследвани лица (82 %), което я прави по-силно представената група.
- По **признак от колко време се полагат грижи** изследваните лица се разпределят на четири групи: 1 - 3г. – 31 изследвани лица (31 % от извадката), 4 - 6 г. – 12 изследвани лица (12% от извадката), 7-10 г. - 10 изследвани лица (10% от извадката) и повече от 10 г. – 47 изследвани лица (47 %), което я прави най-силно представената група (Фигура 1).



Фигура1 . От колко време се полагат грижи

Таблица 2. Разпределение на изследваните лица по признак „време на полаганите грижи”,
N=100

Признак		От колко време се полагат грижи				Общ брой лица
		1 – 3 г.	4 – 6 г.	7 – 10 г.	Повече от 10 г.	
Роднини	Брой лица	18	9	7	22	56
	% от Роднини	32,1 %	16,1 %	12,5 %	39,3 %	
Специалисти	Брой лица	12	4	3	25	44
	% от Специалисти	27,3 %	9,1 %	6,8 %	56,8 %	

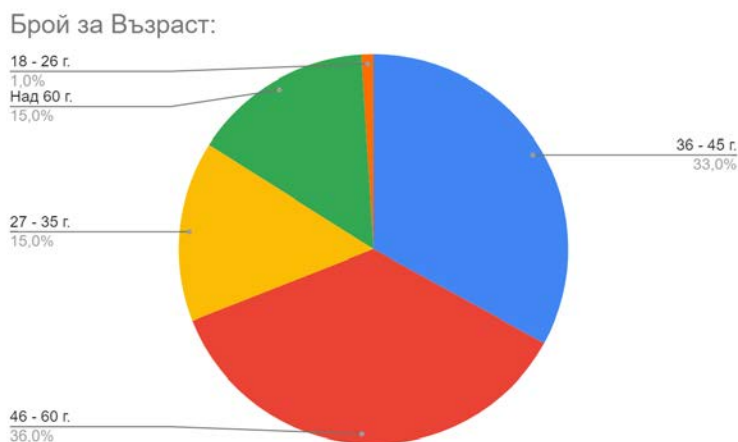
COPING STRATEGIES AND LIFE SATISFACTION IN CAREGIVERS

Общо	Брой лица от всички изследвани	30	13	10	47	100
	% от всички изследвани лица	30 %	13 %	10 %	47 %	

Прави впечатление, че повече от половината изследвани специалисти са с доста голям и продължителен опит в сферата на грижа и помощ за болни в късна зряла възраст. При група „Роднини“ нещата стоят по доста по различен начин – тези с опит 1-3 г. са най-много (32,1 %), следвани от лицата с продължителни грижи за възрастен роднина за период от повече от 10 г. (29, 3 %).

Общо 30% от изследваните в двете групи имат опитност в тази сфера 1-3 г., 13 % - се грижат за болен като роднина или специалист от 4-6 г., 10% от лицата се грижат за период 7-10 г., а най-много от изследваните лица - 47 % имат над 10-годишен опит в областта грижа за болен човек в късна зряла възраст.

- По **признак местоживеене** – изследваните лица се разпределят в 3 групи: в село – 7 изследвани лица (7% от извадката), в град – 48 изследвани лица (48 % от извадката), областен град – 45 изследвани лица (45 % от извадката), като живеещите в градовете преобладават значително (93 %)(Фигура 5).



Фигура 5. Местоживеене

Таблица 3. Разпределение на изследваните лица от двете групи по признак „местоживеене”, N=100

Признак		Населено място			
		Село	Град	Областен град	Общ брой лица
Роднини	Брой лица	6	28	22	56
	% от Роднини	10,7 %	50 %	39,3 %	
Специалисти	Брой лица	1	20	23	44
	% от Специалисти	2,3 %	45,5 %	52,3 %	
Общо	Брой лица от всички изследвани	7	48	45	100

Резултати и дискусия

По Хипотеза 1, според която се предполага, че специалистите, грижещи се за хронично болни хора в късна зряла възраст имат по-висока удовлетвореност от живота от роднините, грижещи се за хронично болни хора в късна зряла възраст, резултатите доказват различия в средната стойност по скала удовлетвореност от живота между двете групи изследвани лица.

Таблица 4. Средни стойности, стандартно отклонение по скала удовлетвореност от живота на двете групи изследвани лица „роднина” и „специалист”, N=100

	Грижа като	N	M	SD	SE
Удовлетвореност от живота	Роднина	56	22,3929	5,79240	,77404
	Специалист	44	25,8182	4,91449	,74089

Таблица 5. Резултати от T-тест за сравнение на двете групи изследвани лица „роднина” и „специалист” по признак „удовлетвореност от живота”, N=100

Удовлетвореност от живота	Levene's test for Equality of Variances		t-test for Equality Means						
	F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of Difference	
								Lower	Upper
Equal variances assumed	2,823	,096	-3,134	98	,002	-3,42532	1,09284	-5,59403	-1,25662
Equal variances not assumed			-3,197	97,388	,002	-3,42532	1,07147	-5,55180	-1,29885

COPING STRATEGIES AND LIFE SATISFACTION IN CAREGIVERS

По всяка вероятност разликата между двете групи се основава на няколко фактора. На първо място специалистите се грижат за хора в късна зряла възраст с хронични заболявания в рамките на 8 часа. Тази рамка предполага ясни времеви граници на контакта със стресора, след което остатъкът от деня се запълва с дейности и взаимоотношения по избор на специалистите. От своя страна, грижите на роднините за възрастния човек от семейството е с ненормирани граници. Голяма част от изследваните лица от група „Роднини“ съжителстват с болния и са на негово разположение 24 часа дневно, седем дни в седмицата. При тях няма ясна граница между ангажимент към нуждаещия се и личното свободно време. По време на изследването голяма част от роднините споделиха, че даже и когато не са физически при болния, продължават да мислят за него и са под напрежение и в тревожни мисли за близкия си. Дори и да не делят едно жилище с въпросния човек, грижещите се роднини доверяват, че дори и вечер сънят им е непълноценен поради очакването „нещо лошо“ да се случи и да получат обаждане от възрастния човек.

Освен разликата във времето, прекарано с болния, двете групи се различават и по възприемането на грижите. За група „Специалисти“ макар да осъществяват емоционална връзка и близки взаимоотношения с потребителя на услугата „Грижа в дома“, за тях това е пациент и отношенията са терапевтични и работни. Един специалист на 8 часа по програмата посещава 4 души ежедневно, общо 19 човека за седмицата (тъй като в конкретния район „Северен“ в гр. Пловдив в петък има оперативка и за разлика от останалите дни по график има трима, а не четирима потребителя за деня). Голяма част от специалистите споделиха по време на изследването, че макар да съчувстват на потребителите, да влизат в размисли за смъртта и предстоящата късна зряла възраст (за някои в доста далечно бъдеще), също така изпитват удовлетворение, че помагат и се чувстват пълноценни и добри в чисто човешки план. Стресиращите мисли и напрежение според техните думи са по-интензивни по време на работния ден, макар да се улавят периодично да мислят за някои от потребителите и тяхната съдба и в свободното си време.

За група „Роднини“ грижата се преживява по коренно различен начин. Освен че те нямат нормирано време, в което са с болния и друго, в което сами избират дейностите си, те също така имат и различна емоционална връзка с него. Кръвната връзка, общите спомени, както и много други фактори водят до много по-интензивно преживяване на

стреса и дистреса от страна на роднините. Ако специалистите в един момент решат, че искат да сменят полето на изява и да започнат да работят в друга сфера или с друг възрастов и клиентски профил, те могат да го направят с много по-малък емоционален дискомфорт за разлика от роднините. Голяма част от изследваните от група „Роднини“ се грижат за свой родител или друг близък роднина. Те възприемат грижата като отговорност и дълг и споделят, че макар това да им носи много негативи, тревожност, малко време за себе си, напрежение, ограничени социални контакти, така ще бъде от тук нататък до края на живота на човека, за когото се грижат. Оттук идва и голямата разлика в преживяванията на двете групи – за едните (специалистите) е въпрос на избор да работят с този профил хора и са свободни ако напрежението и стресът им дойде в повече, да напуснат и променят. Другата група обаче, преживява ситуацията като константна за дълъг период от време и усещат по-скоро тежестта, а не толкова удовлетворение в чисто човешки план.

По хипотеза 2. Получените резултатите показват, че в изследваната група лица (роднини и специалисти грижещи се за хронично болни хора в късна зряла възраст) се наблюдават правопрпорционални статистически значими връзки между някои проблемно фокусирани копинги и удовлетвореността от живота и обратнопропорционални между някои емоционално-фокусирани копинги и удовлетвореност от живота. Това означава, че хипотезата се доказва или проблемно-фокусираните стратегии корелират правопрпорционално с удовлетвореността от живота, а емоционално-фокусираните стратегии показват обратнопропорционални корелации с удовлетвореността от живота.

Използването на стратегия **Активно справяне** има пряка връзка с по-висока **удовлетвореност от живота** при изследваните лица. Корелацията е статистически значима и позитивна $r(98) = 0,246, p < 0,05$. Това потвърждава хипотезата на изследването и има своето логично обяснение. Използвайки тази стратегия, човек изгражда чувството, че контролира ситуацията, въпреки промените и проблемите, с които се сблъсква, той променя целите и оценките си съответствие с настъпилите и настъпващите промени. Този тип включва активен ангажимент в проблемната сфера, предизвикателства и стресори, както и прилагането на активни методи и търсене на решения, поемане на отговорности. Тази активност връща контрола в ръцете на грижещия се и той придобива усещането за възвръщането на вътрешната стабилност и усещането за справяне, а това от своя страна

COPING STRATEGIES AND LIFE SATISFACTION IN CAREGIVERS

подобрява емоционалното му и психическо състояние. Активно преодолявайки различни препятствия решавайки проблеми, свързани с обгрижването на човек в късна зряла възраст, кара грижещите се специалисти и роднини да чувстват все по-компетентни и уверени в собствените си сили. Тази опитност подхранва убеждението им, че могат да влияят на собствения си живот и да се справят успешно с трудностите.

Освен това, Активното справяне като копинг стратегия обикновено води и до подобри социални взаимоотношения. Хората, които се ангажират с проблемите си, често търсят подкрепа от други и са склонни да предлагат подкрепа във връзка с проблемите на близките на свои приятели. Такива взаимоотношения създават по-силна социална мрежа, която е свързана с подобро чувство за общност и принадлежност.

От друга страна, стратегията Активно справяне може да помогне и за по-ефективно управление на емоциите. Причината е, че когато хората насочват енергията и съзнанието си към решаване на текущите проблеми, има по-голяма вероятност да намалят или избегнат чувството за безпомощност и отчаяние, респективно да се чувстват по-удовлетворени от живота си.

Като обобщение на позитивния ефект от използването на копинг стратегия Активно справяне върху удовлетвореността от живота мога да твърдя, че лицата, които я използват създават възможности за развитие на лични умения, подобряване на социалните взаимоотношения и ефективно управление на емоциите.

От анализа на резултатите на настоящото изследване става ясно, че друга проблемно-фокусирана копинг стратегия е положително свързана с **удовлетвореността от живота** на роднини и специалисти, полагащи грижи за хора в късна зряла възраст с хронично заболяване е **Планирането** $r(98) = 0,207, p < 0,05$. Планирането като копинг стратегия за справяне със стреса предоставя значителни психологически и емоционални ползи, които могат да допринесат за по-голяма удовлетвореност от живота. Тя е доста подобна на стратегия Активно справяне, даже можем да определим Планиране като подготвителна за Активно справяне. Този подход не само предоставя рамка за ефективно управление на стресови ситуации, но и създава база за лично развитие, подобряване на емоционалната устойчивост и постигане на по-високо ниво на благосъстояние.

Важен аспект на Планирането като стратегия за справяне със стреса от грижата за болен човек в късна зряла възраст е възможността за предварителна подготовка за

предстоящи предизвикателства. Плановете дават структура и яснота относно това как да се справим с трудни ситуации, като предоставят широк обзор и оценка на възможни алтернативи. Този процес на предварително планиране създава чувство на контрол, което е от съществено значение за управление на стреса.

Също така, Планирането като стратегия може да допринесе за развитието на лични умения и ресурси, които се използват при справяне с трудности. Процесът на анализиране на ситуации, определяне на цели и създаване на конкретни стъпки за постигането им създава възможности за по-добър и балансиран живот при грижа за възрастен човек от страна на грижещия се роднина или специалист. Този аспект на Планирането може да допринесе за по-широко позитивно възприятие за личната компетентност и способността за преодоляване на ежедневните предизвикателства.

Освен това, процесът на Планиране може да помогне за управлението на времето и ресурсите по по-ефективен начин, като предотвратява прегарянето и изпадането в чувство на безпомощност. Този аспект на стратегията подчертава важността на организацията и разпределението на усилията, което може да има положителен ефект върху общата житейска удовлетвореност на двете групи изследвани лица в настоящата работа – „Роднини“ и „Специалисти“.

Планирането като копинг стратегия не само предоставя индивидуални ползи, но може да подпомогне и социалната интеграция. Споделянето на планове и стратегии с други хора може да създаде възможности за подкрепа сътрудничество и обмен на идеи. Този социален аспект на стратегия Планиране укрепва междуличностните връзки и допринася за създаване на подкрепяща общност.

Обобщено казано, Планирането като копинг стратегия предоставя обширни ползи за психологическото благосъстояние и удовлетвореност от живота при грижа за хронично болен човек в късна зряла възраст. Този подход не само помага за ефективното справяне със стреса, но и подкрепя личния и социален растеж, което води в крайна сметка до пълноценно и удовлетворително ежедневие и за двете групи изследвани лица – „Роднини“ и „Специалисти“.

Позитивно преосмисляне има статистически значима корелация с **удовлетвореността от живота** $r(98) = 0,371, p < 0,05$. Използването на тази стратегия подпомага преоткриването на положителните аспекти в стресовите ситуации каквато е

COPING STRATEGIES AND LIFE SATISFACTION IN CAREGIVERS

грижата за болен човек като роднина или специалист. Това може да се осъществи чрез търсене на смисъл и усещане за личен растеж дори в трудните моменти. Тази копинг стратегия помага на грижещите се да видят предизвикателствата като възможности за учене и развитие и това подпомага адаптацията им към стресовия период. Преосмисляйки негативните събития в по-позитивен контекст, индивидите често изпитват подобрение и в емоционалното си състояние, намаляват негативните емоции, подобрява се настроението, което логично води и до по-голяма удовлетвореност от живота.

Позитивното преосмисляне като стратегия насърчава използването на адаптивни когнитивни стратегии като „постигане на баланс“. Това включва придаване на по-реалистична и балансирана оценка на ситуацията, като се избягват крайно негативните и засилени съдържания. Този баланс помага на грижещите се да си изградят по-позитивен и устойчив ментален образ.

Когато грижещите се – роднини и специалисти – прилагат Позитивно преосмисляне като стратегия това може да доведе и до промяна във психофизиологията им. Промяната в когнитивните процеси често се отразява и на нивото на хормоните на стреса и нервната система, което подпомага общата устойчивост на организма.

Позитивното преосмисляне предоставя комплексен механизъм за поддържане и подобряване на удовлетвореността от живота при грижата за болен човек сочат данните от настоящото изследване. Чрез възприемане на предизвикателствата като възможности за растеж и развитие, грижещите се създават по-положителен вътрешен свят и постигат по-здравословен баланс във връзка с грижата за другите и себе си. Този процес оказва влияние върху когнитивните, емоционални, социални и физиологични аспекти на индивида, което в цялост допринася за подобрение качеството на живот в контекста на грижата за болен човек в късна зряла възраст.

Следващата копинг стратегия, по която се разкриват статистически значими връзки с **удовлетвореността от живота** е **Фокусиране върху емоциите**. Анализът на резултатите показва **обратнопропорционална корелация** между двете променливи при изследваните роднини и специалисти грижещи се за хронично болен човек в късна зряла възраст, $r(98) = -0,250, p < 0,05$. Фокусирането прекомерно върху емоциите може да доведе до интензивно емоционално натоварване, а в същото време до липса на действия за активно справяне със стресиращата ситуация. Безкрайните емоционални

предизвикателства, свързани с грижата за болен човек в късна зряла възраст, страхът от загубата му, мислите за собствената смърт и собствената късна зряла възраст могат да доведат до умора и прегаряне, а това от своя страна до намаляване на степента на удовлетвореност от живота.

Фокусирането върху емоциите като копинг стратегия може да доведе и до изолация и изключване от социални взаимодействия на грижещия се с другите. Затваряйки се в света на своите емоции, роднините и специалистите неусетно, а понякога и съвсем съзнателно се отдалечават от подкрепящата социална среда. Този процес влошава социалните взаимоотношения и увеличава усещането за самота, т. е. лицата не покриват тази базова човешка потребност от включеност в обществото.

Физиологичните последици, които следват Фокусираната върху емоциите копинг стратегия също са негативни. Повишеното ниво на стресови хормони влияе активно негативно върху имунната система и увеличава риска от различни сериозни заболявания. Непрекъснатият фокус върху емоциите може да доведе до емоционална изтощеност и депресивни състояния, които да протрахират, а оттам и неминуемо спада удовлетвореността от живота.

Въпреки че емоциите са важен част от живота на всеки един индивид, прекомерното фокусиране върху тях като копинг стратегия при грижа за болен възрастен човек видно от настоящото изследване намалява удовлетвореността от живота. Преосмислянето на подхода към емоциите макар и прилагането на по-балансиран подход, включващ когнитивни и поведенчески стратегии, може да се окаже по-полезно и балансиращо както физическото, така и психичното здраве на грижещите се роднини и специалисти.

Последната копинг стратегия, по която се открива корелация с **удовлетвореността от живота** е **Поведенческа дезангажираност**. Резултатите показват **обратнопропорционална статистически значима** корелация $r(98) = -0,417, p < 0,05$. Тази стратегия за справяне е начин за бягство от реалната ситуация и придава на лицето, което я използва усещане за невъзможност за справяне със стресора. Индивидът се оттегля от ангажименти и активности, които го стресират или предизвикват негативни емоции. Този вид стратегия може да предостави краткотрайно облекчение. Дългосрочното ѝ прилагане обаче, често води до намаляване на удовлетвореността от живота, точно

COPING STRATEGIES AND LIFE SATISFACTION IN CAREGIVERS

резултатът, който наблюдаваме и в настоящото изследване.

Поведенческата дезангажираност обичайно включва оттегляне от социални, професионални и дейности за отмора и почивка. Това от своя страна води до ограничаване на възможностите за положителни и задоволителни преживявания. Индивидът може да се изолира от подкрепящата социална среда и да ограничи възможностите си за лично развитие и самоактуализация, което респективно намалява усещането му за благоденствие. Това поведение може да допринесе за развитие на депресивни състояния, общо чувство на безпомощност и загуба на житейски смисъл. Когато индивидът прилага Поведенческа дезангажираност като копинг стратегия за справяне със стреса при грижа за хронично болен човек в късна зряла възраст, това води до стагнация в професионалния, личен и социален живот, което носи на самия индивид усещане за заседналост и липса на удовлетвореност.

Оттеглянето от отговорности и ангажименти може да доведе и до влошаване на грижите за нуждите на болния възрастен, което в крайна сметка да се върне като бумеранг като чувство за неудовлетвореност и вина върху полагащия грижи роднина или специалист.

Заклучение

Резултатите от изследването имат важни практически и теоретични последици за разбирането и подобряването на качеството на живот на грижещите се за болни в късна зряла възраст. Подчертава се необходимостта от развитие и насърчаване на активни стратегии за справяне със стреса, както и подкрепата за тези, които се грижат за хронично болни членове на семейството. Освен това, изследването придобива нови познания за връзката между ролята на грижещия и неговата удовлетвореност от живота, което може да бъде от полза при формулирането на бъдещи програми за подкрепа и интервенции.

Обобщавайки, настоящото изследване предоставя ценни данни за разбирането на динамиката на копинг стратегиите при грижите за хронично болни в късна зряла възраст и техния ефект върху удовлетвореността от живота. Получените резултати не само потвърждават предварителни теоретични предположения, но и предоставят основа за бъдещи изследвания и практически интервенции в областта на грижите за възрастни.

Ограничения на изследването и бъдеща перспектива

Сред ограниченията на изследването трябва да се вземе предвид на първо място малката извадка изследвани лица, освен това групата на „роднините” и на „специалистите” са с различен и твърде малък брой участници. Личният контакт с изследваните и индивидуалната покана за включване в изследването са от изключително значение, което подпомогна съзнателното и коректно попълване на въпросниците. Резултатите дават основание да бъдат продължени изследванията по тази тематика, което би могло да подпомогне разгръщането на програми към Агенция Социално-подпомагане, подкрепящи роднини грижещи се своите хронично болни, както и би могло да бъде тема за обучения на здравните специалисти по отношение на опознаването на собствените стратегии за справяне със стреса и удовлетвореността от живота.

References:

- Angelova, N. (2019). *Strategii za spravyane sŭs stresa*. [Strategies for coping with stress.] Publishing House of BAS "Prof. Marin Drinov".
- Angelova, S. (2021). *Lichnost, blagopoluchie i psikhichno zdrave. Avtoreferat*. [Personality, Well-Being And Mental Health. Abstract] Plovdiv university "Paisiy Hilendarski".
- Bakratcheva, (2020). *Proaktiven maijndfulness – patishta kam psihichno blagopoluchie i protsaftyavane*. [Proactive Mindfulness - Pathways to Mental Well-Being and Prosperity] University Publishing House ST. Kliment Ohridski
- Campbell and Martin-Matthews, 2000; Campbell, L. D., & Martin-Matthews, A. (2000). Caring sons: Exploring men's involvement in filial care. *Canadian Journal on Aging/La Revue Canadienne du Vieillissement*, 19(1), 57-79.
- Cannon, 1932, Cannon, W. B. (1932). *The wisdom of the body* (2nd ed.). W. W. Norton & Co.
- Diener, E. & Seligman, M. E. P. (2004). Beyond money: Toward an economy of wellbeing. *Psychological Science in the Public Interest*, 5(1), 1–31.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75.
- Dimitrova, A. (2022). *Optimizam i pesimizam v ogledaloto na udovletvorenostta ot zhivota. Avtoreferat* [Optimism and Pessimism in the Mirror of Life Satisfaction. Abstract]. Sofia University ST. Kliment Ohridski.

COPING STRATEGIES AND LIFE SATISFACTION IN CAREGIVERS

- Garvanova, M. (2011). *Osnovni zhizneni celi, udovletvorenost ot zhivota i cennostna kriza pri balgarski studenti (sravnitelen podhod)*. [Main life goals, life satisfaction and value crisis in Bulgarian students (Comparative approach)]. *Bulgarian Journal of Psychology*, 3-4, 77-84.
- Dilworth-Anderson, P., Goodwin, P. Y., & Williams, S. W. (2004). Can culture help explain the physical health effects of caregiving over time among African American caregivers?. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 59(3), S138-S145.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34–43. retrieved from: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Diener, E. & Emmons, R. A. (1985). The independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 1105–1117.
- Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 839-852.
- Family Caregiver Alliance. (2002). *About Family Caregiver Alliance*. National Center on Caregiving. www.caregiver.org
- Gatz, M., Bengtson, V. L., & Blum, M. J. (1990). Caregiving families. *Handbook of the psychology of aging*, 3, 404-426.
- Harris, J. C. (1998). Developmental neuropsychiatry.
- Jang et al., 2017, p. 565; Jang, S., Kim, E. S., Cao, C., Allen, T. D., Cooper, C. L., Lapierre, L. M., O'Driscoll, M. P., Sanchez, J. I., Spector, P. E., Poelmans, S. A. Y., Abarca, N., Alexandrova, M., Antoniou, A.-S., Beham, B., Brough, P., Carikci, I., Ferreiro, P., Fraile, G., Geurts, S., Kinnunen, U., Lu, C.-q., Lu, L., Moreno-Velázquez, I. F., Pagon, M., Pitariu, H., Salamatov, V., Siu, O.-l., Shima, S., Schulmeyer, M. K., Tillemann, K., Widerszal-Bazyl, M., & Woo, J. M. (2017). Measurement invariance of the Satisfaction with Life Scale across 26 countries. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 48(4), 560-576. <https://doi.org/10.1177/0022022117697844>
- Kesebir & Diener, 2008, In pursuit of happiness: Empirical answers to philosophical questions, *Association for Psychological Science* 3(2), 117-125.
- Marks, S. R., & MacDermid, S. M. (1996). Multiple roles and the self: A theory of role balance.

- Journal of Marriage and the Family*, 417-432.
- Mavrodiev, S. & Ruseva, B. (2016). Psikhometrichni kharakteristiki na metodika za otsenka na stresoustoichivost pri kandidati. [Psychometric characteristics of a methodology for assessing stress resistance in candidates]. *Journal for Military medicine LXVIII*(4).
- Nichols, L. S., & Junk, V. W. (1997). The sandwich generation: Dependency, proximity, and task assistance needs of parents. *Journal of Family and Economic Issues*, 18(3), 299–326. <https://doi.org/10.1023/A:1024978930126>
- Rusinova-Hristova, A. & Karastoyanov, G. (2000). *Psikhologichnite tipove po Karl Yung i stresat*. [Psychological types according to Carl Jung and stress]. Sofia.
- Stoyanova, C., M. Garvanova, E. Papazova (2020). Samootsenka, udovletvorenost ot zhivota i tsennosti, [Self-esteem, satisfaction with life and values]. Avangard Prima, Sofia. retrieved from [http:// SAMOOCENKA-UDOVLETVORENOST-OT-ZIVOTA-I-CENNOSTI-VPROSNICI-NA-KUPRSMIT-ZA-SAMOOCENKA-PRI-VZRASTNI-NA-DIENER-I-STRUDNICI-ZA-UDOVLETVORENOST-OT-ZIVOTA-I-NA-SVARC-ZA-CENNOSTI.pdf](http://SAMOOCENKA-UDOVLETVORENOST-OT-ZIVOTA-I-CENNOSTI-VPROSNICI-NA-KUPRSMIT-ZA-SAMOOCENKA-PRI-VZRASTNI-NA-DIENER-I-STRUDNICI-ZA-UDOVLETVORENOST-OT-ZIVOTA-I-NA-SVARC-ZA-CENNOSTI.pdf)
- Vanier Institute of the Family, (2023). retrieved from <https://vanierinstitute.ca/>



Theoretical article

АГРЕСИЯ И НАСИЛИЕ СРЕД НЕПЪЛНОЛЕТНИ ЛИЦА

AGGRESSION AND VIOLENCE AMONG MINORS

Mariana Raychova, PhD

*Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

email: mariana_kotova@abv.bg

Резюме

Агресията е форма на девиантно поведение. То е характерно за периода на юношеството, който обхваща възрастовия диапазон на непълнолетните лица. Тогава се изгражда самоличност чрез социални взаимоотношения, което е предпоставка за възникването на конфликти. От своя страна пък те водят до насилие. Насилието представлява крайна форма на агресия, чрез която се цели конфликтите да бъдат разрешени.

Ключови думи: агресия, насилие, девиантно поведение, делинквентно поведение.

Abstract

Aggression is a form of deviant behavior. It is characteristic of the period of adolescence, which covers the age range of minors. Then identity is built through social relationships, which is a prerequisite for the emergence of conflicts. In turn, they lead to violence. Violence is an extreme form of aggression, through which conflicts are aimed to be resolved.

Key words: aggression, violence, deviant behavior, delinquent behavior.

Въведение

Социално-икономическата ситуация и духовната криза в България, както и промяната в ценностната система поставят много деца и семейства в риск от извършване на противообществени прояви и престъпления. Факторите влияещи върху антисоциалното поведение са свързани с ниския жизнен стандарт, негативно отношение към нормите в обществото, незапълване на свободното време с полезни дейности, травмираща семейна среда, личностни характеристики, както и липса на образование, при лица подлежащи на задължително такова. (Krumova M., 2009)

Предвид това е необходима превантивна работа с малолетните и непълнолетните лица. Тя е насочена към възпитание, с цел елиминиране на предпоставките за извършване на деянието. Според полския криминолог А. Круковски превенцията е предделиктна – да не се извърши престъпление от лице, което до момента не е извършило такова и постделиктна за предотвратяване на рецидив. Използват се различни форми на възпитание, където е важно детето да е в центъра на работа, като се

Raychova, Mariana

зачита достойнството му, подобряват се взаимоотношенията със семейството и при необходимост се осъществява междуинституционална работа. (Osman M., 2020) Б. Скинър създава модел, наречен модификация на поведението и при който чрез поощрение на социално желателно поведение може да се промени нежелателното поведение. (Mavrodiev S., 2015)

Непълнолетни лица

Непълнолетните лица са на възраст от 14 до 18 години, обхващаща периода на юношеството. Биват наказателноотговорни и наказателнонеотговорни. За да могат да отговарят наказателно, е необходимо непълнолетните да са достигнали минимална степен на физическа, социална и умствена зрялост, като психическата подлежи на допълнително изследване. Техните правонарушения се регистрират и разглеждат от комисия за борба с противообществените прояви на малолетни и непълнолетни, с изключение на случаите, в които са осъдени по съдебен ред. (Krumova M., 2009; Mancheva R., 2017)

Пробацията е мярка, която се прилага при лица с условна присъда и такива, които са условно освободени предсрочно. Като наказателна мярка съдържа допълнителни правоограничения, служи си с методи на възпитание и при нарушението ѝ, следва по-тежко наказание. Основно се прилага при непълнолетни лица, предвид благоразположеност от обществеността към тази група и възможност за алтернативно решение от законодателството. (Colova M., 2021; Golosmanova K., 2005; Petkova I., 2005) Съществуват определени предпоставки, при които прокурорът може да прекрати предварително производство, а съда да реши да не бъде предаван непълнолетния за съдене или да не бъде осъден. Непълнолетните извършители на тежки престъпления, изтърпяват присъда лишаване от свобода в редуциран размер. (Krumova M., 2009)

„Юношеството, там където се сливат два залеза, началото на мъжа / жената и краят на детето”. – Виктор Юго (цит. по Vichkova S., Stancheva M., 2020) Така писателя, показва периода между пубертета и ранната зрялост. Според стадия на формалните операции от когнитивната възрастова периодизация на Жан Пиаже, хората в юношеска възраст започват да мислят като възрастни. (Mytafova M., 2015) Психосоциалната възрастова периодизация на Ерик Ериксън, гласи, че успешното преминаване през периода на юношеството изгражда успешна Аз-идентичност, докато тези, които не успеят, са объркани за това кои са и какво да направят със своя живот.

Юношите са в риск от проблеми, можещи да попречат на развитието им като хранителни разстройства, депресия, употреба на психоактивни вещества. Анорексията се среща най-много във възрастта между 15 и 19 години. Изследвания в САЩ, са установили, че 8,3 % от юношите са с депресия. Втората водеща причина за смърт сред тийнейджърите в Америка е самоубийството. (Sturnburg R. Yilyams Y., 2014)

Агресия

AGGRESSION AND VIOLENCE AMONG MINORS

Агресията е резултат от влиянието на семейната среда, връстниците и от масовата информация. Фрустрацията и провокацията са важни фактори на агресия. Междоличностните особености на агресора и характеристиките на обекта на агресия, като пол, раса също са от особено значение.

Психоактивните вещества – алкохол, наркотици, оказват влияние върху агресивността. (Mytafova M., 2007) Алкохолът нарушава етичните норми, улеснява решителността и агресивността, което е предпоставка за престъпно поведение. (Stankyshev T., 1964) Установено е, че алкохолът е спомогнал за 22% сексуални престъпления, 29% за нанесени побои, 58% от пожари, които са причинени с умисъл и 64% от извършването на убийство. (Kasankova P., Yankov S.)

Наблюдава се нарастваща тенденция относно злоупотребата на алкохол сред децата и юношите. (Stancheva-Popkostadinova V., 2004) Стресът и личностови особености като тревожност, депресивност, емоционална неустойчивост са рисковите фактори предразполагащи появата на алкохолизъм. (Stancheva-Popkostadinova V., 2004; Ladevig D., 2000)

➤ Видове агресия

Агресията може да се разглежда и като да вървиш към целта, но под нея се разбира всяко поведение, носещо вреда на друго същество. Агресивността е устойчиво враждебно поведение. За Зигмунд Фройд, агресията е влечение към разрушението. Тя бива ориентирана навътре, чрез самонаказание, суицид или навън под формата на открита враждебност и сублимация.

Конрад Лоренц, смята, че агресията е вградена в психиката и се проявява дори без заплаха, спонтанно, с цел възстановяване на вътрешното равновесие. (Yankylova I., 2016)

Агресията е поведение, което цели да причини вреда на друг човек. Според А. Бъс, тя бива физическа и вербална, активна или пасивна и директна и индиректна. Физическата са всички действия и заплахите, които са свързани с физическа вреда, като блъскане, ритане, удряне и други. Вербалната от своя страна е свързана с обиди, подиграване, осмиване. Според Легерспец и Бюрковиц индиректната агресия е социална манипулация, при която се манипулират другите, които да атакуват жертвата, вместо агресорът. През последните години силно нараства, киберагресията сред юношите, която представлява нанасяне на вреда чрез електронните средства и социалните мрежи. (Kalchev P., 2012)

Според П. Калчев тормозът представлява враждебна, злонамерена агресия, прилагана систематично от един индивид или група върху друг, използвайки сила. Често срещан е в училищна среда. (Dimitrova E., 2007)

Автоагресията се характеризира с поведение, което е себеувреждащо и може да стигне до суицид. (Eyubova S., 2020) Основните симптоми за автоагресия могат да бъдат заекване, тикове, нощна напикаване, трихотиломания, гризане на нокти, в тийнейджърска възраст – блъскане на главата в стената, рязане по тялото, хранителни разстройства. (Manova M., 2023)

Девиантното поведение е характерно в периода на социална идентификация, а именно юношеството, където по-сложните социални взаимоотношения са предпоставка за възникването на конфликти. То е стереотип на поведение и не води до наказателна отговорност с изключение на делинквентността. Г. Петков структурира стъпаловидно отклоненията в поведението:

-Аморално поведение – представлява несъответствие между обществените изисквания и поведението на лицето. Свързано е с емоционални прояви и суициди.

-Асоциално поведение – свързано е с опозиция и демонстрация, касаеща незначително на законовите норми, като обикновено са под влияние на групата и рискът е осъзнат.

-Противообществено поведение – нарушения на правните норми, членувайки в криминализирани групи и спазвайки строги изисквания. Биват хулиганство, побоища, кражби.

-Делинквентно поведение – представлява престъпно поведение, характерно за юношите, които имат рецидивизиращи противообществени прояви и са напълно осъзнати.

За децата над 13 годишна възраст са характерни хулиганските и вандалски прояви, физическо насилие, употреба и разпространение на психоактивни вещества, както и убийства или суициди. Обикновено лицата, извършващи престъпления, имат регистрация на правонарушители, като малолетни или непълнолетни. (Mancheva R., 2017)

Насилие

Личностните особености са от значение за прибегването към насилие, а именно наличието на невротични или психопатни личностни черти. (Stoichev N., 2016) Изследвания при извършители на насилствени престъпления сочат, че за формиране на личността особено влияние оказва семейната среда в детските години. Емпирични изследвания показват, че извършителите на убийства са повлияни от преживяване на емоционално отхвърляне и физическо малтретиране в детството. (Stoichev N., 2005)

С. Форуърд и Кр. Бък определят общо пет семейни модели, които травмирят и нарушават личностното развитие на детето, а именно: неадекватни и властни родители, алкохолици, словесни, физически и сексуални насилници. Неадекватните родители са насочени към себе си и прехвърлят отговорностите на детето, като ролите родител-дете се разменят, което води до липса на сигурност при детето. Властните родители контролират живота на детето си, чрез манипулация, като ги правят зависими, по този начин у детето се формира неустойчив Аз-образ, ниска самооценка, ревност и враждебност. Родителите алкохолици саморазрушават себе си чрез алкохола, като детето е бремe за тях и го negliжират. Като резултат от липсата на обич и модела, който наблюдава, пораствайки детето става плахо и неуверено, намира партньор, като родителя и е потенциална жертва. Родителите, които системно обиждат децата си, развиват в тях ниско самочувствие, което ги кара да преследват успеха на всяка цена. Физическите насилници, като родители формират у децата агресивна нагласа, те имитират модела на

AGGRESSION AND VIOLENCE AMONG MINORS

поведение и са импулсивни. Сексуалното насилие от родител, прави детето срамежливо, формира хронично депресивно настроение и чувство за вина. (Stoichev N., 2016)

Голямо влияние върху непълнолетните, оказват неформалните групи и общуването с криминално проявени лица. (Colova M., 2021)

➤ Акцентуации на характера, предпоставка за криминално поведение

-Хистерична личност – характеризира се с емоционална лабилност, използва манипулация, конкурира се и търси възможност да удовлетвори желанията си. Избухват внезапно и могат да бъдат отмъстителни.

-Нарцистична личност – липсва чувствителност към другите, в центъра е собствената личност, те са силно егоцентрирани и желаят възхищение, стремят се към власт.

-Параноидна личност – силно подозрителна и недоверчива, чувствителна по отношение на критика, биват потайни. При заплахата, са агресивни.

-Шизоидна личност – самодостатъчна, липсва емпатия, силна ревност, общуват чрез агресия. (Stoichev N., 2016)

➤ Видове насилствени престъпления

Ханс фон Хетинг пръв изследва вандализма, като според него тази проява е стремеж за безсмислено унищожение. При вандалските прояви на юношите, според Фройд лежи нагонът за разрушение. Те се стремят, чрез тях да привлекат внимание или да се утвърдят в дадена група. (Dimitrova E., 2007)

Кражбите и грабежите са най-разпространи сред непълнолетните. Грабежите се извършват от хора на възраст между 17 и 23 години, проявяващи склонност да решат конфликтите си с насилие. (Stoichev N., 2005)

От престъпленията против личността са характерни блудствени действия и изнасилвания. (Andonova G., Vasileva N., 2018) Сексуалните престъпления имат социален характер, като чрез агресия, пренебрегваща достойнството на жертвата, извършителят утвърждава своята личност и достойнство. Насилникът пренебрегва страданията на насилвания и последствията от своето деяние. (Trifonova K., 2006) Характерно е установяването на тотален контрол над жертвите, чрез заплахи, побой, внушаване на страх. (Stoichev N., 2016)

Чрез извършването на убийство, личността се чувства силна и утвърдена. Наблюдава се силна враждебност към другите, в следствие на ниска самооценка. Често убиецът е бил жертва на насилие в детството си. (Stoichev N., 2016)

➤ Жертви

Жертвите най-общо се делят на виктимизирани и виктимизиращи, като виктимизираните са плахи и неуверени, а виктимизиращите, са упражнявали агресия върху насилника и предизвикват поведението му.

Жертвата, като фактор, който влияе на престъплението, от Бафия е диференцирана на: пасивно податлива жертва – при която личностните качества на жертвата подтикват насилника; резултат от конфликт – жертвата предизвиква чрез поведението си;

Raychova, Mariana

зависимост между насилник и жертва – жертвата е фрустратор, наблюдава се при ревниви съпрузи или парични сделки; предизвикващи дадено поведение от насилени – склоняване към престъпление, изнудване.

В зависимост от степента на рисковност биват: ниско, умерено и високо рискови жертви. Ниско рисковите са голямата част от населението, които не са криминално застрашени. Умерено рисковите обикновено с поведението си се поставят в риск, като работят на смени, живеят сами и така нататък. Високо рисковите жертви изцяло живеят в криминогенна среда.

Криминалната практика, сочи, че извършителят е асоциирал жертвата, като стресов фактор. (Stoichev N., 2005)

Някои жертви могат да развият посттравматичното стресово разстройство, като отговор на минало събитие, което е причинило дълбок дистрес. Преживява се под формата на сънища и кошмари, напомнящи случилото се. Може да се отключи при хора, при които е нарушено чувството за безопасност. (Radoslavova M., 2005)

Заклучение

Агресията и насилието при непълнолетни лица се наблюдават, под различни форми – тормоз, вандализъм, кражби, сексуално насилие, убийство и други. Предвид това, са разработени модели за превенция и корекция. Основно с непълнолетните извършители на престъпления се ангажира комисията за противообществени прояви на малолетни и непълнолетни, които прилагат различни мерки за възпитание и наказание. По отношение на тази възрастова група, правосъдието е благосклонно, с изключение на крайни и тежки престъпления, в които е необходимо да се приложи осъдителна присъда от съда, която обикновено е по-краткотрайна, в сравнение с пълнолетните лица.

Актовете на агресия или насилственото поведение в тази възраст са резултат от ниска самооценка и невъзможност за успешна идентификация. Личностните характеристики, също са предпоставка за насилие. Стресът и тревожността са основополагащ фактор за проява на гнева, в следствие, на който е агресивното поведение. Силно влияние оказва средата, в която личността е отгледана като дете, както и обкръжаващият я приятелски кръг.

References

- Andonova G., Vasileva N. (2018) Alternativni metodi I sredstva za vuzdeistvie sprqmo nepulnoletni izvurshiteli na prestupleniq. [ALTERNATIVE METHODS AND MEANS OF IMPACT ON JUVENILE OFFENDERS.] Law, Politics, Administration. Downloaded in May 2024 from: file:///C:/Users/probook/Downloads/alternative-methods-and-means-of-impact-on-juvenile-offenders_Content_20File-PDF%20(1).pdf
- Colova M. (2021) Aspekti na rabota s osudeni lica. [Aspects of work with convicted persons.] Sofia: Publishing House of BAS "Prof. Marin Drinov"
- Dimitrova E. (2007) Psihologicheska misul: Vruzkata mejdy vutregrypovata I izvugrypovata agresivnost pri evoluciqta na trudniq ychenicheski klas. [Psychological thought: The

AGGRESSION AND VIOLENCE AMONG MINORS

relationship between ingroup and outgroup aggression in the evolution of a difficult student class.] Blagoevgrad: University Publishing House "Neofit Rilski"

Eyubova S. (2020) Spektur na avtoagresiqta v unoshestvoto. [Spectrum of autoaggression in adolescence.] Annual of Konstantin Preslavsky University of Shumen. Downloaded in May 2024 from: [file:///C:/Users/probook/Downloads/spectrum-of-autoaggression-in-adolescence_Content_20File-PDF%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/probook/Downloads/spectrum-of-autoaggression-in-adolescence_Content_20File-PDF%20(1).pdf)

Golosmanova K. (2005) Yslovno osujdane I nakazatelna otgovornost na nepulnoletnite lica. [Conditional conviction and criminal liability of minors.] Law Journal of New Bulgarian University. Downloaded in May 2024 from: [file:///C:/Users/probook/Downloads/conditional-conviction-and-criminal-liability-of-minors_Content_20File-PDF%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/probook/Downloads/conditional-conviction-and-criminal-liability-of-minors_Content_20File-PDF%20(1).pdf)

Kalchev P. (2012) Ska.a za agresiq I viktimizaci q na vrustnicite. [Peer Aggression and Victimization Scale.] Sofia: "East-West"

Kasankova P., Yankov P. Lichnostni determinant pri razvitiето na zavisimosti v iunosheska vuzrast. [Personality determinants in the development of addictions in adolescence.] Plovdiv: Medical University. Downloaded in May 2021 https://medcollege-plovdiv.org/UserFiles/HTMLEditor/Docs/Research_Activity/Scientific_session_2017/Obshtestveno_zdrave/Lichnostni%20determinanti%20pri%20razvitie%20na%20zavisimost%20v%20iunoscheka%20vuzrast.pdf

Krumova M. (2009) Nakazatelna otgovornost, nakazani q I merki, prilagani po otnoshenie na maloletni I nepulnoletni v bulgarskoto zakonodatelstvo. [Criminal liability, punishments and measures applied to minors in Bulgarian and European legislation.] Law Journal of New Bulgarian University Location. Downloaded in May 2024 from: [file:///C:/Users/probook/Downloads/criminal-liability-punishments-and-measures-applied-to-minors-in-bulgarian-and-european-legislation_Content_20File-PDF%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/probook/Downloads/criminal-liability-punishments-and-measures-applied-to-minors-in-bulgarian-and-european-legislation_Content_20File-PDF%20(1).pdf)

Ladevig D. (2000). Narkomaniite. [Drug addictions.] Sofia: LIK Publishing House.

Mavrodiev S. (2015) Istori q na psihologiyata. [History of Psychology.] Blagoevgrad: University Publishing House "Neofit Rilski"

Manova M/(2023) Efektivnite roditeli. [Effective parents.] Sofia: Ciela Norma AD

Mancheva R. (2017) Diagnostika na lichnosta s deviantno povedenie. [Diagnosis of the personality with deviant behavior.] Blagoevgrad: Publishing House "Neofit Rilski,,

Mytafova M.. (2007) Samopoznaniето v obuchenieto na talantlivi student [Self-awareness in the education of gifted students.] Blagoevgrad: University Publishing House "Neofit Rilski"

Mytafova M. (2015) Vuprosi na vuzrastovata I nedagogicheska psihologiya. [Questions of age and pedagogical psychology.] Blagoevgrad: University Publishing House "Neofit Rilski"

Osman M. (2020) Socialno-pedagogicheska deinost za prevencia na prestupnost pri maloletni i nepulnoletni deca. [Socio-pedagogical activity for crime prevention in minors and minors] Annual of Konstantin Preslavsky University of Shumen. Faculty of Education. Downloaded in May 2024 from: [file:///C:/Users/probook/Downloads/socio-pedagogical-activity-for-crime-prevention-in-minors-and-minors_Content_20File-PDF%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/probook/Downloads/socio-pedagogical-activity-for-crime-prevention-in-minors-and-minors_Content_20File-PDF%20(1).pdf)

- Petkova I. (2005) Yslovno osujdana na nepulnoletni lica. [Conditional sentencing of minors.] Law Journal of New Bulgarian University. Downloaded in May 2024 from: [file:///C:/Users/probook/Downloads/conditional-sentencing-of-minors_Content_20File-PDF%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/probook/Downloads/conditional-sentencing-of-minors_Content_20File-PDF%20(1).pdf)
- Radoslavova M. (2005) Metodi za psihodiagnostika [Psychodiagnostic methods.] Sofia: PANDORA PRIM Publishing House
- Stankyshev T. (1964) Alkoholizum i prestupnost. [Alcoholism and crime.] Sofia: "Medicine and Physical Education"
- Stoichev N. (2005) Psihologichno profilirane na izvurshiteli na ybiistvo. [Psychological profiling of perpetrators of murder.] Sofia: Paradigm
- Stoichev N. (2016) Nasiliето. [The violence.] Sofia: Book Publishing House "Trud"
- Sturnburg R. Yilyams Y. (2014) Pedagogicheska psihologiya. [Educational Psychology.] Sofia: "East-West"
- Stancheva-Popkostadinova V. (2004) Psihohigiena i psihoprofilaktika. [Psychohygiene and psychoprophylaxis.] Blagoevgrad: "Neofit Rilski" University Publishing House.
- Trifonova K. (2006) Lichnostno-psihologicheski osobenosti na izvurshiteli na iznasilvaniq. [Personal - psychological characteristics of the perpetrators of rape. Young people on the threshold of psychology.] Blagoevgrad: University Publishing House "Neofit Rilski"
- Yankylova I. (2016) Pedagogicheska psihologiq. [Educational Psychology.] Sofia: Paradigm
- Vichkova S., Stancheva M. (2020) Krizata na unochestvoto. [The crisis of the adolescence.] Annual of Konstantin Preslavsky University of Shumen. Downloaded in May 2024 from: [file:///C:/Users/probook/Downloads/the-crisis-of-the-adolescence_Content_20File-PDF%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/probook/Downloads/the-crisis-of-the-adolescence_Content_20File-PDF%20(1).pdf)



Theoretical article

МОТИВАЦИЯ И ИНТЕГРИТЕТ НА РАБОТНОТО МЯСТО – СЪВРЕМЕННИ МЕТОДИ ЗА ИЗСЛЕДВАНЕ

MOTIVATION AND INTEGRITY IN THE WORKPLACE – MODERN RESEARCH METHODS

Daniel Angelov Genkov, PhD student

Department of Psychology, South-West University "Neofit Rilski" Blagoevgrad

Email: genkov@assess.bg

Резюме

В настоящата публикация се обръща внимание на влиянието на глобалните кризи върху поведението, мотивацията и лоялността на служителите в различните организации. Представени са основни теории за мотивацията и потребностите, след което се поставя акцент върху съвременните техники, свързани с детекцията на измамното поведение, използвани както от частните компании, така и от държавните институции при изследване лоялността и интегритета на своите служители и кандидати.

Ключови думи: *Мотивация, интегритет, лоялност, EyeDetect+, полиграф.*

ABSTRACT

This publication focuses on the impact of global crises on the behavior, motivation and loyalty of employees in different organizations. Basic theories of motivation and needs are presented, followed by an emphasis on modern techniques related to the detection of fraudulent behavior used by both private companies and government institutions in investigating the loyalty and integrity of their employees and job candidates.

Key words: *Motivation, integrity, loyalty, EyeDetect +, polygraph.*

Genkov, Daniel

С настъпването на коронавирусната пандемия през 2020 година, светът навлезе в серия от прогресивни кризи, които доведоха до необратими последици както за икономическия статут на държавите, така и за живота, прехраната и психо-емоционалното състояние на хората. Като начало, икономическите последици от кризата с COVID 19, принуди много собственици на малък и среден бизнес да обявят фалит и да затворят своите компании. Това доведе до масова несигурност в препитанието и начина на живот. В същото време, големите корпорации претърпяха съществени „трусове“ и бяха изправени пред неочаквани предизвикателства в справянето с проблеми, възникнали в различни области на тяхната работа.

Сфери като здравеопазване, енергетика, производство, търговия, туризъм, ресторантьорство и др., пострадаха и много служители напуснаха своите работни места поради изменения в трудовото възнаграждение, трудовият капацитет, напрежение, промяна в организационната динамика, а други бяха освободени от длъжност. Конкретен пример за това е здравната система, която не беше подготвена за мащабите и сериозността на вирусната вълна. Това доведе до паника за живота и здравето както на заболелите, така и на служителите на първа линия. Приоритетите и мотивацията на служителите се измениха и на дневен ред възникнаха основополагащи за ситуацията, въпроси, които ще бъдат разгледани по-нататък в публикацията.

По данни на Националния статистически институт (НСИ) (*Unemployed persons and unemployment rates - national level; statistical areas, 2023*)), коефициентът на безработица за четвъртото тримесечие на 2022 г. е 3.9% или 128.3 хил. човека, от които безработни между 15 и 64 годишна възраст са 125.5 хил., които включват:

- хора с придобита професионална квалификация – 36.9 хиляди;
- хора със средно образование – 65.7 хиляди;
- хора с висше образование – 18.7 хиляди.

Следващата криза, която настъпи бе свързана с конфликта в Украйна. Последиците за целият свят са необратими, като тежката инфлация, която засегна най-тежко слабо икономически развитите страни като България. Последваха бежанските вълни от различни части на Близкия Изток, опустошителните земетресения, които оставиха много хора без домове и без близки. Всички тези вълни от кризи преориентираха хората по отношение важността на техните потребности. Докато преди

MOTIVATION AND INTEGRITY IN THE WORKPLACE – MODERN RESEARCH METHODS

средностатистическият човек със задоволени базови потребности се стремеше към кариерно развитие в йерархичен порядък или подобряване на социалния си статус, то сега фокусът е в посока задоволяване на базовите потребности, които носят сигурност и материално-битова стабилност.

За да се разбере динамиката на психиката в конкретната ситуация, Ейбрахам Маслоу (Maslow, 1987) и неговата теория за йерархията на потребностите или т.н. пирамида на потребностите, ще даде известна яснота.

Ейбрахам Маслоу е американски психолог, който изучава мотивите на човека в неговият живот. Теорията на потребностите се разглежда в много области, включително и за мотивацията за работа. Пирамидата на Маслоу се състои от пет етапа, които се разделят на два мотива (Maslow, 1987):

- за спестяване
- за растеж

Първите три етапа – физиологични нужди, сигурност и принадлежност или както Маслоу ги нарича „потребности на дефицита“, спадат към мотива за спестяване. Този мотив работи за попълване на определени липси от жизнено значение, като храна, вода, сън, здраве, подслон, безопасност, обезпеченост, любов и семейство. Когато човек подsigури всичките тази компоненти, теорията предполага, че човек спира да мисли и да се тревожи за тях и може да започне своя растеж в йерархията към следващите два етапа – увереност и самоусъвършенстване, където мотивът е растеж (Maslow, 1965).

Като се разгледат споменатите кризи и техните последствия, може много ясно да се види как първите три етапа от пирамидата на Маслоу са разрушени или силно разклатени:

- Кризата с COVID 19 засегна здравето на хората и взе много жертви, остави много хора без работа;
- Войната в Украйна остави много хора без подслон и семейство, спомогна покачването на инфлацията и енергийната криза, това доведе до невъзможност за някои хора да си подsigурят достатъчно храна и топлина;
- Земетресенията в Турция оставиха хиляди хора без домове и без семейство.

Genkov, Daniel

Както бе споменато по-горе, когато базовите потребности не са задоволени, човек не мисли за израстване и усъвършенстване, а за спестяване и попълване на липси. Как се мотивират хората да работят, да останат на работа, да бъдат лоялни и продуктивни? Какъв би бил техният мотив?

Има много теории за мотивация на хората за труд, като например теорията на Дейв Макклелънд (McClelland, 1961). Тя има допирни точки с теорията на потребностите на Маслоу с разликата, че при него ключовите мотиви са три – потребност от постижения; потребност от власт и потребност от принадлежност. За да оцени мотивационните потребности и направи „мотивационен профил“, Макклелънд използва Тематичния аперцептивен тест (ТАТ). Извадката, която ползва Макклелънд, за да докаже теорията си, в по-голямата си част е дала резултат за мотивация към постиженията. Хората с такава мотивация не са ефективни в групови дейности и екипна работа, те са по-добри в индивидуалните проекти и постигане на цели. В същото време, хора със силна потребност от принадлежност са много по-ефективни в екипната работа – да са част от цялото. А тези които не искат да са част от цялото, да ръководят, са със силна потребност от власт. Изследванията показват, че хора на ръководни позиции, като мениджъри, управители, директори, са със силна потребност от власт. Благодарение на тази теория се разработват различни стратегии за съчетаване на „мотивационните профили“ при различните служители, така че те да бъдат поставени в най-подходящата за тях среда.

Теориите на Маслоу и Макклелънд имат сходства и са ориентирани към вътрешната мотивация на човека за постигането на работни успехи. Теорията за подкреплението, обаче, е с външен мотив. Тя гласи, че поведението на служителя е мотивирано от последствията от неговата работа. Подкрепленията се разделят на три – положителни подкрепители, които са обусловени от положителни реакции, похвали, парични бонуси, ваучери. Отрицателните подкрепители засилват мотивацията да се изпълнява желателното поведение с цел да се избегнат негативни последици, като санкции или наказание. Наказанието се прилага към поведения, които се смятат за неподходящи, като превенция от тяхното повторение. Теорията приема, че подкреплението е много по-добра мотивационна техника от наказанието, защото едното спира нежелано поведение, докато другото подкрепя мотивацията за изпълнение на особено желателно поведение (Riggio, 2015).

MOTIVATION AND INTEGRITY IN THE WORKPLACE – MODERN RESEARCH METHODS

Докато фокусът на теориите за потребностите е в различията за задоволяване на вътрешните типове потребности при детерминирането на мотивацията, то при поведенчески базираните теории, като теорията за подкреплението и др., фокусът е към външните награди и резултати.

Глобалните кризи могат да изменят фокуса на мотивация за работа у хората, тъй като би следвало да се стремят да подсилят базовите си потребности, а не да израстват в йерархията. Какво се случва когато хората се чувстват недооценени или чувстват, че всичко което се случва с тях е несправедливо? Може ли да се говори за интегритет на служителите при такива условия и неудовлетвореност?

Дж. Стейси Адамс (Adams, 1965) предлага теорията за справедливостта, която гласи, че служителите са мотивирани от това да бъдат третирани справедливо и равнопоставено. В случай че служителите получават справедливо отношение, може да се очакват положителни и стабилни резултати. Обратното, ако чувстват, че с тях се отнасят несправедливо мотивацията им ще породи стратегии за справяне с несправедливостта. Това усещане идва от факта, че служителите влагат знания, умения, време, старание и енергия в работата си и очакват да имат добри резултати, като похвала, награда, парично увеличение, уважение, признание и т.н. Тъй като тази теория се базира на възприятията на хората за справедливост/несправедливост, в някои случаи служител може да „види“ несправедливост, а нея да я няма, но това не подлага на съмнение валидността на теорията. Служителите, които чувстват несправедливо отношение към себе си, се случва обикновено когато, вложеният труд е повече от очаквания резултат. Теорията гласи, че в повечето случаи служителите изпитват несправедливостта на ниското заплащане и биха се опитали да балансират ситуацията, като: понижат вложенията; увеличат резултатите, напускане на ситуацията и др. Тези мерки биха били оптимални, но има служители, които биха предприели и други мерки за балансиране на несправедливостта и те са лишени от всякакъв интегритет (Riggio, 2015).

Когато говорим за мотивация и интегритет на работното място, няма как да не обърнем внимание на проблема за удовлетвореността. Удовлетвореността от труда е един от най-важните фактори за ефективна трудова дейност в организацията (Zaimova-Tsaneva, 2017). Наличието на висока удовлетвореност може да се разглежда като съществен фактор за намаляване на текучеството в организацията и увеличаване на

Genkov, Daniel

принадлежността към нея. Удовлетвореността от труда има значима стойност и в контекста на баланса между семейството и работата (Nikolov & Zaimova-Tsaneva, 2016).

Към настоящия момент собственици на фирми, мениджъри в сферата на човешките ресурси, специалисти в подбора на персонал и психолози, насочват усилията си в нелеката задача да мотивират служителите си да работят, да са лоялни и вложеният в тях ресурс да бъде подплатен с продуктивна работа и добри резултати. Организационните психолози продължават в изследванията си по темата, внасят иновативни и проактивни методи за мотивация, организират специализирани обучения с цел удовлетвореност и за двете страни. Въпреки усилията, които се полагат в най-ценния ресурс на корпорациите – човешкият фактор, собствениците срещат много затруднения в превенцията при назначаването на своите бъдещи служители.

В помощ на работодателите идват тестовете за интегритет, които представляват инструменти за подбор на персонал, чиято основна функция е преодоляване на нечестността или контрапродуктивността (Camara & Schneider, 1994). Тези тестове включват айтеми, предназначени да оценят фактическа информация за извършени кражби, криминално минало и други „нежелани“ поведения у кандидати за определени работни позиции и/или да оценят отношението на кандидата към различни поведения, свързани с „честност-почтеност“, както и проследява за връзки с някои целеви групи като затворници или престъпници (Barret, 2001). През последното десетилетие тестването за почтеност се увеличава значително и се превръща в основна практика за подбор за голямо разнообразие от работни места, при които служителите имат достъп до пари или стоки или изпълняват функции по сигурността (Goldberg et al., 1991).

В България често използван инструмент в практиката е тестовата методика HCS Integrity Check - тест за оценка на професионалната лоялност. Това е обективен тест, който измерва индивидуалните нагласи на изследваните лица за спазване на различни социални, морални или фирмени правила. Тестът е в състояние да идентифицира кандидати за работа или служители, склонни да извършват по-дребни или големи нарушения на нормите и дисциплината. Въпросникът се базира върху теорията за моралното развитие на Л. Колбърг (Colby et al., 1983) и позволява да се правят определени връзки между контрапродуктивното поведение в работата и нивото на морална зрялост на служителя.

MOTIVATION AND INTEGRITY IN THE WORKPLACE – MODERN RESEARCH METHODS

Друг инструмент, предназначен за оценка на мотивацията, е АМІ – тест за изследване както на служители, така и на кандидати за изпълнителски и ръководни позиции в компании. АМІ (Achievement Motivation Inventory) е въпросник, който измерва мотивацията при начина на изпълнение на различни работни задачи. Обхваща 17 области, така наречените „ориентации към постижения“: Допълнителни усилия, Конкурентност, Увереност в успеха, Оказване на влияние, Желание за учене, Ангажираност, Кураж, Адаптивност, Съсредоточеност, Дългосрочни планове, Независимост, Отговорност, Постоянство, Предпочитание към трудни задачи, Продуктивност, Самодисциплина и Стремех към статус (АМІ – Achievement Motivation Inventory, 2023).

Повечето организации имат обучени специалисти, които внимателно подбират кандидатите за определени работни позиции със специфични критерии, но има теми, за които кандидатите по една или друга причина не желаят да дадат информация, тъй като се опитват да се представят благоприятно в подборната процедура и разгръщат различни користолюбиви стратегии на социално желателно поведение. Поради тази причина все повече като инструмент за детекция на измамното поведение се прилага полифизиографският метод. Основа цел на метода е да се установи наличието на евентуални нелоялни практики, злоупотреба на предходни работни места, скриване на релевантна информация, която може да се окаже противоположна за заемане на конкретната длъжност. Чрез полиграфското изследване могат да се изследват разнородни теми. Чрез специално формулирани въпроси, отговарящи на потребностите на организациите, бъдещите служители преминават полиграфско изследване в рамките на около час. Изготвените доклади дават изчерпателна информация, чрез която заявителите могат да вземат адекватно информирано решение за това дали да назначат конкретния кандидат на работа (Vladimirova & Todorov, 2020).

Използването на полиграфския метод в рамките на подборната процедура спестява много време и финансови средства на компаниите, особено днес в условията на комплексните социално-икономически кризи.

В последно време все по-голяма популярност набира най-съвременният метод за детекция на лъжата – EyeDetect+. Създаден от Converus през 2014 година, а през 2020 г. д-р Кършър започва да прави проучвания и разработва нова технология, протокол за

Genkov, Daniel

изследване, който съчетава анализа на движенията на очите с данни, които се отчитат при полиграфското изследване. През 2021 г. Converus реализира първият в света автоматизиран полиграф – EyeDetect+. Широката възможност за приложение на метода създава благоприятни предпоставки за прилагането му в разнородни сфери като охранителни компании, правителства, частни организации, разследващи служби и други (Converus, 2022).

Заклучение

Проблемът за изследването на мотивацията и интегритета на кандидатите за работа и служителите е актуален и се задълбочава с оглед на разгледаните социално-икономически кризи. Използването на различни методи в превенцията на нелоялните практики на работното място, е подходяща стратегия в краткосрочен и дългосрочен план и създава условия за извършване на периодични проверки и изследвания на персонала.

References:

Adams, J. S. (1965). Inequity in social exchange. In *Advances in experimental social psychology* (Vol. 2, pp. 267-299). Academic Press.

AMI – test za otsenka na motivatsiata [AMI- Achievement Motivation Inventory] (2023 March 9.). Assessia.

<https://assessia.com/%D0%BA%D0%B0%D1%82%D0%B0%D0%BB%D0%BE%D0%B3-%D1%82%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%B2%D0%B5/387>, (09.03.2023)

Barrett, P. (2001). Pre-employment integrity testing: Current methods, problems, and solutions. In *British Computer Society: Information Security Specialist Group Conference*. Milton. Hill, Oxford.

Bezrobotni litsa I koefitsienti za bezrobotitsa, natsionalno nivo; statisticheski raioni [Unemployed persons and unemployment rates - national level; statistical areas]. (2023, February 17). National Statistical Institute. Republic of Bulgaria. Retrieved March 13, 2023, from <https://www.nsi.bg/bg/content/3998/%D0%B1%D0%B5%D0%B7%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%BD%D0%B8-%D0%BB%D0%B8%D1%86%D0%B0-%D0%B8-%D0%BA%D0%BE%D0%B5%D1%84%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B8-%D0%BD%D0%B0-%D0%B1%D0%B5%D0%B7%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B8%D1%86%D0%B0->

MOTIVATION AND INTEGRITY IN THE WORKPLACE – MODERN RESEARCH METHODS

https://www.researchgate.net/publication/351818208_Motivation_and_Integrity_in_the_Workplace_-_Modern_Research_Methods

- Camara, W. J., & Schneider, D. L. (1994). Integrity tests: Facts and unresolved issues. *American Psychologist*, 49(2), 112.
- Colby, A., Kohlberg, L., Gibbs, J., Lieberman, M., Fischer, K., & Saltzstein, H. D. (1983). A longitudinal study of moral judgment. *Monographs of the society for research in child development*, 1-124.
- Converus. (2022, July 27). *EyeDetect+: Best Lie Detector | Converus: The eyes don't lie*. <https://converus.com/eyedetectplus/>
- Goldberg, L. R., Grenier, J. R., Guion, R. M., Sechrest, L. B., & Wing, H. (1991). Questionnaires used in the prediction of trustworthiness in pre-employment selection decisions: *An APA task force report*. Washington, DC: American Psychological Association
- Maslow, A. (1965). Self-actualization and beyond.
- Maslow, A. H. (1987). *Motivation and personality* (3rd ed.). Harper & Row Publishers
- McClelland, D. C., & Mac Clelland, D. C. (1961). *Achieving society* (Vol. 92051). Simon and Schuster.
- Nikolov, B. & Zaimova-Tsaneva, E. (2016). Pregled na problema za balansa mezhdur semeistvoto i profesionalnata rabota [An overview of the issue of work-family balance]. *Yearbook of psychology*, 7(1), 227-237.
- Riggio, R. E. (2015). *Introduction to industrial and organizational psychology*. Routledge.
- Vladimirova, V. V., & Todorov, T. B. (2020). The Essence of the Polygraph Method and its Usage in Bulgaria. In *5th International e-Conference on Studies in Humanities and Social Sciences*, Belgrade, Serbia, pp 219-224 ▪ ISBN 978-86-81294-05-5
- Zaimova-Tsaneva, E. (2017). Udovletvorenostta ot truda kato psihichen fenomen [Job satisfaction as a psychological phenomenon]. In *"PhD students in Science"*. Blagoevgrad: South-West Academy Press, 335-343



Theoretical article

ДУХОВНОСТ И ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ. ПОДХОДИ КЪМ КОНСУЛТИРАНЕТО НА ВЯРВАЩИ ХРИСТИЯНИ.

SPIRITUALITY AND MENTAL HEALTH. APPROACHES TO COUNSELING CHRISTIAN BELIEVERS.

Yordan Avramov, Ph.D. student

Department of Psychology, Faculty of Philosophy, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad

email: yordan1avramov@abv.bg

Резюме:

В публикацията се прави преглед на религиозността и духовността, и връзката с психичното здраве. Подробно са разгледани положителните и отрицателните влияния на религиозната вяра и практики върху психичното и духовно здраве. Особено внимание е обърнато на значимостта на връзката грях-болест, която може да провокира развитието на Обсесивно-компулсивно разстройство с религиозност и скрупулност или религиозна невротичност, обозначена в тази статия като духовна хипохондрия. Дадени са подробни сведения за специфичния религиозен контекст на православното християнство, но веровите принципи са общовалидни за повечето християнски конфесии. Представените описания целят да се подобри познанието за влиянията и възможността да се направи подходяща оценка на клиентите и духовния им светоглед. Дадени са насоки за работа с вярващите клиенти и отношението към религиозно-духовните ресурси в консултативния процес.

Ключови думи: духовност, религиозност, психично здраве, грях-болест, религиозна скрупулност, религиозна невротичност, религиозна хипохондрия.

Abstract: The publication reviews religiosity and spirituality, and the relationship to mental health. The positive and negative influences of religious belief and practice on mental and spiritual health are discussed in detail. Particular attention is given to the importance of the sin-sickness relationship, which can provoke the development of Obsessive Compulsive Disorder with religiosity and scrupulosity, or religious neuroticism, labeled in this article as spiritual hypochondria. Details are given of the specific religious context of Orthodox Christianity, but the religious principles are general to most Christian denominations. The descriptions presented are intended to

SPIRITUALITY AND MENTAL HEALTH. APPROACHES TO COUNSELING CHRISTIAN BELIEVERS.

enhance knowledge of influences and the ability to appropriately assess clients and their spiritual worldview. Guidelines are given for working with faith clients and the treatment of religious-spiritual resources in the counseling process.

Keywords: *spirituality, religiosity, mental health, sin-sickness, religious scrupulosity, religious neuroticism, religious hypochondria.*

Въведение

Религиозната вяра в голяма степен определя начина на живот на много хора по света и е съществена част от най-значимите екзистенциални преживявания на личността. Религиозните вярвания в съчетание с религиозните традиции формират цялостен, духовен мироглед и специфичен подход към самия процес на живота. Религиозността и духовността се радват на подновен интерес в научното пространство на психологията и психотерапията, като много християнски и религиозни практики намират място в научните изследвания или практически приложения. Въпреки това, може да се твърди, че особеностите на християнската духовност и практическото проявление на вярата, остават слабо познати от практикуващите психолози и клиницисти. Не е погрешно да се каже, че негативното мнение на Фройд и ранните психолози относно религията все още витае като ехо и се поддържа от много практики. Преброяването на населението през 2021 показва, че преобладаваща част от населението на България се самоопределят като православни християни – 2382912 души. Дори и да се допусне, че малка част от тях са активно вярващи и практикуващи своята вяра със съзнателност, пак става въпрос за огромен брой хора. Броя на вярващите християни може да се увеличи, ако към тях се добавят изповядващите римо-католицизъм и други християнски деноминации. Всички те, макар и да имат своите различия помежду си, имат и базисни верови сходства. Най-малкото всички вярващи, независимо спецификите на религиозната традиция, биха се срещнали с непознаване на веровете им убеждения от страна на част от практикуващите психолози. Тази публикация има за цел да покаже връзката на духовността и религиозните практики с психичното здраве, да изложи негативните и вредни религиозни прояви, като обръща особено внимание на психопатологичните прояви и религиозната obsesia. Друга идея вплетена в този труд е да запознае практикуващите с централните и основополагащи вярвания на християнството, често срещаните духовни

Avramov, Yordan

практики, основни верови нагласи, както и да покаже възможните решения за специфични религиозни проблеми, чрез съвместна интердисциплинарна работа и сътрудничество със специалисти теолози или духовници. Съвместното сътрудничество в терапията е много известен подход в помагането на хора с духовно-религиозни затруднения. Тъй като темата е широко обхватна не преследва пълна изчерпателност на засегнатите теми.

Духовност и религиозност

С оглед по-доброто разбиране проявленията на религиозната вяра се налага, да се направи концептуално разграничение в понятията духовност и религиозност. Научната литература по въпроса ги разглежда като свързани понятия, касаещи взаимоотношенията на човек с Бог или трансцедентната реалност, но различни в своята смислова, идейна и поведенческа изразеност. Християнската традиция на православие то припознава като съответни на богопочитанието термините вяра и духовност, които съдържат идеята за съкровено преживяване и вътрешно преобразяващ процес. Терминът религиозност в християнството се разбира, като повърхностен, лишен от смисъл, ритуално усложнен начин за изразяване на някакъв култ.

Pargament обобщава следните психологически аспекти в дефинирането на духовността и религиозността:

Религиозността се свързва с институционална организираност и формирани идеологически параметри

Духовността отразява субективното, динамично преживяване на веровите принципи (Pargament, 1999).

Ivtzan и съавтори считат, че духовността отразява емоционалното преживяване на личната връзка с Бог и е мотивирана от необходимостта за емоционална свързаност. Духовността изразява вътрешния копнеж за прояви на любов, състрадателност, намиране на смисъл и др. Според авторите религиозността включва както обредовите изрази на вярата, така и доктриналните идеи, и предписания за осъществяване на връзката с Бог, валидни за различни епохи и общества (Ivtzan, Chan, Gardner & Prashar, 2011).

Според Emmons религиозността и духовността в своите значения изразяват различни цели или човешки стремежи, имащи отношение с благополучието или смисъла на живота. Авторът е на мнение, че духовността се отнася за конкретните начини на

SPIRITUALITY AND MENTAL HEALTH. APPROACHES TO COUNSELING CHRISTIAN BELIEVERS.

субективно осъзнаване и преживяване на смисъла, и предназначението на човешкия живот. Религиозността пък предлага стратегии и насоки за постигането им. (Emmons, 2005)

Въпреки че духовността е в основата на религиозния опит Pargament (1999) и Hood, Hill & Spilka (2009) са на мнение, че в съвременното може да има духовност без религиозност и религиозност без духовност. Като цяло подържам мнението на Hill, Pargament, Hood, McCullough, Swyers, Larson & Zinnbauer, (2000), че не всички прояви на духовност или религиозност могат да бъдат полезни, но могат и да бъдат вредни за психичното или физично здраве.

Отношение на духовността и религиозността към психичното здраве

Духовните преживявания могат дълбоко да засегнат човека и да повлияят на живота му както положително, така и отрицателно.

Положителни влияния.

Здравословни поведения. Много религиозни учения, в това число и православното християнство, насърчават специфична дисциплина на хранене и умереност. Огромна част от духовните учения на християнството са насочени към осъзнаване на персоналната отговорност в социален план. Религиозната нравственост обръща особено внимание към употребата на забранени вещества и рискови поведения (Oman & Thoresen, 2005)

Психологични състояния. Религиозните преживявания могат силно да провокират емоции, като: радост, надежда, благодарност, възхита, чрез които вярващите да се освобождават от емоциите на гняв, тъга, вина или състояния на стрес (Oman & Thoresen, 2005).

Локус на контрол. Много християнски учения внушават идеите за особени дарования, дадени на човека, както и наличието на морална и духовна сила за осъществяване на контрол върху събитията от живота. Sethi & Seligman установяват, че придържането към някои фундаментални вярвания и ценности подсилват оптимизма при неблагоприятни събития, чрез придаването на духовни значения на трудните моменти (Sethi & Seligman, 1993).

Духовни емоции. Прощката, алтруизма и любовта, надеждата и благодарността се свързват със значителни ползи за физичното здраве, защото повлияват на имунния отговор при стрес. А духовни занимания, като молитва, прошка, съзерцания и духовни

Avramov, Yordan

размишления въздействат на вегетативната нервна система, намаляват възбудата и общото психично напрежение (Maselko, 2013).

Смисъл на живота. Духовността и вярата имат недвусмислена връзка с намирането на смисъл и цел на живота, и чрез тях могат да се намерят отговори на редица екзистенциални въпроси (Galek, Flannelly, Ellison, Silton & Jankowsky, 2015), Ivtzan, Chan, Gardner & Prashar, (2011). Както е известно наличието на житейски смисъл и осъзнаване целта на живота стоят в основата на психичното благополучие.

Духовна и социална интеграция. Всяка духовно-религиозна традиция чрез своите учения създава свои културни, духовни и морални ценности, свои символи, традиции и духовни йерархии, които се отразяват на всеки член на духовното общество. Затова Seybold & Hill са на мнение, че религиозната вяра и духовност засилват чувството за принадлежност и съпричастност към религиозната, и социална група, във връзка с което се проявяват и характерните поведения на добротворство, съпричастност, алтруизъм и др. (Seybold & Hill, 2001)

Религиозен копинг. Pargament е на мнение, че духовността в своята смислова, практическа цялост представлява механизъм за справяне със стресорите и неблагоприятията в живота (Pargament, 2003). Така вярата в Бог насърчава не отрицание на житейските несгоди, а придаване на ново значение на събитията, като урок или в съответствие с по-грандиозен божествен план за човешкото спасение и блажен живот.

Hill, Hood & Spilka описват следните форми на духовно справяне:

Справяне със самонасърчаване: „Аз трябва да го направя, не Бог“.

Съвместно справяне: „Бог помага на онези, които си помагат сами“.

Отлагане на справянето: „Всичко е в Божиите ръце“.

Справяне с молитва: „Моля те, Господи, помогни ми“.

Преоценка на намерението: „Бог ми дава изпитания, за да ме изпита“.

Осмисляне на собствената отговорност: „Съгреших и страдам заслужено“.

Прехвърляне вината на дявола: „Това е дело на дявола“.

Преоценка на Божията сила: „Бог всичко знае и ще помогне“.

Търсене на Божествена подкрепа: „Уверен съм, че мога да разчитам на Божията закрила“.

Надежда в подкрепата на църквата: „Знам, че другите се молят за мен и ако имам нужда ще ми помогнат“.

SPIRITUALITY AND MENTAL HEALTH. APPROACHES TO COUNSELING CHRISTIAN BELIEVERS.

Преосмисляне на страха от смъртта: „За вярващият смъртта не е край на живота, защото е обещан вечен живот“.

Преосмисляне на страха от самотата: „Бог е винаги с мен, не съм сам“ (Hill, Hood & Spilka, 2009).

Удовлетвореност и субективно благополучие. Духовността и религиозността са едни от най-значимите нематериални фактори, допринасящи за преживяване на субективно благополучие. Според Myers & Diener начин на живот в съответствие с вярата, може да генерира близки връзки между хората, да стимулира грижата, да създава привързаност, както и да създава генерален смисъл на живота, да дарява надежда в трудни моменти, което прави духовността едно от най-силните влияния за изпитване на щастие (Myers & Diener, 1995)

Отрицателни влияния.

Някои духовно-религиозни прояви могат да саботират социалното функциониране, да бъдат увреждащи здравето и дори застрашаващи живота.

Негативен религиозен копинг. Weber & Pargament посочват, че някои духовни учения могат да стимулират пасивност при взимане на решения и оправдаване на собственото бездействие с Божествена намеса (Weber & Pargament, 2014)

Религиозен невротизъм. Много тревожни състояния могат да бъдат генерирани от религиозни вярвания, внушаващи виновност, страх, срам и Божествено отмъщение (Saroglou, 2014). Някои вярвания могат да усилват тревожността. Такива могат да бъдат прекаленото фокусиране върху греховността, личното недостойнство, обреченост на вечни мъки, вечното отмъщение на Бог, увереност, че всяка болест е свръхестествено наказание и др.

Религиозни предразсъдъци. Някои духовни системи изискват сляпо послушание, безпрекословно следване на религиозните доктрини и твърд догматизъм, при който всичко външно на религиозната система може да се отхвърля. Така може да се проявява верска нетърпимост към външни на религиозната група хора, агресия, фундаментализъм по отношение на научни факти, отрицание на животоспасяващи медицински процедури и др. (Pargament, 2003).

Генерализирано тревожно разстройство. В Генерализираното тревожно разстройство много негативни и катастрофални интерпретации на житейските несгоди могат да бъдат

Avramov, Yordan

натоварени с религиозен смисъл. Подсилването на генерализираната тревожност може да се случва чрез фокусиране върху едностранчиви негативни интерпретации за предопределеност на страданията, внушаващи безнадеждност и обреченост на човека.

Обсесивно-компулсивно разстройство. В литературата и практиката са известни варианти на обсесивно-компулсивно разстройство, които засягат духовните вярвания и занимания. Макар да не е обособено като различен вид, то се класифицира като ОКР с религиозност и скрупулност. Hood, Hill & Spilka го описват като непрекъснато безпокойство относно религиозни идеи и въпроси, съпроводени с компулсивни принуди, ритуали, извършвани с цел снемане на тревогата. К. Foss обобщава следните често срещани мании при религиозната обсеия:

Прекомерен страх да не е накърнена вярата и религиозните предписания

Повтарящи се мисли за извършени грехове

Опасения за извършване на богохулство

Прекомерен фокус върху съвършеното изпълнение на моралните и етични предписания

Страхове от обреченост на вечни мъки или проклятие

Богохулни мисли или представи

Смущаващи сексуални мисли и представи за секс със свещени фигури, Бог или представители на духовенството

Често срещани компулсии могат да включват:

Прекомерно изповядване пред свещеници или близки

Търсене на потвърждение или опровергаване на мислите и поведенията

Ритуализирано повтаряне на молитви, библейски пасажи или символни религиозни знаци, като кръстене, поклони и др.

Избягване на ситуации и места, които провокират появата на мание за духовна чистота

Ритуализирано прехвърляне на вината при богохулни мисли към дявола, сатаната и др.

Прекомерно добротворство или поведения за доказване, че страдащият е почтен и отдаден (Foss, 2013).

Според Miller & Kelley степента на фундаменталност на вярванията и ригидното отношение към обредите се отразяват на честотата на проявата на симптоматиката на ОКР. Може да се допълни, че доколкото личността има здрави вярвания и положителна привързаност към Бог ще има незначителни или никакви прояви на религиозни мании и обсеии. Авторите Miller & Kelley са на мнение, че религиозните компулсии са по-чести

SPIRITUALITY AND MENTAL HEALTH. APPROACHES TO COUNSELING CHRISTIAN BELIEVERS.

при по-ритуални религиозни традиции. Така например религиозното ОКР в изповядващи ислям или юдаизъм е по-често на изток и по-рядко в същите изповедания в западни общества (Miller & Kelley, 2005)

Сложността за установяване на религиозно ОКР налага то да се постави в контекста на религиозната традиция. Повтарянето на някоя молитва определен брой пъти може да изглежда като компулсивно поведение, но всъщност да е предписана от религиозната традиция духовна практика. Но е възможно дадена религиозна практика, например прекръстване, да се превърне в компулсивно поведение, субективно употребявано не в религиозен контекст, а за да се снесе напрежението.

Биполарно разстройство. Религиозно-духовните практики могат да окажат негативно въздействие върху пациенти с биполарно разстройство, особено във фазата на маниакалност, но в ремисия религиозната вяра може да е оздравителна и полезна. Miller & Kelley са на мнение, че при дебютиране на дадено психично разстройство религиозната вяра може да влоши състоянието, но същевременно може да е благотворна като механизъм за справяне със симптомите по време на протичане или възстановяване (Miller & Kelley, 2005).

Депресия. Според съдържанията и степента на вярванията, духовността и религиозността може да имат положително или отрицателно въздействие. Особено това важи за преживяването на чувство за вина. Някои вярвания могат да подсилят чувството за вина, но други вярвания и практики могат да бъдат лечебни за снемането на чувството за вина (Martinez-Pilkington, 2007).

Разстройства от шизофрения спектър. При тях религиозните идеации имат по-голям дял в проявите на симптоматиката. Такива обикновено са: ирационалното магическо мислене, духовни халюцинации, мании за величие, месианизъм и реформаторство, преследване от сатаната или идентифициране с библейски личности. Религиозните заблуди при шизофренно разстройство се поддържат по-силно от други заблуди (Miller & Kelley, 2005).

Насоки за разбиране и оценка на духовния контекст

Християнството, както всяка друга религиозна традиция има свои специфични вярвания и практики, чието познаване в най-общия им вид може да бъде в полза на специалистите работещи с клиенти, изповядващи християнството и в частност православието.

Avramov, Yordan

Вярвания. Християнските вярвания за Бог и връзката с него се базират на Библията и апостолските предания. В най-сбита форма те могат да бъдат намерени в т. нар. „Символ на вярата“, представляващ вероизповедна формула, редовно употребявана в общите богослужения.

Отношения на привързаност към Бог. Основно християнско вярване е, че Иисус се въплътил, станал човек, но запазвайки абсолютността на своята божественост. Това базисно вярване е съпроводено с дълбокото убеждение, че делото на въплъщението е висша проява на любов към човека от страна на Бог. Поради тази причина отдадените вярващи биха демонстрирали отношения на доверие и привързаност към Бог, с убеждението, че са обичани негови чедра. В свои трудове Kirkpatrick показва, че някои вярващи преживяват своята връзка с Бог като форма на сигурна привързаност, подобна на привързаността към родителите (Kirkpatrick, 2005). Трябва да се отбележи, че липсата на убеждение, че вярващият е обичан не е форма на религиозна девиация, а е сигнал за сериозни вътрешни борби, съмнения и страхове. В такава ситуация вярващият освен съмнения в обичта на Бог, би проявявал и други психични смущения или страдания. Възстановяването на оптималното психично функциониране и психично благополучие трябва да включва корекция на подобни дисфункционални вярвания. Най-подходящо е вярващите клиенти да се стимулират, да сверят правилността и валидността на своите убеждения с писанията или да потърсят мнението на изявени духовници от своята общност.

Грех и опрощение. Важен момент, характеризиращ отношението на човек към Бог в християнството е съзнанието за грех и опрощение, и съответно преживяване на чувство за вина или благодарност. Според християнските учения страданията на кръста и смъртта на Иисус даряват спасение на вярващите и измиват човешката вина. Учението за прощението на греховете върви паралелно с идеята, че света „лежи в зло“ и всяка неправда ще получи възмездие. Учението за човешката греховност няма за цел да унижава или отчайва вярващите, но да внушава съзнанието за достойнство и отговорност на постъпките, в съответствие с възвишените учения на вярата. Съзнанието за вина, грех, срам, опрощение и отговорност могат да породят сложни чувства в цялостното религиозно преживяване. Така те могат да се преживяват като изкупване, оправдание, достойнство и отговорност или като обреченост, безнадеждност, виновност, срам и осъждане.

SPIRITUALITY AND MENTAL HEALTH. APPROACHES TO COUNSELING CHRISTIAN BELIEVERS.

Martinez-Pilkington (2007) прави много сериозен анализ на понятията срам и вина в светлината на християнското разбиране. Според автора чувството за вина съдържа убеждението: „аз извърших нещо недостойно“, докато при срама то е трансформирано в: „аз съм самото недостойнство“. Според Martinez-Pilkington едно от най-адекватните облекчения на чувството за вина, може да се получи в тайнството на покаянието и изповедта, а срамът като проблем, може да бъде предмет на психологическа намеса.

Грях и болести. В християнството се вижда пряка връзка между греха и болестите. Счита се, че грехът предизвиква деформация на духовната връзка между човек и Бог, което се отразява на цялостната човешка същност – дух, душа и тяло. В този ред на мисли болестите се разглеждат като последица от човешката падналост. В ученията на християнството лечението на болестите започва с осъзнаване на греховете, но цялостното опрощение се получава от възстановяване на връзката чрез покаянието и вярата в божественото изкупление. Връзката грях-болест може да бъде погрешно интерпретирана, което може да я направи особено увреждаща духовното и психично благополучие. Back & Naugen предоставят данни от изследване на възприятието за причините за болест в различни религиозни системи и показват, че християните са по-склонни да морализират своите заболявания спрямо вярващи евреи (Back & Naugen, 2013). В практиката често се забелязва вярващите да персонализират вината, което им дава възможност да осмислят боледуването. В такъв тип мислене следва причинно-следствената връзка грях-болест. Болестта често се разглежда като позволена от Бога, за да послужи за вразумяване, т. е. имаща цел и смисъл, но доста често срещана интерпретация е, че боледуването е наказание и отмъщение от Бог. В перспективата на наказанието често липсва идеята за изкупление, катарзис и смисъл, а се разбира като проклятие от Бог. Не е изключено вярването, че болестта е причинена от дяволско вмешателство. Втъпяване, че страдащите непременно са заслужили своето страдание е псевдо-религиозно учение. Погрешно е разбирането, че вярващите и праведните не страдат, и не боледуват. В негативните възприятия за връзка грях-болест, репрезентациите на Божията личност са като отмъстител, наказващ, преследващ и убиващ. Болестното преживяване на личната греховност и недостойнство могат да са унищожителни и инвалидизиращи функционирането на личността, но по-любопитното е, че са погрешни и несъответни на християнската духовност. Болестта разгледана по този начин винаги е проблем на морала.

Avramov, Yordan

Естествено липсва противоположна интерпретация за връзка между добродетелност и благополучие. Друг специфичен проблем, възникващ като следствие от погрешното разбиране на връзката грях-болест, е религиозната хипохондрия. При нея, подобно на състоянието хипохондрия, като тревожност за наличие на болест, стои тревожността за здравето духовното състояние. Желанието за добродетелност и достоен живот нямат общо с религиозната тревожност от извършените прегрешения. При духовната хипохондрия вярващите са вманиачени да се себеизследват за всевъзможни грехове и простъпки срещу вярата. Самите грехове се разглеждат като симптоми за нарушено духовно здраве. И тук, както и при религиозното ОКР мисленето е черно-бяло и насочено към постигане на възвишен, но нереалистичен Аз-образ. Свръх ангажираността със своите грехове вярващ е концентриран само върху собствената си личност. Често срещани поведения, освен мислене за собствените грехове, са свръх ангажиране с религиозно-култови мероприятия, постоянно търсене в духовна литература описания на грехове, в които се идентифицира собствения живот, засилени религиозни практики за духовна чистота, като изповед или постене, например. Подобно на страдащи от болестна тревожност, страдащите от духовна хипохондрия не се задоволяват с обяснения на духовници, че нямат духовен проблем и не са необходими подобни ритуални практики. Търсят се мнения от други духовници, от налична литература, от интернет. Така вярващият по никакъв начин не преживява възвишените духовни емоции на вярата, надеждата, любовта и радостта, а изпитва постоянно безпокойство и отчаяние. Такъв тип вярвания изискват непременно корекция от страна на практикуващите специалисти и духовните представители. В практиката много добре са показани чисто духовни методи, които дават най-бърз и дълготраен резултат в подобрението. Духовните методи включват конфронтиране на убежденията за връзка между персонален грях и болест; идентифициране на пасажите от Библията и духовната литература, представляващи контрутвърдения, противоречащи на погрешните убеждения; насочване към по-продуктивни и спасителни вярвания; търсене на смисъл на болестта; насърчаване към приемане със смирение и търпение; насърчаване към участие в други полезни духовни занимания, ако се налага, дори и намаляване на свръх ангажираността с религиозни занимания, духовни ограничения и др.

Борба със силите на злото. Един централен мотив в християнската литература и писанията, очертаващ духовен възход или падение е противостоянето на злото и демоните. За отдадените вярващи съществуването на зли сили е духовна реалност,

SPIRITUALITY AND MENTAL HEALTH. APPROACHES TO COUNSELING CHRISTIAN BELIEVERS.

изискваща упование в Бог и добродетелен живот. Вярва се, че упованието и добродетелите предпазват вярващите от силите на сатаната и човешкото падение. Въпреки че борбата със злото се проповядва като духовна реалност, християните са насърчавани да подхождат трезво и с разум по отношение представите за духовни борби или демонични проявления. Борбата със злите сили изисква не екстатични преживявания, а прояви на вяра, упование, търпение, смирение и общение с Бог. Всяка друга представа за духовна борба, от вида на: разговори със сатаната или ангели, трансцендентни пътувания, самоизмъчване, богоизбраност и месианизъм, посещения на рая се считат като проява на налудности и болна мистика.

Мистични преживявания и видения. Християнството е изключително мистично по своя характер и насоченост към преживяване на единение с Бог. Въпреки това винаги се е отнасяло критично към мистичните преживявания. Тази критичност е свързана с чисто богословски предпоставки, описани в посланията на Йоан и Павел, да се прави разлика в духовете с цел, избягване на духовната заблуда. В този смисъл видения от всякакъв вид – гласове, звуци, образи, фигури на Христос, Богородица, ангели или светци се приемат като проява на патология или нездрава мистика. Такъв вид духовен опит и преживявания не се препоръчват. В противоположност на това вярващите са стимулирани да наблюдават и преживяват ефектите на своята вяра, и отдаденост – любов, мир, радост, кротост, въздържание, благост и др. (Галатяни 5: 22-26).

Религиозна активност и участие в богослуженията. Участието в общите богослужения и тайнства е строго характерно за православното християнство. Много често те представляват символни действия, чрез които се актуализират основни евангелски събития, напомнят се добродетели и морални принципи. В съчетание с църковното поетично, музикално и изобразително изкуство, вярващите са вдъхновявани да направят значими и действени в своя живот вярата, добродетелите и отношенията към другите, и света. Освен това наличието на собствени културни особености и специфики, собствен календарен и празничен цикъл, може сериозно да повлияе на духовно-екзистенциалното благополучие. Трябва да се отбележи, че в този си вид православната духовност не рядко бива изкривявана в обредно-култова форма, лишена от смисъл и духовност, а много от специфичните обреди могат да се превърнат в компулсивни ритуали. Както беше отбелязано чест израз на религиозно ОКР може да се прояви в прекомерна изповед,

Avramov, Yordan

постене, четене на молитви определен брой пъти, кръстене и др. Има три основни характеристики, които отличават нормалната духовна практика от компулсията. Първо, духовната практика има цел да създава връзка с Бог, а не е самоцел. Втори характерен момент е, че в религиозното ОКР фокусът на човека е към себе си, а не към другите хора или Бог. На практика религиозно-обсесивните хора са заети единствено със себе си и своя Аз-образ. Третата характеристика е, че всичко, което се прави е насочено към снемане на тревогата. В религиозното преживяване и духовна отдаденост обаче, вярващият трябва да има мир и радост, а не ужас и страх. Този вид ОКР изисква намеса както от специалисти по психично здраве, така и от компетентни духовници. В този процес важно е да се възстанови здравата духовна връзка, да се избегне формалния компулсивен ритуализъм и не на последно място страдащият да се изправи срещу своите страхове, без да прибегва към използваните принуди.

Вярващите в кабинета на психолога

Разглеждането на психичните проблеми и субективните преживявания на активно вярващи не са лесна работа в терапевтичния процес. Още по-голяма трудност са веровите проблеми. От една страна вярващите пренасят своите духовни виждания за болестите и разстройствата в терапевтичния процес. От друга страна дълбоко религиозни клиенти биха очаквали по-духовен подход към техните проблеми. Също така е възможно клиницистите да не познават тези нагласи и потребности на своите религиозни клиенти. Всъщност, в кабинета на специалиста по психично здраве може пряко да се наблюдава полярност между наука и вяра, в смисъл, че специалистът консултант би използвал научната основа и фактологичност, а вярващият би се позовавал на ценности и верови убеждения, извън научната рамка. Например, някои религиозни практики като общуване със светиите или мъртвите, може да изглеждат като психопатологични прояви според науката, но да се съвсем нормални като религиозна дейност сред латиноамериканските християни (Miller & Kelley, 2005). Затова не е изключено някои терапевтични подходи и стратегии да са в противоречие с ценностната система на клиентите, при което вярващите клиенти може да проявяват съпротива към някои предписания на специалистите. Miller & Kelley в свои изследвания показват, че вярващи клиенти повече биха се съобразили с напътствие от своите духовни водачи или с предписанията на своята религиозна система, отколкото от предписания на лекар или психолог (Miller & Kelley, 2005). Засягането на психични въпроси и обсъждането на духовни проблеми, може също така да конфронтира

SPIRITUALITY AND MENTAL HEALTH. APPROACHES TO COUNSELING CHRISTIAN BELIEVERS.

образа на психолога с образа на духовния наставник. Като цяло психичните проблеми се разбират от религиозните клиенти като проблем на духовността, справянето с които се разбира като част от религиозния опит, а не като психичен проблем. Затова са интерпретирани по споменатия начин грях-болест. Друг съществен проблем в процеса на консултирането и терапията е конфронтирането на вярванията от страна на някои специалисти. Много вярващи споделят, че са смутени и огорчени от своите терапевти, заради критики на вярата или религиозната традиция, която се изповядва. Walker, Gorsuch & Tan препоръчват на консултиращите психолози, да осъзнават собствените си духовни предразсъдъци и пристрастия, а духовно-религиозните ценности да бъдат включени деликатно в терапевтичния процес (Walker, Gorsuch & Tan, 2004). Някои вярвания, както беше изяснено, може да са несъответни на духовната традиция или да са негативно повлияващи психичното здраве, но начинът, по който реагира консултирацията психолог е от съществено значение. За да се подобри процеса на психологическа работа с вярващи, Shafranske предлага, да се направи предварителна оценка на изразеност на веровите убеждения, светогледа на клиента, доколко здравословни са религиозните практики и дали могат да бъдат използвани като терапевтичен ресурс. Авторът е на мнение, че консултацията с представители на духовенството може да подобри и улесни разбирането особеностите на психичните преживявания на вярващите клиенти (Shafranske, 2005). Правилния подход към вярващи клиенти и духовните ценности на клиентите, като цяло са много важни. Но безразборната употреба на духовно-религиозни ресурси от страна на някои консултиращи психолози е повече от притеснителна, защото нарушава религиозния контекст, където е възникнала съответната практика и защото излиза извън научната-психологическа основа, върху която се надгражда психотерапевтичното взаимодействие.

Заклучение

Представените тенденции в духовността и религиозността показват обширни положителни и отрицателни влияния върху цялостното психично функциониране и благополучие. Тъй като проявите на религиозната вяра в живота на човека е от съществена важност за много хора, то и разбирането на влиянията е особено важно за практикуващите специалисти. Познаването на културния и религиозен контекст, също може да допринесе за оформянето на подход при работата с вярващи християни, който

Avramov, Yordan

адекватно да разглежда специфичните духовни корелати на психичните страдания. Предложените идеи могат да бъдат полезни и към вярващи от нехристиянски конфесии. Тъй като консултиращите психолози е невъзможно да познават детайлно всеки верови аспект, в предложената тема се разглежда по-важни детайли от християнската духовност и практика, с които може да се срещне психологът, и се застъпва необходимостта от компетентно сътрудничество между психолози и богослови или духовници. Не са малко психолозите изследователи или клиницисти, които виждат възможност много от полезните религиозни принципи и практики да бъдат използвани като ресурс и за нерелигиозни клиенти. Това, естествено, трябва да се построява на базата на общовалидни човешки ценности, които да внушават, подобно на религиозните системи, по-духовен подход към психичното здраве и самото съществуване, но без да се смесват като подходи.

References

- Back & Haugen (2013) The Christian Religion: A Theological and Psychological Review, In Pargament, K. I. Exeline, J. J., Jones, J. W (2013) APA Handbook of Psychology, Religion, and Spirituality, Vol. 1, Context, Theory and Research, Washington DC, DOI: 10.1037/14045-000.
- Emmons, R (2005) Striving for the Sacred: Personal Goals, Life Meaning, and Religion. *Journal of Social Issues*, Vol. 61, pp. 731-745.
- Foss, K. (2013) Scrupulosity: Where OCD Meets Religion, Faith, and Beliefs, <https://ocdla.com/scrupulosity-ocd-religion-faith-belief-2107>.
- Galek, K. Flannelly, K., Ellison, C., Sifton, N. R., Jankowsky, K. R. B. (2015), Religion meaning and purpose and mental health. *Psychology of religion and spirituality*, Vol.7, No. 1, 1-12.
- Hill, P. C., Pargament, K. I., Hood, R., McCullough, E. M., Swyers, J. P., Larson, D. B., Zinnbauer, B. J. (2000) Conceptualizing Religion and Spirituality: Points of Communion, Points of Departure. *Journal for the Theory and Social Behavior*, 30, 51-77, <https://doi.org/10.1111/1468-5914.00119>
- Hood, R. W. J., Hill, P. C., Spilka, B. (2009) The Psychology of Religion. An Empirical Approach. The Guilford Press. New York, NY, 4-th ed.
- Ivtzan, I., Chan, C. P. L., Gardner, H. E, Prashar, C. (2011) Linking religion and spirituality with psychological wellbeing: examining self-actualization, meaning of life, and personal growth initiative. *Journal of Religion Health*, 52 (3), 915-926.
- Kirkpatrick, L. A. (2005) Attachment, Evolution and the Psychology of Religion. Guilford Press, New York.

SPIRITUALITY AND MENTAL HEALTH. APPROACHES TO COUNSELING CHRISTIAN BELIEVERS.

- Martinez-Pilkington, A. 2007 Shame and Guilt: The Psychology of Sacramental Confession. *The Humanistic Psychologist*, 35(2), 203-218.
- Maselko, J. (2013) The Neurophysiology of Religious Experience, In Pargament, K. I. Exeline, J. J., Jones, J. W (2013) APA Handbook of Psychology, Religion, and Spirituality, Vol. 1, Context, Theory and Research, Washington DC, DOI: 10.1037/14045-000.
- Miller, L., Kelley, B. S. (2005) Relationships of Religiosity and Spirituality with Mental Health and Psychopathology, In Paloutzian, R. F., Park, C. L. (2005) Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality. The Guilford Press, New York.
- Myers, D., Diener, E. (1995). Who is Happy? *Psychological Science*, Vol. 6, No. 1, 10-19.
- Oman, D., Thoresen, C. (2005) Do Religion and Spirituality Influence Health? In Paloutzian, R. F., Park, C. L. (2005) Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality. The Guilford Press, New York.
- Pargament, K. I. (2003). God help me: Advances in the Psychology of Religion and Coping. *Journal Archive for the Psychology of Religion*, vol. 24, no. 1, 48-63.
- Pargament, K. I. (1999). The Psychology of religion and Spirituality? Yes, and No. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 9 (1), 3-16.
- Shafranske, E. P. (2005). The Psychology of Religion in Clinical and Counseling Psychology, In Paloutzian, R. F., Park, C. L. (2005) Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality. The Guilford Press, New York.
- Saroglou, V. (2014) Believing, Bonding, Behaving and Belonging. The Big Four Religious Dimensions and Cultural Variations. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 42 (8), 1320-1340, DOI: 10.1177/002202211412267.
- Seybold, K. S., Hill, P. C. (2001) The Role of Religion and Spirituality in Mental and Physical Health. *Current Directions in Psychological Science*, Vol. 10, 1, 21-24.
- Sethi, S., Seligman, M. E. P. (1993). Optimism and fundamentalism. *Psychological Science*, 4, 256-259.
- Walker, D. F., Gorsuch, R. L., Tan, S. Y. (2004). Therapists integration of religion and spirituality in counseling: A meta-analysis. *Counseling and Values*, 49(1), 69-80
- Weber, S. R., Pargament, K. I. (2014). The Role of Religion and Spirituality in Mental Health. *Curr Opin Psychiatry*, Vol.27, No. 5, 358-363.

Theoretical article

СТРЕС И ТРЕВОЖНОСТ ПРИ НЕПЪЛНОЛЕТНИ ЛИЦА

STRESS AND ANXIETY IN MINORS

Mariana Raychova, PhD

*Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

email: mariana_kotova@abv.bg

Резюме

Стресът представлява защитна реакция на организма, резултат от стимулите на външната среда. Той може да послужи като мотиватор или да навреди. При непълнолетните лица, най-често училището е институцията, която поставя задачи, в следствие, на което може да възникне стрес. Семейната среда при децата, оказва силно влияние върху формирането на тревожността, която може да бъде моментна или постоянна. В периода на юношество, тревожността се свързва най-вече с формирането на идентичност.

Ключови думи: стрес, тревожност, непълнолетни лица

Abstract

Stress is a protective reaction of the body resulting from the stimuli of the external environment. It can serve as motivation or harm. For minors, the school is most often the institution that sets tasks, as a result of which stress can occur. The family environment in children has a strong influence on the formation of anxiety, which can be momentary or permanent. In the period of adolescence, anxiety is mostly related to the formation of identity.

Key words: stress, anxiety, minors

Въведение

Стресът е резултат от невъзможност да се отговори на изискванията на средата. Индивидуалните различия, влияят не само за определянето на определена ситуация като стресогенна, но и за начина, по който се реагира на нея. (Nikolov P., Aleksandrova N., Krustev L., 2007) Тревожността е свързана с очакване да се случи нещо неприятно. Може да бъде генерализирана, постоянна или ситуативна. (Manova M., 2023) Тревожността според различните теории е резултат от отглеждането в семейството и невъзможността за успешно изграждане на идентичност, което е основна задача на непълнолетните лица. (Mavrodiev S., 2015; Manova M., 2023; Mytafova M., 20017; Stamatov R., 2000)

Развитие на концепцията за стреса

STRESS AND ANXIETY IN MINORS

Концепцията за стреса се прилага за първи път върху хората от изследователя Уолтър Кенън, който се е занимавал със влиянието на стресови фактори от околната среда върху организмите. Той установява, че еднократните и слабо въздействащите стресори могат да бъдат издържани, докато продължителните и силно въздействащи стресори разрушават биологичните системи. Ханс Селие задълбочено разработва концепцията на Кенън за стреса като отговор. Той описва стреса като реакция на организма, която чрез физиологичните си системи предпазва тялото от предизвикателствата, които външната среда му поставя или така нареченият общ синдром на адаптация. Тази реакция към външните стресори включва следните действия, които се характеризират с цикличност:

- Уплаха – реакция, която въздейства на стресиращия стимул;
- Мобилизация – активиране на физическите ресурси, които има организма, с цел да успее да издържи на стресовите въздействия;
- Изтощение – изразходват се най-дълбоките ресурси на организма, които не могат да бъдат възстановени. (Angelova N., 2019) Загубата на енергийните ресурси води до умора. (Seligman H., 1982)

Селие въвежда термините „еустрес“ и „дистрес“. Според него, еустресът оказва ползотворно влияние върху емоционалното и физиологично здраве на хората, трае кратко и мотивира. (Angelova N., 2019) Дистресът представлява увреждащият или неприятен стрес. (Seligman H., 1982)

Съществуват четири подхода при изучаването на стреса:

- Първи – като реакция, която има индивидът, спрямо определен стимул;
- Втори – дефинира се като междинна променлива между дразнителя и реакцията;
- Трети – като взаимодействие на човека със всичко, което го заобикаля;
- Четвърти – като събитие, стимул или ситуация, предизвикващи стресов отговор.

Elliot и Eisdorfer изследват факторите, които могат да предизвикат стрес. Те са четири вида:

- Остър (ограничен) във времето стресор – свързан е с преживяването на краткотраен стрес. Например посещение при лекар.
- Поредица от неблагоприятни фактори – развод, загуба на работа;
- Периодично повтарящи се стресови събития – изпити при студенти, контролни при ученици;
- Хронично стресиращ фактор – продължително брачно неразбирателство, инвалидизиращо заболяване.

Според Elliot и Eisdorfer, когато стимулът води до емоционално напрежение, психологичен дистрес или физическо увреждане, тогава се определя като стресор. Те се базират на научната работа на Джералд Каплан и Ерик Линдеман, които са сред първите, които въвеждат психологичния ракурс на стреса, докато Селие представя физиологичната гледна точка. Те подчертават, че психологичният стрес не е непременно плод на дълбоко вкоренени личностни смущения, а че може да възникне като отговор на конфронтация, съдържаща особено стресиращи събития.

Raychova, Mariana

Теорията за субективно възприемане на стресорите се базира на индивидуалните различия при оценяване на стресови събития. Спилбъргър предполага, че стресиращите събития могат да бъдат тези, които застрашават физическото аз или за психичната цялост, тоест физически или его-заплахи. Според него реакциите на различните личности на физическите заплахи са приблизително идентични, а на его-заплахите се определят от личностните им черти.

Спилбъргър и Сарасон създават подход от три части, който представлява концептуален модел за изследователите на стреса. Той включва: оценката, познатите заплахи от околната среда и личностните черти. (Angelova N., 2019)

Различните индивиди притежават различна устойчивост на стрес, като първоначално е острата стресова реакция, а ако тя продължи за дълъг период, преминава към невротично състояние или към постравматично стресово разстройство. То се отключва при стресогенни и тежки житейски събития, засягащи сигурността на човек и се проявява под формата на кошмари, оживяващи сцени, които пресъздават случилото се. (Angelova N., 2019; Radoslavova M., 2005)

Съществуват няколко основни вида стрес:

- Ежедневен стрес – при него се преживяват негативни събития, които са свързани с ежедневно неудовлетворение, напрежение, тревожност и т.н. Свързани са с общуване с хората от ежедневието.
- Кумулативен стрес – получава се, когато се натрупат поредица от негативни събития или едно продължава прекалено дълго. Той е свързан с реакцията на организма по време на фазата на изтощение, наричано още „изпепеление“.
- Травматичен стрес – той е резултат от единично, внезапно и силно въздействащо събитие, което има увреждащ или застрашаващ индивида ефект. (Angelova N., 2019)

Психологичните реакции на стресовия стимул се класифицират в следните категории:

- Емоционални – преживяване на страх, тревожност, напрежение, агресивност, гняв, възбуда, обърканост, раздразнителност и други; (Angelova N., 2019; Ganchevski B., Gaidarov K., Sramenkova N., Zanev S., 1996)
- Познавателни – проблеми с паметта, трудности в концентрацията на вниманието и вземане на решения, объркани мисли и други;
- Поведенчески – проблеми в социалните контакти, злоупотреба с алкохол, цигари, наркотични и лекарствени вещества, импулсивност, неконтролируемост и други. полицейска психология

Изследвания показват, че съществува и личностна предразположеност към повишен стрес. Личностен тип А се характеризира с по-агресивно отношение към околните, увлеченост в работата и чувство за недостиг на време, докато тип Б притежава чувство за личен контрол върху средата и възможност за развитие. (Angelova N., 2019) Поведението на тип А е със склонност за поставяне на нереалистични срокове, да не почиват, да получат одобрение от висшестоящите, с цел да са първи, като за готови на това на всяка цена. (Ganchevski B., Gaidarov K., Sramenkova N., Zanev S., 1996)

През периода на юношеството в училищната среда се наблюдава склонност към агресия, трудна адаптация и риск от употреба на психоактивни вещества, като резултат от повишени нива на стрес, в следствие на негативният социален климат и

STRESS AND ANXIETY IN MINORS

неудовлетвореността от справянето с учебните задължения. (Vasileva L, Dimitrova E., 2011)

Тревожността, според различните гледни точки

Фройд разглежда тревожността, като конфликт между инстанциите на личността. Според Карен Хорни, тя е социално обусловена. Дефиницията, която използва за „базисна тревожност“ е чувство на детето, при което е безпомощно във враждебен свят и е резултат от начина, по който родителите го отглеждат. Налице е страх от изоставяне и в този случай, детето прибегва към поведение, в което се жертва за другите. Когато родителите са безразлични към детето си и то не се чувства привързано към тях, развива „базисна враждебност“, в резултат на фрустрация и агресивно поведение. (Mavrodiev S., 2015) Физически малтретираните деца от своите родители, стават тревожни. (Manova M., 2023) Важно е да се отбележи, че невротичите са с повишени нива на тревога и за да бъдат в безопасност, те упорито следват стремежите си, според Хорни. (Mavrodiev S., 2015).

Фройд, също определя тревожността, като резултат и израз на протест, в следствие от заплахата за разрушаване на връзката между майката и детето. За Хари Съливан, тази емоция се проявява при фрустрирането на тази връзка. Възниква от преживяване на загуба на сигурност, любов и се усеща безнадеждност. Според Ерик Ериксън тревожността представлява страх, свързан със загуба на идентичност. Може да се появи в следствие на преживявания на раздяла или е свързана с любовта. Те влияят на самооценката, като тревожността може да стане устойчиво преживяване. (Stamatov R., 2000)

Тревожността, комбинирана с други симптоми, може да се диагностицира като определено тревожно разстройство. (Dimitrova-Trifonova P., 2014)

Непълнолетните лица

Периодът на юношеството обхваща възрастта включваща тази на непълнолетните лица, а именно от 14 до 18 години. (Mancheva R., 2017) Характеризира със стабилизиране на сексуалната принадлежности и изграждане на характер, воля, социални способности, самостоятелност. В зависимост от това се формират модели на поведение при юношите:

- Жизнен, усмихнат, неуморим – има лидерски способности, позитивен, със самочувствие, склонен да влиза в конфликтни ситуации, с цел да запази своето мнение.
- Песимистичен – с негативно настроение, самотен, в риск от суицид, нуждае се от човек, който да стабилизира състоянието му.
- Емоционално лабилен – характеризира се с ниска самооценка, зависимост към други лица, лесно се привързва, може да стане жертва.
- Поведенчески неустойчив – конфликтен, силно емоционален с нисък самоконтрол, слаба воля, склонен към хазартна зависимост и злоупотреба с психоактивни вещества.
- Самотник и чуждак – самостоятелен, независим, контактува при необходимост, чрез интернет бяга от реалността, създавайки фантазен свят.

Raychova, Mariana

- Взривоопасен – силно агресивен, избухлив, гневлив, пази границите си, обикновено тренира боен спорт, склонен към употреба на алкохол и да проявява актове на агресия.
- Актьор – артистичен, лесно печели одобрение, непоседователен, мечтател демонстративен, до толкова, че може да злоупотреби с психоактивни вещества, да бяга от въщи.
- Конформен – съобразява се с околните, безинициативен, изпитва трудност при изграждане на собствената идентичност, тъй като следва авторитети, в риск от попадане в неподходящи компании. (Boncheva I., 2013)

Етапа на юношеството е свързан с изграждането на идентичност, според теорията за психосоциалното развитие на Ерик Ериксън. За успешното преминаване на етапа, юношите влизат в различни роли, с цел да разберат кои са и какво е важно за тях. През юношеството се определя смисъла на живота, избора на професия, участва се в романтични връзки. Тези които не успеят да се справят със задачите на периода са объркани и неподготвени за следващите в зряла възраст. Постигнатата идентичност се характеризира със самостоятелност и отговорност в избора на решения. (Lazarova P., 2022; Mytafova M., 2007; Sturnburg R. Yilyams Y., 2014) Според Гордън Олпорт този период е критичен, тъй като юношата е необходимо да има собствена цел, за да намери своята идентичност, експериментирайки чрез различни роли и въпреки влиянието на семейната и социална среда. (Schultz D., 2004)

Идентичността, може да бъде основана на забрани, когато юношите следват не собствените, а изборите и целите на други хора, обикновено това са на родителите им и по този начин приемат наготово, влагайки малко усилия. Като резултат на неуспешни лични избори, юношите могат да бъдат раздвоени между желанията, които имат и действителността, в резултат на което възниква дифузна идентичност, при която се предприемат действия без конкретна насоченост. Времето, през което юношите експериментират, за да определят своите избори се нарича мораториум, който се счита за здравословен. (Yankylova I., 2016)

Заклучение

Стресът представлява защитна реакция на организма. Селие го разделя на еустрес, който има благоприятно влияние и може да бъде мотиватор и дистрес, който оказва негативно влияние върху индивида. В периода на юношеството може да доведе до неблагоприятни избори, като злоупотреба с психоактивни вещества, спад в успеха, агресивно поведение. Влияе се от външната среда и зависи от индивидуалните качества на индивида, като всеки човек има различна устойчивост на стрес. На непълнолетните лица силно влияние оказва негативния социален климат, както и неудовлетвореността от постигнатото.

В основата на тревожността е бъдещето. При нея се наблюдава очакване да се случи нещо негативно. За развитието ѝ, главна роля играе семейната среда и отношенията родител-дете. На непълнолетните тревожността влияе върху формирането на идентичност, което е основна задача за тази възраст.

STRESS AND ANXIETY IN MINORS

References

- Angelova N. (2019), Strategii za spravyane sus stressa. [Strategies for coping with stress.] Sofia: BAS "Prof. Marin Drinov"
- Boncheva I. (2013) Psihologiya na detskoto razvitie. [Psychology of child development.] Varna: Slavena Publishing House
- Dimitrova-Trifonova P. (2014) Trevoznostta kato kategoriya na psihologiyata. [Anxiety as A Category of Psychology.] Downloaded in May 2024 from: file:///C:/Users/probook/Downloads/anxiety-as-a-category-of-psychology_Content%2520File-PDF.pdf
- Ganchevski B., Gaidarov K., Sramenkova N., Zanev S. (1996) Policeiska psihologiya. [Police psychology.] Sofia: Publishing house "Svet. Nauka"
- Lazarova P. (2022) Psihologiya na razvitiето (Vuzrastova psihologiya). [Developmental Psychology (Age Psychology).] Shumen: University Publishing House "Bishop Konstantin Preslavski"
- Mavrodiev S. (2015) Istoriq na psihologiyata. [History of Psychology.] Blagoevgrad: University Publishing House "Neofit Rilski"
- Mancheva R. (2017) Diagnostika na lichnosta s deviantno povedenie. [Diagnosis of the personality with deviant behavior.] Blagoevgrad: Publishing House "Neofit Rilski"
- Manova M. (2023) Efektivnite roditeli. [Effective parents.] Sofia: Ciela Norma AD
- Mytafova M.. (2007) Samopoznaniето v obuchenieto na talantlivi student [Self-awareness in the education of gifted students.] Blagoevgrad: University Publishing House "Neofit Rilski"
- Nikolov P., Aleksandrova N., Krustev L. (2007) Pedagogicheska psihologiya. [Educational Psychology.] Blagoevgrad: University Publishing House "Neofit Rilski"
- Radoslavova M. (2005) Metodi za psihodiagnostika [Psychodiagnostic methods.] Sofia: PANDORA PRIM Publishing House
- Selie H. (1982), Stres bez distres. [Stress without distress.] Sofia: Science and Art
- Schultz D. (2004) Psihologiya na rasteja. Modeli na zdravata lichnost. [Crowth Psychology: Models of the Healthy Personality.] Sofia: Science and Art Publishing House
- Stamatov R. (2000) Detska psihologiya. [Child Psychology.] Plovdiv: Hermes Publishing House
- Stoichev N. (2016) Nasiliето. [The violence.] Sofia: Book Publishing House "Trud"
- Sturnburg R. Yilyams Y. (2014) Pedagogicheska psihologiya. [Educational Psychology.] Sofia: "East-West"
- Vasileva L, Dimitrova E., (2011) Stres v ychilishte r social,na podkrepa pri iunoshute v Bulgaria: rezultati ot predvarietlno izsledvane - HBSC 2005/6 r. [School-Related Stress and Social Support Among Bulgarian Adolescents. Results from HBSC 2005/6]. Downloaded in May 2024 from: file:///C:/Users/probook/Desktop/school-related-stress-and-social-support-among-bulgarian-adolescents-results-from-hbsc-2005-6_Content%2520File-PDF%2028.05.2024%D0%B3..pdf

Raychova, Mariana

Yankylova I. (2016) Pedagogicheska psihologiq. [Educational Psychology.] Sofia: Paradigm



Theoretical article

НАГЛАСИ, ЦЕННОСТИ И ЕТИКА НА РАБОТНОТО МЯСТО

ATTITUDES, VALUES AND ETHICS IN THE WORKPLACE

Sofiya Sekulova, PhD Student,
Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria
email: sofia.sekulova@gmail.com

Резюме:

Разбирането на трудовите нагласи и начините, по които те се формират дава възможност чрез организационната култура да се управляват промените в тези нагласи. Удовлетворението от работата и отдадеността на организацията са важни трудови нагласи и следва да се насърчават чрез участие и подкрепа. Етичното поведение на работното място е повлияно от индивидуални и организационни фактори. Познаването за индивидуалните различия в ценностните системи, локуса на контрола, макиавелизма и когнитивното нравствено развитие обясняват разнообразните гледни точки за етичното поведение и дават насоки за начините, по които организационната култура може да влияе върху тези различия, така че да ги превърне в конкурентно предимство за организацията.

Ключови думи: емоции, нагласи, отдаденост на организацията, удовлетворение от работата, ценности

Abstract:

Work attitudes understanding and the ways in which they are formed makes it possible to manage changes in these attitudes through organizational culture. Job satisfaction and commitment to the organization are important work attitudes and should be encouraged through participation and support. Ethical behavior in the workplace is influence by the individual and organizational factors. Knowledge of individual differences in value systems, locus of control, Machiavellianism, and cognitive moral development explains the diverse perspectives on ethical behavior and provides guidance on the ways in which organizational culture can influence these differences so that to turn them into a competitive advantage for the organization.

Keywords: emotions, attitudes, commitment to the organization, job satisfaction, values

Въведение

Етичното поведение в организациите е едно от предизвикателствата, с които трябва да се справят, за да бъдат по-конкурентноспособни. Фирмите с добра репутация могат да привличат повече кандидати за работа, повече млади таланти, да задържат по-висококачествени служители, както и да имат добро име в обществото. Неуспехът на организацията да се справи със ситуациите по етичен начин, може да доведе до финансови загуби, дългосрочни щети за репутацията и дори до организационна смърт.

Sekulova, Sofiya

Начинът, по който мениджърите се справят с етичните предизвикателства оформя поведението на служителите. Развитието на глобална умствена нагласа у служителите разширява техния светоглед и поставя конкуренцията в по-голям мащаб. Знанието, че разнообразието се цени и че различията са активи, кара служителите да обмислят своето поведение преди да се ангажират в дискриминационни поведения. Изпращането на послание, че неетичното поведение не се толерира, дава ясен знак, че вършенето на правилните действия се отплаща, а организационната култура влияе върху промяната на нагласите и поведението на служителите, а оттам и върху конкурентоспособността на компанията.

Днешната изключително интензивна бизнес среда прави по-важно от всякога компаниите да имат силна програма по отношение на етиката. Едно от най-трудните предизвикателства е подравняването на идеала за етично поведение с реалността на съвременните бизнес практики. Нарушенията на общественото доверие са скъпи, а корпоративната социална отговорност е задължението на организацията да се държи по етичен начин в социалната среда, в която функционира.

Етичните въпроси, пред които се изправят хората на работното си място, са сложни. Най-често срещаните неетични дела са лъгането на висшестоящи, лъгането в доклади или фалшифицирането на данни, кражбите, междуличностно малтретиране (сексуалният тормоз, расизъм, емоционално малтретиране), конфликт на интереси и купуване на влияние, измами, криене срещу разгласяване на информация, неуспех в защита срещу лична или фирмена информация, личен упадък - поставяне на по-ниски цели от гледна точка на трудовото изпълнение – небрежна или немарлива работа, организационна злоупотреба: организационни практики, които злоупотребяват с членовете – несправедливо заплащане, злоупотреба с власт; нарушения на правилата в организацията; съучастие в неетични действия – знаене за неетично поведение, но недокладването му; етични дилеми – избиране измежду две еднакво желани или нежелани възможности.

Етичното поведение в организацията е повлияно от две основни категории фактори: индивидуални характеристики и организационни фактори.

Индивидуални характеристики на етичното поведение - ценности, макиавелизъм и когнитивно-нравствено развитие

ATTITUDES, VALUES AND ETHICS IN THE WORKPLACE

Важен източник на индивидуални различия в етичното поведение са ценностите. Използваме ги, за да оценяваме собственото и чуждото поведение. Ценностите са трайното убеждение, че конкретен начин на поведение или крайно състояние на съществуването са лично или социално за предпочитане пред противоположния начин на поведение или крайно състояние на съществуването. Културите, обществата и организациите оформят ценностите. Тъй като са общи убеждения за правилно и погрешно, ценностите формират основата на етичното поведение. Рокич разграничава два типа ценности: инструментални и крайни. Инструменталните ценности отразяват средствата за постигане на целите и представляват приемливите поведения, които трябва да се използват за постигането на някакво крайно състояние – амбиция, честност, самостоятелност и смелост. Крайните ценности, обратното, представляват целите, които трябва да се постигнат, или крайните състояния на съществуването – щастие, любов, удоволствие, самоуважение и свобода.

Трудовите ценности влияят на начина, по който хората се държат на работното си място, от гледна точка на това, което е правилно и погрешно (Rokeach, M., Ball-Rokeach, S.J., 1989). Четири релевантни трудови ценности са: постиженията, загрижеността за другите, честността и справедливостта (Eisner, S. P., 2005). Постигания са загриженост за напредването в собствената кариера, видно от поведения като усилена работа и търсене на възможности за развитие на нови умения. Загрижеността за другите се демонстрира чрез грижовни, състрадателни поведения като насърчаване или подпомагане на другите служители да работят върху трудни задачи. Загрижеността за другите е форма на гражданско поведение. Честността е осигуряване на точна информация и отказ другите да бъдат подвеждани в името на личната полза. Справедливостта подчертава безпристрастността и признаването на различни гледни точки. Хората подреждат тези ценности от гледна точка на значението им в техния трудов живот. Макар че ценностните системи на хората се различават, споделянето на сходни ценности на работното място води до положителни резултати. Служителите, които споделят ценностите на ръководителя си, са по-удовлетворени от работата си и са по-отдадени на организацията (Meglino, B.M., Ravlin, E.C., Adkins, C.L., 1989). Ценностите имат силно влияние и върху избора на работно място. Традиционно, заплащането и потенциалът за напредване в работата имат най-силно влияние върху решенията за избор на работа. Провежданите изследвания установяват, че три други

Sekulova, Sofiya

трудови ценности: постижения, загриженост за другите и справедливост, упражняват по-голямо влияние върху избора на работа. (Judge, T.A., Bretz, R.D., 1992).

Това означава, че организациите, набиращи кандидати за работа, трябва да обръщат голямо внимание на ценностите на хората и на посланията, които организацията изпраща за своите ценности.

Друго индивидуално различие, което влияе на етичното поведение, е локусът на контрола. Хората с вътрешен локус на контрола вярват, че контролират събитията в живота си и са отговорни за това, което им се случва. Обратното, хората с външен локус на контрола вярват, че външни сили, например съдба, късмет или други хора, контролират това, което им се случва.

Хората с вътрешен локус на контрола е по-вероятно в сравнение с тези с външен локус на контрола да поемат лична отговорност за последиците от своето етично или неетично поведение. Хората с външен локус на контрола са по-склонни да вярват, че външни сили причиняват тяхното етично или неетично поведение. (Trevino, L.K., Youngblood, S.A., 1990). Изследванията показват, че тези с вътрешен локус на контрола вземат по-етични решения в сравнение с хората с външен локус на контрола. Лицата с вътрешен локус се съпротивляват повече на социалния натиск и са по-малко готови да навредят на друг човек, дори и ако авторитетна/властна фигура им нарежда да го направят (Lefcourt, H.M., 1982).

Друго индивидуално различие, което влияе върху етичното поведение, е макиавелизмът – личностна характеристика, сочеща готовност за постигане на власт чрез манипулирането на другите. Макиавелианците обикновено използват измама във взаимоотношенията, имат цинично становище за човешката природа и не се интересуват от традиционните идеи за правилно и погрешно. (Christie, R. and Geis, F.L., 1970). Те са умели манипулатори и разчитат на способността си да убеждават и вярват, че манипулирането на другите е оправдано, ако помага да се оправдава целта. Следователно, тези хора е по-вероятно да се ангажират в съмнително етично поведение (Knouse, S. B., Giacalone, R.A., 1992). Хората с ниски резултати по макиавелизъм, обратното, ценят лоялността и взаимоотношенията. Те не са готови за манипулират другите в името на личната полза и се интересуват от мнението им. Служителите могат да противодействат на макиавелистки настроените лица, като се фокусират върху

ATTITUDES, VALUES AND ETHICS IN THE WORKPLACE

екипната работа, а не върху индивидуалните взаимоотношения, където тези с високи резултати ще имат надмощие.

Когнитивно нравствено развитие

Нивото на когнитивно-нравствено развитие на човека влияе също върху етичното поведение. Психологът Лоурънс Колбърг смята, че докато хората съзряват, се придвижват през поредица от шест етапа на нравственото развитие. (Kohlberg, L., 1969). На всеки следващ етап те стават все по-малко зависими от мненията на другите хора за правилно и погрешно, и по-малко егоцентрични. На по-високите нива на нравствено развитие хората се интересуват от широките принципи на справедливостта и от избраните от тях етични принципи. Моделът на Колбърг се фокусира върху процеса на вземане на решения и как хората обосновават етичните решения. Този модел е когнитивна теория за развитието за начина, по който хората мислят за правилното и погрешното, и как процесът на вземане на решения се променя чрез взаимодействието с другите хора и със средата.

Когато хората съзряват нравствено, тяхното нравствено развитие преминава през тези етапи в необратима последователност. Хората на по-високите етапи на развитието е по-малко вероятно да мамят (Malinowski, C.I., Smith, C.P., 1985), по-вероятно е да се ангажират в сигнализирането на нередности (Brabeck, M., 1984) и да вземат етични бизнес-решения (Penn, W.Y., Collier, B.D., 1985).

Трудови нагласи

Нагласите на работното място са важни, защото пряко или непряко влияят върху трудовото поведение. Основното сред нещата, които влияят отрицателно на трудовите нагласи на служителите, са изискващите големи умения и усилия работни места, комбинирани с липсата на контрол от страна на служителя. Положителният психологически климат на работното място от друга страна, може да води до положителни нагласи и добро изпълнение.

Удовлетворението от работата. Повечето от нас вярват, че работата трябва да е положително преживяване. Удовлетворението от работата е приятно или позитивно емоционално състояние, възникващо в резултат от оценката на собствената работа или трудовите преживявания. То е обща нагласа и удовлетворение от пет конкретни измерения на работата: заплащане, самата работа, възможности за издигане, ръководство и колеги. Съгласно проведени изследвания, предизвикателната работа, ценените награди,

Sekulova, Sofiya

възможностите за напредване, компетентното ръководство и подкрепящите колеги са измерения на работата, които могат да водят до удовлетворение. Заплащането е само маргинално свързано с удовлетворението от работата. Добре платените хора са само незначимо по-удовлетворени от относително зле платените.

Удовлетворението от работата е свързано с редица други важни лични и организационни резултати, например организационно гражданско поведение, т. е. доброволно поведение, което надскача формалните трудови задължения. Удовлетворените служители е по-вероятно да правят положителни коментари за компанията, да се въздържат да се оплакват, когато нещата не вървят добре, и да помагат на колегите си (Bettencourt, L.A., Gwinncr, K.P., Meuter, M.L., 2001). Надскачането на задълженията е особено важно в организациите, които използват екипи, за да вършат работата. Служителите зависят от допълнителната помощ един от друг, за да постигнат целите на организацията. Удовлетворените работници е по-вероятно да искат да върнат нещо на организацията, защото желаят да се отплатят за положителните си преживявания. (Organ, D.W., 1988).

Отклоняващото се поведение на работното място – контрапродуктивно поведение, което нарушава организационните норми и причинява вреда на другите или на организацията, е друг резултат от нагласите към работата. Девиантността привлича вниманието заради отрицателните събития в света на бизнеса като съкращаване на служители, технологична несигурност и други предизвикателства, пред които се изправят редица организации. Съкращенията например може да карат служителите да развият отрицателни нагласи, да са гневни и враждебни към организацията и да се впускат в отмъщение. Дори когато служителят запазва работата си, но вярва, че процедурите, използвани за прекратяване на трудовите договори на колегите му, са несправедливи, отклоняващо се поведение на работното място като клеветене на работодателя или отмъщение на мениджъра може да се появят (Heilman, M.E., Block, C.J., Stathatos, P., 1997). Неуспехът на компанията да се справи със ситуациите по етичен начин, може да й струва скъпо. Служителите, които са съкращавани или уволнявани, силно се интересуват от качеството на отношението, което получават. Честността и откритото обясняване на причините за уволнението, и зачитането на достойнството на служителите ще намали вероятността те да предявят иск срещу компанията. (Lind, E. A.,

ATTITUDES, VALUES AND ETHICS IN THE WORKPLACE

Greenberg, J., Scott, K.S., Welchans, T. D., 2000). Несправедливостта на работното място е основна причина за девиантност, саботаж и отмъщение.

Положителните нагласи към работната среда обикновено водят до намаляване на девиантността. Предотвратяването и управлението на отклоняващото се поведение на работното място са важни, защото те вредят на представянето на организацията и на отдела, в който се появяват.

Афективна отдаденост на организацията. Силата на идентификацията на човека с организацията е известна като отдаденост на организацията. Афективната отдаденост е намерението на служителя да остане в организацията заради силно желание да го направи. Тя се състои от три фактора – вяра в целите и ценностите на организацията; готовност да се вложат усилия в името на организацията; желание човекът да остане член на организацията. Афективната отдаденост обхваща лоялността, но и дълбок интерес към добруването на организацията.

Афективната отдаденост се увеличава и когато организацията и служителите споделят едни и същи ценности, и когато организацията подчертава ценности като нравствен интегритет, справедливост, креативност и откритост (Finegan, J.E., 2000). Отрицателните преживявания на работното място, като например дискриминацията, могат без съмнение да намалят афективната отдаденост.

Повечето хора са податливи на външни влияния и не действат като независими етични субекти. Вместо това те наблюдават другите служители, както и начина чрез който се подкрепят и следят организацията за насока, която да насърчава етичното поведение чрез кодекси на поведение, етични комисии, етични комуникационни системи, обучение, норми, моделиране и награди и наказания.

Организационната култура може да има дълбоки ефекти върху етичното поведение на членовете на организацията. Организациите, в които ръководителите и топ мениджърите са ролеви модели на етичното поведение и които се характеризират с откритост в обсъждането на етичните проблеми, имат по-малко инциденти с неетично поведение (Navran, F., 1992). Когато културата на компанията подпомага етичните норми, хората се държат по съответния начин. Мениджърите могат да въведат философията, че етичното поведение има бизнес смисъл и подравнява компанията по ценностите на по-голямото общество (Labich, K., 1992). Лидерите могат да използват

Sekulova, Sofiya

историите като инструмент за изграждане на етична култура и за създаване на чувство за идентификация с членовете на организацията с по-висша цел на организацията.

Доверието е друг ключ към ефективното управление на етичното поведение, особено в култури, които насърчават подаването на сигнали за нередности. Служителите трябва да вярват, че съобщаващите за нередности служители ще бъдат защитени, че използваните процедури за разследване на етичните проблеми ще са справедливи и че мениджмънтът ще предприеме действия за решаването на проблемите, които са открити.

Организациите, които искат да насърчават етичното поведение, могат да го правят, като използват своята организационна култура. Етичната корпоративна култура може ясно да комуникира границите на етичното поведение, да подбира служители, които да подкрепят етичната култура, да награждава членовете на организацията, които демонстрират етично поведение, и последователно да наказва тези, които се ангажират в неетично поведение.

Литература

Bettencourt, L. A., Gwinncr, K. P., Meuter, M. L. (2001) „A Comparison of Attitude, Personality, and Knowledge Predictors of Service-Oriented Organizational Citizenship Behaviors“, Journal of Applied Psychology, Vol. 86, p. 29-41;

Brabeck, M., (1984) „Ethical Characteristics of Whistleblowers, Journal of Research in Personality, Vol. 18, p. 41-53;

Christie, R., Geis, F.L., (1970), Studies in Machiavellianism, New York: Academic Press;

Eisner, S. P., (2005), „Managing generation Y“, S.A.M. Advanced Management Journal, Vol. 4, p. 4-15.

Finegan, J. E. (2000) „The Impact of Person and Organizational Values on Organizational Commitment, „Journal of Occupational and Organizational Psychology, Vol. 73, p. 149-169;

Heilman, M. E., Block, C.J., Stathatos, P. (1997), „The Affirmative Action Stigma of Incompetence: Effects of Performance Information Ambiguity,“ Academy of Management Journal, Vol. 40, p. 603-625;

Judge, T. A., Bretz, R.D., (1992) „Effects of Work Values on Job Choice Decisions,“ Journal of Applied Psychology, Vol. 77, p. 261-271.

Knouse, S. B., Giacalone, R. A., (1992), „Ethical Decision Making in Business: Behavioral Issues and Concerns, Journal of Business Ethics, Vol. 11, p. 369-377.

ATTITUDES, VALUES AND ETHICS IN THE WORKPLACE

Kohlberg, L., (1969), Stage and Sequence the Cognitive Developmental Approach to Socialization, „in D.A. Goslin, ed., Handbook of Socialization Theory and Research (Chicago: Rand McNally, p. 347-480.

Labich, K. (April 20, 1992) „The New Crisis in Business Ethics“, Fortune, p.167-176.

Lefcourt, H. M., (1982), Locus of Control: Current Trends in Theory and Research, 2nd ed. (Hillsdale, NJ: Erlbaum);

Lind, E. A., Greenberg, J., Scott, K. S., Welchans, T. D. (2000) „The Winding Road from Employee to Complainant: Situational and Psychological Determinants of Wrongful-Termination Claims“, Administrative Science Quarterly, Vol. 45, p. 557-590;

Malinowski, C. I., Smith, C. P. (1985), „Moral reasoning and Moral Conduct: An Investigation Prompted by Kohlberg`s Theory“, Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 49, p. 1016-1027;

Meglino, B. M., Ravlin, E. C., Adkins, C.L. (1989), „A Work Values Approach to Corporate Culture: a field Test of the Value Congruence Process and Its Relationship to Individual Outcomes, Journal of Applied Psychology, Vol. 74, p. 424-432.

Navran, F. (1992) „You Role in Shaping Ethics“, Executive Excellence, Vol. 9, p. 11-12.

Organ, D.W., (1988), Organizational Citizenship Behavior: The Good Soldier Syndrome, Lexington Books;

Penn, W. Y., Collier, B.D., (1985) „Current Research in Moral Development as a Decision Support system“, Journal of Business Ethics, Vol. 4, p. 131-136;

Rokeach, M., Ball-Rokeach, S.J., (1989) „Stability and Change in American Value Priorities, American Psychologist, Vol. 44, p. 775-784.

Trevino, L. K., Youngblood, S.A. (1990), „Bad Apples and Bad Barrels: A Causal Analysis of Ethical Decision-Making Behavior“, Journal of Applied Psychology, Vol.75, p. 378-385.



Theoretical article

MANAGING SCHOOL RELATED STRESS IN CHILDREN WITH LEARNING DISABILITIES

Petroula Bentsou, PhD student

Department of Psychology, South-West University "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria,
p.bentsou@gmail.com

Abstract:

Students with learning disabilities because of their difficulties at school are prone to experience stress and anxiety during assessment, fear of failure, fear of negative evaluation, high levels of achievement motivation, unfavourable attitudes towards the school context, as well as symptoms of antisocial behavior. A part of students with learning problems attend mainstream schools, resulting in an even higher level of stress for both examinations and their progress in the classroom. Strategies for coping with and managing stress are necessary both in the preparation of the student for the examination process by the teacher as a learning-educational process in the school context, and in the general coping with stress, as a future personality, in later life. The parents and teachers could have important roles in helping to manage school related stress in students with learning disabilities.

KEYWORDS: anxiety, coping, learning disabilities, stress

Introduction

Learning Difficulties constitute the largest category of special educational needs as about 50% of students with disabilities have a diagnosis of Learning Difficulties mainly related to reading difficulties (Kavale & Forness, 2000).

Some references to the difficulties that some children and adults have in learning, their possible causes, and their contribution to individual differences, have appeared since ancient Greece (Mann, 1979). However, in 1963 the term "Learning Disabilities" as such learning difficulties that cannot be explained by the cognitive potential of students was popularized by the psychologist and special educator Samuel Kirk, at a conference of parents of children with learning difficulties (called previously "perceptually handicapped children", "brain injured" or "with minimal brain dysfunction") and special education professionals (Kirk, 2014, p.126).

The Etiology of Learning Difficulties

In the early periods of the study of Learning Disabilities, research into their etiology revolved around the neurological theory (Hermann, 1959; Hinshelwood, 1917). Brain lesions of minimal extent, which could not be detected by traditional imaging methods, were implicated (Hermann, 1959; Hinshelwood, 1917). Visual and auditory perceptual-motor deficits, genetic causes, and problems in specific brain parts, such as the cerebellum, were then considered as causative factors (Hermann, 1959; Hinshelwood, 1917).

The problems in language processing, deficits in phonological awareness, knowledge and use of the phonemes of language are considered the most important predictor of the major

MANAGING SCHOOL RELATED STRESS IN CHILDREN WITH LEARNING DISABILITIES

type of Learning Disabilities - reading difficulties (Wagner, & Torgesen, 1987; Wagner et al., 1994). The hypothesis is that deficient phonological awareness leads to difficulties in storing and/or recalling and processing words as unified sets and discrete spelling representations, so there is difficulty in making links between written and spoken word representations and therefore a lack of comfort and fluency in decoding (Snowling, 2000; Vellutino et al., 2004).

The definition of Learning Difficulties

Throughout the historical development of the scientific field of Learning Disabilities many definitions have been developed in an attempt to highlight the nature of Learning Disabilities. Scholars' quests, both research and theoretical, have led to a significant number of definitions, which are under constant critical analysis and adaptation (Ysseldyke, 2005).

A study of the most widely accepted definition (Hammill, 1990) reveals some elements that differentiate students with Learning Difficulties from their typical peers or from students with other problems:

- Learning Difficulties manifest themselves with a range of difficulties and characteristics that are not, however, common to the whole population. This results in the impossibility of constructing a central profile and consequently the difficulty of proposing a teaching intervention that is effective and appropriate for all pupils in this group.
- Learning Difficulties have an organic etiology that is endogenous to the student. Although the causal factors, nor the mechanism of their functioning have not been fully elucidated, it has become clear that they are rooted in central nervous system dysfunctions. This assumption excludes the development of Learning Difficulties after the student enters school and due to teaching or other factors.
- Learning disabilities are differentiated from other conditions of disadvantage, such as sensory impairments or mental retardation and the learning problems that characterize them. This differentiation can serve as a "compass" for the differential diagnosis of Learning Disabilities.
- Learning Difficulties are characterized by an unexpected discrepancy between a student's cognitive potential and academic performance. The use of the criterion of discrepancy for many years has been the almost exclusive way of diagnosing Learning Difficulties. This criterion, set to "quantify" the failure of children in this group, has been translated into either a deviation of the IQ from performance on weighted academic-type tests, or a deviation of the verbal IQ from the practical IQ (Hammill, 1990).

Finally, it should be stressed that the definition of Learning Disabilities not only defines the conceptual content of the term and its etiology, but also indirectly determines the way in which they are assessed and diagnosed. The criterion of discrepancy used for many years was initially viewed positively, because it was considered to ensure the differentiation of Learning Difficulties from other forms of failure and therefore ensure appropriate educational support and the appropriate identification of the type of special education structure for the student's attendance (Meyer & Felton, 1999), but it is viewed with skepticism by contemporary researchers (Lyon et al., 2002; Vellutino et al., 1998).

The role of family with a child with Learning Disabilities

The family is a system of relationships between its members, but also part of other wider systems. Thus, everything that happens in a family, the way the family reacts and the consequences of its reaction are a synthesis of variables where interactions are constantly active. Moreover, each family tries to adapt to the particular environment in which it lives through the interaction of its cultural values, its goals, and the specific characteristics of the environment. The needs of the family and the parents are not always the same but are shaped

Bentsou, Petroula

according to the family's stage of development, as well as in relation to the awareness of the existence of Learning Difficulties in their child. Although parents go through certain stages when they discover their child's problem, the passage through the stages is not the same for everyone. Each family has its own characteristics, interactions, functions and development, and it is therefore unique.

When a child with Learning Difficulties belongs to a family, the most critical moment is the recognition and diagnosis of the Learning Difficulties problem, which usually comes after the start of school. At this point, parents may feel anger, frustration, or experience physical problems, discovering that their previously perfectly normal child is experiencing a serious problem. Seeking other specialists to reject or confirm the diagnosis is also a very common reaction of parents. Particularly in the area of Learning Disabilities where diagnosis is difficult at an early age, it is perhaps expected and acceptable for parents to seek "a second opinion". As far as the development of defense mechanisms is concerned, this may be functional in the first instance and give the parents the opportunity to adapt. Otherwise, the parents may react by conflict with their partner, by constantly changing experts and seeking a new diagnosis, or by developing a range of defense mechanisms such as denial (Gallagher, 1995).

After the initial adjustment (effective or not), the parents try to understand the cause and look for possible treatments. The parents seek the cause to find appropriate treatment. In the realm of emotional response, the parents may be led to accept or reject their child with Learning Disabilities. In the case of acceptance, the parents focus on the positives and progress and do not dwell on the failures. In contrast, in the case of rejection, some parents may make unrealistic demands that hinder the child's maximum development or overprotect the child by overly reducing their demands or even try to cover up rejection with overly positive comments. At this point, the role of the teacher is extremely important. Providing objective information and discreet but firm support can make it easier for parents to choose appropriate services and make sound educational decisions.

In the field of Learning Disabilities, the important role and influence of parents has been evident from the very beginning to the extent that parents have been actively involved in identifying Learning Disabilities as a category of special educational needs. Today, this role is intensifying, based on some specific developments:

- there is legislation to ensure that parents are involved in educational decisions for their child. By law, the parents are the ones who make the final decision about their child's education and special education placement. Furthermore, the parents are considered important in the development of the Individualized Education Program.
- the parents shape policy and administrative decisions on the education of pupils with learning disabilities through the activation of parents' groups and associations at local, national and international level;
- their role is enhanced by the emphasis on early detection and intervention to address Learning Difficulties. Furthermore, the role and importance of families of children with Learning Disabilities has been documented with substantial research evidence both in understanding the problems that arise (Toro et al., 1990) and in the support that families can provide (Eiserman et al., 1995; Miedel & Reynolds, 2000; Temple et al., 2000). In particular, it has been shown that increasing the frequency of teacher-parent contact increases the positive attitudes of one group toward the other and that school interventions are more effective if they are accompanied by parental support at home (Michael et al., 1992).

The role of teachers in case of Learning disabilities

MANAGING SCHOOL RELATED STRESS IN CHILDREN WITH LEARNING DISABILITIES

Despite the general recognition of the importance of the family in the education of students with Learning Disabilities, some significant problems often arise in the collaboration between teachers and parents. The parents may have negative attitudes and distrust of teachers, while the teachers may have negative attitudes towards parents. Often teachers' and parents' views on children's abilities and mistakes differ, resulting in conflicts. The teacher makes judgements based on her/his knowledge of the student's performance in relation to other students, the student's age and the teacher's knowledge of and attitude towards Learning Difficulties. On the other hand, the parent judges on the basis of his/her experience with the child, the child's development since birth, his/her effort, his/her knowledge of Learning Difficulties and accordingly his/her attitude towards them. Particularly in the case of parents of students with Learning Difficulties, the parents may be ashamed or may not even want to hear negative comments about their child.

Furthermore, a problem can be created by the different educational level between the teacher and the parent. Involving parents in their children's education and working with the school requires a cultural capital that many parents may not have. Particularly in the last ten years, the cultural composition of the school population in Greece has also changed. Today, schools are attended by children from families with different languages, traditions, religions and values, creating a new set of demands. Depending on the different perceptions that each culture carries, school failure or other behaviors may be interpreted negatively.

In addition, depending on cultural values, Learning Difficulties will be understood as a permanent or reversible problem, to be dealt with by the individual or the extended family, to be resolved by the state or the close family context. In the same vein, the values in relation to the role of the state and education as a whole will influence the way parents deal with the existence of Learning Difficulties in their children, their attendance at school and thus their communication with teachers. The importance of the socio-economic factor, particularly increasing poverty, should also be noted, which affects the family's health, productivity, physical living environment, emotional health and daily interactions (Park et al., 2002).

If the parent expresses criticism or anger towards the teacher, Jones and Jones (1995) suggest that the teacher should remain polite and calm, avoid being defensive but listen actively, ask the parent what the goal is, ask if the student knows the problem, be clear using factual data, and tell the parent what s/he intends to do to solve the problem. Particularly important is the first meeting, which must be very well prepared by the teacher, since good preparation ensures its success (Jordan et al., 1998). It is important that the teacher has a representative sample of the student's work, that parents can ask questions, that the teacher can answer them, that there is enough time, and that the teacher can explain what kind of intervention s/he is proposing (Simpson, 1990).

The teacher must recognize the wealth of information that parents possess and in a structured and systematic way use it both in developing the programme and supporting the student and in communicating with the parent in order to create a climate of mutual respect and recognition. For example, the teacher may prepare a protocol for observing significant behaviors at home, thus inviting the parent to assess and understand the child's problems. The teacher can also guide the parent in supporting the child the most of time at home. For example, provide a schedule where for five days the student notes what he or she does at home. This will form the basis for organizing and reallocating the time available for each activity. Teachers can greatly assist parents through providing systematic, easy-to-use and correct information about materials, agencies, parent associations, etc. Furthermore, teachers collectively or individually can act as educators for parents on issues of interest to them.

Managing stress in students with learning difficulties

The threat of assessment can lead to high levels of stress and anxiety among students with learning disabilities experiencing significant problems such as difficulty concentrating, frustration, developing clinical symptoms and memory problems. There is a need to reduce the stress levels of students with learning disabilities in order to achieve an optimal academic result. The educational institutions should offer extra help to students, especially to those with learning disabilities, to cope with exam stress in the form of provision of extra time for exams and some direct intervention strategies.

Anxiety and stress could be treated with medication or psychotherapy. Another method that has been useful in reducing stress in students is physical exercise (Garber, 2017). Physical exercise has been shown to reduce symptoms of anxiety and depression through a variety of physiological mechanisms and through its effect on sleep, social affect, and sense of belonging. In general, an exercise program of at least 10 weeks, with relatively vigorous physical activity for at least 20 to 30 minutes and at a frequency of 3 to 4 times per week, has been shown to be effective in treating anxiety disorders (Garber, 2017). Physical exercise as a treatment is sometimes superior to control interventions in various studies, and sometimes comparable to treatments such as cognitive-behavioral intervention and medication (Pelletier et al, 2017).

Mindfulness practices can help people calm their bodies and minds dealing with stress and anxiety disorders (Falsafi, 2016). They are easy to learn and when people learn them, they can even practice them at home, on their own (Falsafi, 2016).

Another method of dealing with anxiety is cognitive behavioral therapy that is an effective treatment for improving mental health by means of changing automatic thinking and self-criticism - behavioral patterns that often cause anxiety and depression (Asghari et al., 2016).

To deal with the difficulties of life there are various methods and strategic techniques of stress management. Some of the strategies we use only benefit us for a short time. Usually they concern ourselves: we try to change our feelings or we try to forget what concerns us (Blanch et al., 2008). However, the problem remains and continues to create unpleasant feelings and other negative consequences. Such strategies are taking medication, using alcohol or tobacco, overeating, avoiding stressful events or situations (Blanch et al., 2008).

However, there are strategies that help and benefit both immediately and in the long term. These strategies are directed towards the problem itself with the aim of dealing with it and freeing us from it and its consequences (Neuderth, 2009). The application of Problem solving technique is simple and requires only a little effort and is divided into several steps:

1. Defining the problem: We try to define exactly what is bothering or worrying us.
2. Enumeration of possible solutions: We try to find and record as many solutions as possible, for each side of the problem that concerns us. We do not hesitate to ask other people's advice.
3. Planning: In very specific terms, we decide how to implement the chosen solution.
4. Action: We implement the solution we gave.
5. Evaluation of results: If the solution was successful then we apply the method to other problems. If the solution did not work, we try to check and understand what we did not apply correctly.

Some techniques for coping with student stress focus on skill development for effective study (Neuderth, 2009). According to the empirical findings, students should be taught strategies for coping with demands, organizing their studies, planning at an early stage and

MANAGING SCHOOL RELATED STRESS IN CHILDREN WITH LEARNING DISABILITIES

realistic goal-setting to prevent exam stress and its effects (Neuderth, 2009). It is important to have preventive interventions to deal with exam stress, especially during the time transition from one school year to the next (Neuderth, 2009).

The teachers and the family cooperating could facilitate students with learning disabilities to cope with stress and anxiety improving their performance and self-confidence by means of offering different support for them as educational practices, emotional support, and change of lifestyle.

References

- Asghari, E., Faramarzi, M., & Mohammadi, A.K. (2016). The effect of cognitive behavioural therapy on anxiety, depression and stress in women with preeclampsia. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 10(11), QC04-QC07.
- Blanch, D. C., Hall, J. A., Roter, D. L., & Frankel, R. M. (2008). Medical student gender and issues of confidence. *Patient Education and Counseling*, 72(3), 374–381. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2008.05.021>
- Eiserman, W. D., Weber, C., & McCoun, M. (1995). Parent and professional roles in early intervention: A longitudinal comparison of the effects of two intervention configurations. *Journal of Special Education*, 29, 20-44.
- Falsafi, N. (2016). A randomized controlled trial of mindfulness versus yoga: Effects on Depression and / or Anxiety in college students. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*, 22(6), 483-497.
- Gallagher, L.S. (1995). The impact of learning disabilities on families. *Journal of Child Neurology*, 10(suppl. 1), 112-113.
- Garber, M.C. (2017). Exercise as a stress coping mechanism in a pharmacy student population. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 81(3), 50. <https://doi.org/10.5688/ajpe81350>
- Hammill, D. D. (1990). On defining learning disabilities: An emerging consensus. *Journal of Learning Disabilities*, 23, 74 – 84.
- Hermann, K. (1959). *Reading Disability*. Copenhagen: Munksgaard.
- Hinshelwood, J. (1917). *Congenital word-blindness*. London: H. K. Lewis.
- Jones, V. F., & Jones, L. S. (1995). *Comprehensive classroom management: Creating positive learning environments for all students* (4th ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Jordan, L., Reyes-Blanes, M.E., Peel, H. A., & Lane, H. B. (1998). Developing teacher-parent partnerships across cultures: Effective parent conferences. *Intervention in School and Clinic*, 33(3), 141-147. <https://doi.org/10.1177/105345129803300302>
- Kavale, K. A. & Forness, S. R. (2000). What definitions of learning disability say and don't say: A critical analysis. *Journal of Learning Disabilities*, 33(3), 239 – 256. <http://doi.org/10.1177/002221940003300303>
- Kirk, S. A. (2014). Republication of “Learning Disabilities: A Historical Note”. *Intervention in School and Clinic*, 50(2), 125-128. <https://doi.org/10.1177/1053451214531393>
- Lyon, G. R., Fletcher, J. M. & Barnes, M. C. (2002). Learning Disabilities. In E. J. Mash & R. Bradley (Eds.), *Handbook of Behavioral Disorders* (pp. 2 – 93). New York, NJ: Guilford.
- Mann, L. (1979). *On the trail of process*. New York, NJ: Grune & Stratton.

Bentsou, Petroula

- Michael, M. G., Arnold, K. D., Magliocca, L. A., & Miller, S. (1992). Influences on teachers' attitudes of the parents' role as collaborator. *Remedial & Special Education, 13*(2), 24-30.
- Meyer, M. S. & Felton, R. H. (1999). Repeated reading to enhance fluency: Old approaches and new directions. *Annals of Dyslexia, 49*, 283-306.
- Miedel, W.T., & Reynolds, A. J. (2000). Parent involvement in early intervention for disadvantaged children: Does it matter? *Journal of School Psychology, 37*, 379-402.
- Neuderth, S., Jabs, B., & Schmidtke, A. (2009). Strategies for reducing test anxiety and optimizing exam preparation in German university students: A prevention-oriented pilot project of the University of Würzburg. *Journal of Neural Transmission, 116*(6), 785–790. <https://doi.org/10.1007/s00702-008-0123-7>
- Park, J., Turnbull, A. P., & Turnbull, H. (2002). Impacts of poverty on quality of life in families of children with disabilities. *Exceptional Children, 68*, 151-170.
- Pelletier, L., Shanmugasagaram, S., Patten, S.B., Demers, A. (2017). Self – management of mood and / or anxiety disorders through physical activity / exercise. *Health Promotion and Chronic Disease Prevention in Canada: Research, Policy and Practice, 37*(5), 149-159.
- Simpson, R.L. (1990). *Conferencing parents of exceptional children* (2nd edition). Austin, TX: PROED.
- Snowling, M. J. (2000). Language and literacy skills: Who is at risk and why. In D. Bishop & L. B. Leonard (Eds.), *Speech and language impairments in children: Causes, characteristics, intervention and outcome*. (pp. 245 – 250). Philadelphia, PA: Psychology Press
- Temple, J. A., Reynolds, A. J. & Miedel, W. T. (2000). Can early intervention prevent high school dropout? Evidence from the Chicago Child-Parent Centers. *Urban Education, 35*, 31-56.
- Toro, P. A., Weissberg, R. P., Guare, J., & Liebenstein, N. L. (1990). A comparison of children with and without learning disabilities on social problem-solving skill, school behavior, and family background. *Journal of Learning Disabilities, 23*, 115-120.
- Vellutino, F. R., Fletcher, J. M., Snowling, M. J. & Scanlon, D. M. (2004). Specific reading disability (dyslexia): What have we learned the past four decades. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 45*(1), 2 – 40.
- Vellutino, F., Scanlon, D. & Tanzman, M. (1998). The case of early intervention in diagnosing reading disability. *Journal of School Psychology, 36*, 367 – 397.
- Wagner, R. K., & Torgesen, J. K. (1987). The nature of phonological processing and its causal role in the acquisition of reading skills. *Psychological Bulletin, 101*, 192-212.
- Wagner, R.K., Torgesen, J.K., & Rashotte, C.A. (1994). The development of reading related phonological processing abilities: New evidence of bi-directional causality from a latent variable longitudinal study. *Developmental Psychology, 30*, 73-87
- Ysseldyke, J. E. (2005). Assessment and decision making in Learning Disabilities: What if this is as good as it gets? *Learning disability Quarterly, 28*(2), 128-132.



Theoretical article

NAVIGATING PERSONALITY ADAPTATIONS: PARENTAL COPY BEHAVIORS IN RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENT DISABILITIES

Giannoulakis Andreas, Ph.D. student

Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

email: antgian90@hotmail.com

Abstract

In this article, we explore the intricate dynamics of "Parental Resilience and Adaptation: Understanding Copy Behaviors in the Context of Developmental Disabilities," thus providing an extensive examination on how parents to children with developmental disabilities face their unique challenges. The study uses a comprehensive literature review to explore the complex aspects of parental stress, coping strategies, resilience as well as behavioral adaptations particularly focusing on personality's contribution in these processes. It commences by highlighting the high levels of strain and psychological distress that parents undergo because of demands from caregiving, social stigma and financial constraints. This is followed by an evaluation of various ways used by these parents in dealing with their problems which underline the importance of both problem-focused and emotion – focused coping mechanisms. Resilience is underscored as being one of the important themes represented not as something that people are born with but it is shown like a result of individuals' personality traits, social support systems and ability to derive meaning from during difficult experiences. Furthermore, this research explores behavioral mimicry concept when parents unconsciously adopt child-representative behaviors influenced greatly by their personal characteristics. Moreover, this paper discusses the impact that having a disabled child has on families looking at approaches to adapt such as the need for open communication and supporting family environments. Lastly, this paper emphasizes how complicated parenting can be in relation to developmental disabilities while it highlights that its adaptive processes are dynamic hence they call for interventions tailored to their specific needs as well as support systems.

Keywords: *behavioral adaptation, developmental disabilities, family dynamics, parental resilience, personality organization, psychological coping, stress management*

Introduction

Parenting a child with developmental disabilities is an intricate dynamic that involves several issues around personality organization and copy behaviors. It is a complicated journey involving emotional resilience, coping mechanisms and behavioural adaptations. Developmental disabilities are diverse and may include autism spectrum disorders, Down syndrome, cerebral palsy among others all of which have their own set of unique challenges to the families affected (American Psychiatric Association, 2013).

Understanding this dynamic requires a focus on personality organization in parents. Personality is not a static construct; it can be molded and shaped by the circumstances of life (Caspi & Roberts, 2001). Parents' personality traits play a significant role in determining their coping mechanisms and adaptation strategies when parenting children who have developmental disabilities such as autism (Hastings & Taunt, 2002). For instance, parents who are highly neurotic may experience more stress in comparison to those who are open-minded or resilient enough to handle the situation positively (Deater-Deckard, 2004).

The concept of 'copy behaviors' or behavioral mimicry is very crucial here. It becomes so through the parents' lives as they work hard to adjust their minds, goals and practices for the sake of supporting their child's needs (Hodapp & Urbano, 2007). In this regard, as Charlop-Christy & Carpenter (2000) indicate it is understandable that parents undergo this phenomenon due to the fact that they would easily pick up characteristics or emotions exhibited by their children without being aware of it.

Parenting children with developmental disabilities has been well documented concerning stress. Additionally, these parents also face societal barriers such as inadequate support system; stigma from society among other financial implications that exacerbate an already stressful situation for them (Olsson & Hwang, 2001; Woodman, 2014). Such pressure has dire consequences not just on mental health but also physical wellbeing of individuals like parents or family members (Miodrag & Hodapp, 2010).

Despite the hardships, many parents demonstrate incredible resilience. In this context, resilience means being able to do well in life and have good mental health despite facing difficult circumstances (Masten & Obradović, 2006). It is not a characteristic that exists within individuals but a process that depends on how persons interact with their environment (Luthar,

NAVIGATING PERSONALITY ADAPTATIONS: PARENTAL COPY BEHAVIORS IN RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENT DISABILITIES

Cicchetti, & Becker, 2000). One of the things required for resilience to develop is social support which has been found to reduce stress and improve outcomes for parents of children with developmental disabilities (Boyd, 2002).

Also, there are various coping strategies employed by parents to deal with stress related to their child's disability. These can be broken down into problem-focused coping strategies which address the issue directly and emotion-focused coping strategies which try to regulate one's emotions concerning the situation (Lazarus & Folkman, 1984). The personality traits of parents and the nature of the child's condition influence how effective these forms of coping may be (Gray, 2006).

In summary, parenting a child with developmental disabilities is a complex dynamic that alters parent's personality organization and behaviour structure. How parents adapt or manage these challenges rests largely on interplay between personality traits, resilience and coping mechanisms. With ongoing research in this area it becomes paramount to develop deeper understanding of these dynamics so as to assist families on this path better.

The Family System in the Context of Disabilities

Disabilities lead to significant changes in the family unit, which is a key component in the social and emotional development. This becomes more complex in families with developmentally disabled children, since most of these conditions are lifelong and require constant attention. For effective intervention and support measures, it is important to understand how developmental disabilities impact on the family system.

Developmental disabilities, like autism spectrum disorders, cerebral palsy, and intellectual disability pose numerous challenges that affect both the individual and their family as a whole (American Psychiatric Association, 2013). These challenges include emotional, financial, social and practical aspects. Thus, one of the significant adaptations of the family to this situation lies within the concept of family systems theory which argues that individuals cannot be studied separately but rather as an integral part of their families (Minuchin, 1985).

The effect of such disorders on families often goes deep into emotions. At times parents face various emotions like guilt, grief or anxiety about their child's future (Hastings & Beck 2004). Siblings may also feel emotionally neglected or over-burdened due to increased focus on the disabled child (Stoneman 2005). It becomes necessary for these families to maintain adaptive coping strategies and resilience in order to keep good mental health.

Giannoulakis, Andreas

The other challenge is financial hardship and practical matters. Families may incur extra expenses related to medical care, therapy sessions or special education placing them under financial burden (Parish et al., 2008). Additionally, caregiving demands can reduce opportunities for parental employment and limit social interactions leading to loneliness as well as stress (Woodgate et al., 2008).

Socially there is much at stake for the families involved. Inadequate knowledge from society contributes to exclusion while navigating through services offered by different sectors leads to confusion (Gray, 2002). Families often report feeling unsupported by their communities and even by extended family members (Boyd, 2002).

However, despite the challenges that they face, many families display incredible strength and resilience. In this case, resilience means not simply being able to bear stressors but also the ability to rise above them and find meaning in life (Walsh, 2003). Family resilience requires effective coping mechanisms including those that involve seeking social support, open communication within the family and reliable information and resources (Bayat, 2007).

Developmental disabilities have profound impacts on families in multiple ways. Consequently there are emotional problems as well as financial issues that affect all aspects of life calling for changes in behavior as well as resilience. This knowledge is essential for professionals working with these families in order to create holistic interventions that take into account the needs of all family members.

Personality and Coping: Theoretical Insights

Personality and coping are intertwined concepts that play a critical role in how individuals, particularly parents of children with developmental disabilities, manage and respond to stress. Personality theories suggest that individual differences in coping strategies and psychological resilience are rooted in personality traits. These theoretical insights are important for providing appropriate support to these parents, who often face unique and enduring challenges.

According to personality theories like the five-factor model, such aspects as openness, conscientiousness, extraversion, agreeableness and neuroticism significantly determine how people perceive or deal with stress (Costa & McCrae, 1992). For example, people with high levels of neuroticism show more frequent and intense negative emotions which may affect their efforts to deal with stressful situations (Bolger & Zuckerman, 1995). In contrast, some traits

NAVIGATING PERSONALITY ADAPTATIONS: PARENTAL COPY BEHAVIORS IN RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENT DISABILITIES

like conscientiousness and extraversion could be linked with better management of stress including effective coping strategies (Carver & Connor-Smith, 2010).

The specific behavioral and psychological maneuvers through which individuals master/contain/limit stresses form part of coping strategies as proposed by Lazarus & Folkman (1984). Problem-focused coping is one type that includes all actions aimed at eliminating or decreasing the source of stress. On the other hand emotion-focused coping refers to actions that attempt to manage one's emotional response to a stressor. Parents of children with developmental disabilities tend to use a mix of these approaches when dealing with different demands placed upon them (Hastings & Brown, 2002).

This concept is also important because it relates to resilience: "the ability to bounce back from negative experiences," adapt during difficult circumstances, sustain adversity (Smith et al., 2008). Resilience is not an innate quality but rather an outcome of an ongoing process involving a complex interplay between personal characteristics and environmental factors (Luthar et al., 2000). For instance, parents whose children have developmental disabilities can find meanings in their caregiving duties and grow as a result (Bayat, 2007).

The research has also looked at personality's role in predicting the use of specific coping strategies. For example, neuroticism has been associated with less adaptive styles such as denial and behavioral disengagement while extraversion and conscientiousness have been associated with more adaptive styles like active coping and seeking social support (Connor-Smith & Flachsbart, 2007). These coping strategies affect how parents feel about themselves and the family generally.

In families that have children with developmental disabilities, whatever coping skills parents use are not just for them as individuals but also influence the overall family system (Hastings 2003). For instance, some positive coping mechanisms such as seeking social support and positive reinterpretation may lead to more positive family interactions and better adjustment outcomes for both parents and children (Gray, 2006).

To sum it up, there is no doubt that those traits play a huge role in shaping how these parents handle their specific challenges occasioned by having children with developmental disabilities. Thus, this theoretical perspective helps us to understand the way different parents respond to stress (Connor-Smith & Flachsbart, 2007). This knowledge is necessary for designing appropriate interventions aimed at offering effective support to these families.

Parental resilience and behavioral adaptation are very important in making parents raise children with developmental disabilities. In this context, resilience refers to the ability of these parents to withstand, adapt to, and recover from the stressors and challenges they face. Behavioral adaptation is about the changes and strategies that parents use in order to be able to handle their situations well. Based on a comprehensive review of literature on these topics, it appears that the process of resilience development is influenced by different types of coping mechanisms used together with the parental well-being effects.

Resilience in parents of children with developmental disabilities is a dynamic process, influenced by various factors including individual characteristics, family dynamics, and external support systems. Recent studies have shown that resilience does not occur as a fixed intrinsic quality but as time dependent behaviors, thoughts or actions (Walsh, 2003). For example, optimistic mind set which helps them see things differently enables them to get through those trying moments. Also it is important for them not to worry too much about other people's opinions because it hinders their self improvement process. At the same time having supportive network involving friends, relatives and professional support figures- plays an integral part in encouraging resilience (Bayat, 2007).

Coping mechanisms employed by these parents can be categorized into problem-focused and emotion-focused strategies. Problem-focused coping entails actions and thoughts that address the source of stress like obtaining information or services for the child. Conversely emotion focused coping entails ways where one attempts at reducing emotional strain such as seeking emotional support or participating in relaxation exercises (Lazarus & Folkman 1984). It has been found out that adaptive coping which consists both problem-focused and emotion-focused strategies helps enhance better parental well-being (Hastings & Brown 2002).

Studies have also explored how parental resilience can influence the choice of coping strategies. For instance, resilient parents are more likely than those with lower levels of coping skills to engage in problem-focused coping (Pottie & Ingram, 2008). These parents are often positive about the challenges that their children's disabilities pose on them. They interpret these adversities as avenues for growth and development. This kind of reframing is among the keys to resilience and has been associated with psychological well-being (Greene, 2002).

NAVIGATING PERSONALITY ADAPTATIONS: PARENTAL COPY BEHAVIORS IN RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENT DISABILITIES

Again, the literature emphasizes the role of contextual variables in shaping parental resilience and coping. Most importantly, parents' perception of disability in relation to their cultural beliefs and values affects their capacity to cope with those difficulties (Keller & Honig, 2004). Moreover, resources such as respite care; educational programs available for parents also affect their effectiveness in dealing with this situation (Dunst et al., 2002).

In conclusion, parental resilience and coping are complex and multifaceted constructs that play a critical role in the lives of families raising children with developmental disabilities. According to the literature resilience can be built or strengthened through different factors including supportive relationships as well as positive ways of facing stressors. Professionals who work with such families need understand these concepts since it can help them come up with intervention measures or support systems that enhance resilience while promoting adaptive coping.

Parental Adaptation Strategies in Literature

There is a need to study how parents adapt to raising children with developmental disabilities, more so in terms of the strategies they use. This literature review will examine different approaches by parents in addressing these challenges, focusing on the adaptive processes and outcomes of such strategies.

In this context, adaptation refers to the modifications and changes that parents make in response to the demands and stressors associated with raising a child with developmental disability. These adaptations might include but are not limited to psychological, behavioral and emotional aspects, which are vital for parental well-being and family functioning. The literature has identified several key strategies, including seeking social support, information seeking, positive reframing, and advocacy.

Social support is a fundamental adaptive strategy. Studies have shown that parents who have robust support networks experience lower levels of stress and better overall well-being (Boyd, 2002). Besides providing emotional solace, social support can also be practical such as offering assistance with childcare which can significantly reduce pressures faced by parents on daily basis (Keller & Honig, 2004).

Information seeking is another critical strategy. Parents often engage in tireless efforts to acquire information about their child's condition as well as treatment options available and services provided. This proactive approach is linked to a sense of control and empowerment

Giannoulakis, Andreas

which is essential for coping with stress and uncertainty (Sloper, 2002). Moreover, it enables parents to make more effective decisions concerning the welfare of their children in regard to health care or education.

Positive reframing is a cognitive adaptation strategy where parents find positive meaning in their experiences. It could involve viewing the situation as an opportunity for personal growth or focusing on strengths rather than limitations of their child. Research shows that positive reframing is correlated with higher resilience and less psychological distress (Hastings & Taunt, 2002).

Advocacy also counts as an important adaptation strategy particularly when it comes to maneuvering through healthcare systems or education fields. Many times parents become their child's advocates who fight for the right to access services, placement in appropriate educational settings, and inclusion in life. This role can be empowering and contribute to a sense of purpose and efficacy (Ryan and Runswick-Cole, 2008).

However, the literature also recognizes that these adaptive strategies are not without challenges and complexities. Adaptation does not occur in straight line and it varies greatly based on individual, family, or contextual variables. For instance, cultural beliefs about disability can affect the types of adaptation approaches used (Keller & Honig, 2004). Additionally, the efficacy of such strategies is greatly influenced by availability and quality of resources such as specialized healthcare or education services (Dunst et al., 2007).

To sum up, parental adaptation to raising a child with developmental disabilities involves a range of strategies that are essential for managing stress and promoting family well-being. These strategies are dynamic because they are varied by social support; information; positive cognitive reframing; as well as advocacy. Understanding these adaptation strategies is crucial for professionals working with these families, as it provides insights into how best to support and empower them.

Examining Parental Copy Behaviors

Role of Personality in Behavioral Mimicry

Parental copy behaviors are a phenomenon that is very complex and yet one that interweaves issues of personality and behavioral mimicry, especially when raising children with developmental disabilities. Parents' personality traits significantly influence this behavior, which often manifests as parents adopting attitudes and behaviors reflecting their child's needs

NAVIGATING PERSONALITY ADAPTATIONS: PARENTAL COPY BEHAVIORS IN RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENT DISABILITIES

and conditions. This explains how different personality traits can influence the way parents react or adapt to their disabled children.

According to psychological research, personality represents a group of permanent characteristics that affect people's thoughts, feelings and actions in different situations. The Five-Factor Model (Costa & McCrae, 1992) describes this framework using five important dimensions: openness, conscientiousness, extraversion, agreeableness and neuroticism. Research indicates that these factors influence the ways through which parents respond to the challenges associated with bringing up children suffering from developmental disorders such as autism.

In this context, behavioral mimicry refers to unconscious adoption of behaviors, emotional states or attitudes that resemble those of the child. This theory is based on social learning that suggests humans learn from observing and imitating others especially those they have formed close attachments (Bandura, 1977). For example, parents might need to change how they talk or behave differently around their children.

The role personality plays in this process of mimicry is multiple. For instance, highly agreeable parents may be more empathetic towards their child's emotional states leading them into becoming mimics for purpose of emotional bonding (Graziano & Tobin, 2002). Similarly, those who score high on openness are more adaptable and willing to engage in new behaviors that promote interaction between them and their offspring.

On the contrary, those who scored higher on neuroticism were considered more likely to report greater anxiety levels about their child's condition leading them into becoming mimics for purposes of providing care (Deater-Deckard, 2004). In contrast with adaptive forms where a parent's emotional state is closely linked to their child's challenges, a less adaptive mimicry might arise from this response, which can potentially interfere with coping and management efficacy.

The other aspect of mimicry that research explores is how it helps parents develop understanding and empathy. For instance, Hastings and Taunt (2002) argued that behavioral mimicry often provides parents with deeper insight into the experiences and needs of their children thereby helping them to become better parents. Empathetic alignment through mimicking can be beneficial in navigating difficult emotional and behavioral dynamics surrounding developmental disabilities.

Giannoulakis, Andreas

However, literature also warns against the dangers of too much mimicry such as emotional enmeshment or loss of individual identity in the parental role. Therefore, striking a balance between empathetic alignment with their child's needs and ensuring that they take care of themselves and other family members is crucial for parents (Woodgate et al., 2008).

In conclusion, personality plays a complex role in parental copy behaviors as part of the broader parenting experience among individuals who bring up children affected by developmental issues. These personality traits greatly influence behavioral mimicry thus affecting the relationship between a parent and a child as well as other family members. Understanding these interactions helps in effective support for families so that parents may grow positively without compromising their well-being.

Comprehensive Review of Related Studies

Parenting children with developmental disabilities is one of the most important topics for psychologists and educators nowadays. Parents' adjustment to the situation and the unique challenges they endure on a daily basis are well captured in various studies that are reviewed here. Parental stress and coping mechanisms; how disability affects family dynamics and the approach adopted by parents in managing the day to day life as well as long term planning are some of the areas covered by this literature.

Stress among parents of children with developmental disabilities is one of the major themes looked into in this area of research. Hastings and Johnson (2001) conducted a study which showed that parents of such children have higher levels of stress and experiences mental health issues compared to those who have normally developing kids. Reasons for this increase in stress include increased caregiving demands, social stigma, financial burden associated with rearing a child with disability (Abbeduto et al., 2004).

Resilience along with coping mechanisms remains to be an important aspect as well. Gray's work (2006) explains how differently parents cope ranging from problem-focused approaches like seeking information or resources to emotion-focused strategies where they seek help from others or take care of themselves. The success rate or failure thereof depends on a number of factors including; level of disability, personality traits possessed by the parent(s), and availability of external support (Lloyd & Hastings, 2009).

Another domain that has been widely examined is family dynamics as affected by having a disabled child. Miodrag and Hodapp's research (2010) indicated that families with disabled children have different sibling relationships, lower marital satisfaction levels leading

NAVIGATING PERSONALITY ADAPTATIONS: PARENTAL COPY BEHAVIORS IN RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENT DISABILITIES

to dysfunctional families. Open communication skills, realistic expectations setting, and nurturing supportive families through thick and thin were identified as key adaptation strategies for overcoming these difficulties (Tway et al., 2007).

Apart from these findings, there is also a whole chapter devoted to how parents go about their day-to-day lives. This study by Boyd (2002) highlights how parents of such children adjust their communication style and routines to fit the needs of the child. The author emphasizes that it is important for parents to be flexible in order to enhance caregiver's practicality and meet the child's developmental requirements (Hodapp et al., 2005).

Additionally, there are numerous researches conducted on external support systems such as medical professionals, institutions of learning and community provisions. A study carried out by Esbensen and Seltzer (2011) sought to clarify this issue underscoring that services improve parent stress-relieving mechanism consequently promoting a better coping mechanism with parents. However, access and quality of these services tend to vary greatly thereby influencing families' general experiences (Stoneman, 2005).

In summary, literature on parenting behaviors and adaptations among developmentally disabled persons is vast and complex. It shows that difficulties faced by these families are not straightforward but rather multifarious hence they have different methods of handling them. This research also serves as a platform for creation of interventions which would target specific groups in need assistance from the society, thus providing insights for practitioners seeking to offer support and guidance.

Concluding Insights

Parental experiences in the context of raising children with developmental disabilities provide great insights on the intricacies and dynamics of this unique parenting journey. The conclusion section is a synthesis of various researches that provide an overview of the main findings on challenges faced by these parents and how they cope, adapt and remain resilient.

One of the most important findings in this area has been increased stress levels and psychological burden among parents of children with developmental disabilities. Various studies suggest that these parents have unique challenges like managing the child's care, dealing with social stigma and coping with financial difficulties (Hastings & Johnson, 2001; Abbeduto et al., 2004). This high stress can have negative effects on both their healths' meaning mental, physical, family dynamics as well as their disabled child's overall wellbeing.

Giannoulakis, Andreas

Parents develop different kinds of coping mechanisms to deal with such problems. The literature advocates for problem-focused coping strategies as well as emotional ones. Those who search for information about their situation gain more control over their own lives as compared to those who do not (Gray, 2006). Conversely, emotion focused strategies such as finding social support or taking care of themselves are needed in order to help manage the emotional impact involved in caregiving (Lloyd & Hastings, 2009).

Resilience is another significant theme in literature about disability. Parental resilience is not a static trait but rather it evolves over time and influenced by multiple factors. Resilient parents often possess certain personality traits such as optimism or flexibility and have strong support networks (Masten, 2001; Walsh, 2003). It allows them to adapt to their situations thus finding meaning out of it despite its hardships while maintaining positive attitudes.

Adaptation is a concept comprised by several behavioral patterns and techniques. Parents often need to change their expectations, ways through which they communicate and daily routines so that they can effectively meet the needs of their child with developmental disabilities (Boyd, 2002). This involves several factors such as the particular needs of the child, the parents' personality traits and external resources that are available to them (Dunst et al., 2007).

Additionally, literature brings out how families are affected by a child's disability. The presence of a developmental disability alters marital relationships, sibling interactions and overall family structure (Miodrag & Hodapp, 2010). Families that effectively deal with such problems have adopted open communication ways in addition to maintaining realistic objectives and developing a supportive inclusive environment within their families (Twyo et al., 2007).

In summary, this body of literature on parental experiences in the context of developmental disabilities generates important insights into the challenges, coping mechanisms and resilience of these parents. It also emphasizes how complicated their experiences are and how they adapt to dynamic situations. Understanding this is essential for creating effective support systems and interventions that meet the specific needs of these families. By recognizing and addressing these unique challenges faced by these parents, it can improve their wellbeing as well as those of their children and families at large.

NAVIGATING PERSONALITY ADAPTATIONS: PARENTAL COPY BEHAVIORS IN RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENT DISABILITIES

References

- Abbeduto, L., Seltzer, M. M., Shattuck, P., Krauss, M. W., Orsmond, G., & Murphy, M. M. (2004). Psychological well-being and coping in mothers of youths with autism, Down syndrome, or fragile X syndrome. *American Journal on Mental Retardation*, 109(3), 237-254.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bayat, M. (2007). Evidence of resilience in families of children with autism. *Journal of Intellectual Disability Research*, 51(9), 702-714.
- Bolger, N., & Zuckerman, A. (1995). A framework for studying personality in the stress process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(5), 890-902.
- Boyd, B. A. (2002). In the shadow of the child: Siblings of children with autism. *Autism*, 6(4), 409-424.
- Carver, C. S., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual Review of Psychology*, 61, 679-704.
- Caspi, A., & Roberts, B. W. (2001). Personality development across the life course: The argument for change and continuity. *Psychological Inquiry*, 12(2), 49-66.
- Charlop-Christy, M. H., & Carpenter, M. (2000). Modified incidental teaching sessions: A procedure for parents to increase spontaneous speech in their children with autism. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 2(2), 98-112.
- Connor-Smith, J. K., & Flachsbart, C. (2007). Relations between personality and coping: A meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(6), 1080-1107.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Four ways five factors are basic. *Personality and Individual Differences*, 13(6), 653-665.
- Deater-Deckard, K. (2004). *Parenting stress*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Dunst, C. J., Trivette, C. M., & Cross, A. H. (2002). Mediating influences of social support: Personal, family, and child outcomes. *American Journal of Mental Retardation*, 107(4), 272-284.
- Dunst, C. J., Trivette, C. M., & Hamby, D. W. (2007). Meta-analysis of family-centered helpgiving practices research. *Mental Retardation and Developmental Disabilities Research Reviews*, 13(4), 370-378.

Giannoulakis, Andreas

- Esbensen, A. J., & Seltzer, M. M. (2011). Accounting for the “Down syndrome advantage.” *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities*, 116(3), 181-196.
- Gray, D. E. (2002). ‘Everybody just freezes. Everybody is just embarrassed’: Felt and enacted stigma among parents of children with high functioning autism. *Sociology of Health & Illness*, 24(6), 734-749.
- Graziano, W. G., & Tobin, R. M. (2002). Agreeableness: Dimension of personality or social desirability artifact? *Journal of Personality*, 70(5), 695-727.
- Greene, R. R. (2002). *Resiliency: An integrated approach to practice, policy, and research*. NASW Press.
- Hastings, R. P. (2003). Child behavior problems and partner mental health as correlates of stress in mothers and fathers of children with autism. *Journal of Intellectual Disability Research*, 47(4-5), 231-237.
- Hastings, R. P., & Beck, A. (2004). Practitioner review: Stress intervention for parents of children with intellectual disabilities. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(8), 1338-1349.
- Hastings, R. P., & Brown, T. (2002). Behavior problems of children with autism, parental self-efficacy, and mental health. *American Journal on Mental Retardation*, 107(3), 222-232.
- Hastings, R. P., & Johnson, E. (2001). Stress in UK families conducting intensive home-based behavioral intervention for their young child with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 31(3), 327-336.
- Hastings, R. P., & Taunt, H. M. (2002). Positive perceptions in families of children with developmental disabilities. *American Journal on Mental Retardation*, 107(6), 456-468.
- Hodapp, R. M., & Urbano, R. C. (2007). Adult siblings of individuals with Down syndrome versus with autism: Findings from a large-scale US survey. *Journal of Intellectual Disability Research*, 51(12), 1018-1029.
- Hodapp, R. M., Glidden, L. M., & Kaiser, A. P. (2005). Siblings of persons with disabilities: Toward a research agenda. *Mental Retardation*, 43(5), 334-338.
- Keller, H., & Honig, A. S. (2004). Maternal and paternal stress and coping strategies in families with a young child with a disability. *Journal of Early Intervention*, 26(3), 175-189.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.

NAVIGATING PERSONALITY ADAPTATIONS: PARENTAL COPY BEHAVIORS IN RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENT DISABILITIES

Lloyd, T. J., & Hastings, R. P. (2009). Hope as a psychological resilience factor in mothers and fathers of children with intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 53(12), 957-968.

Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.

Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.

Minuchin, S. (1985). Families and individual development: Provocations from the field of family therapy. *Child Development*, 56(2), 289-302.

Miodrag, N., & Hodapp, R. M. (2010). Chronic stress and health among parents of children with intellectual and developmental disabilities. *Current Opinion in Psychiatry*, 23(5), 407-411.

Olsson, M. B., & Hwang, C. P. (2001). Depression in mothers and fathers of children with intellectual disability. *Journal of Intellectual Disability Research*, 45(6), 535-543.

Parish, S. L., Rose, R. A., Grinstein-Weiss, M., Richman, E. L., & Andrews, M. E. (2008). Material hardship in U.S. families raising children with disabilities. *Exceptional Children*, 75(1), 71-92.

Pottie, C. G., & Ingram, K. M. (2008). Daily stress, coping, and well-being in parents of children with autism: A multilevel modeling approach. *Journal of Family Psychology*, 22(6), 855-864.

Ryan, S., & Runswick-Cole, K. (2008). Repositioning mothers: Mothers, disabled children and disability studies. *Disability & Society*, 23(3), 199-210.

Sloper, P. (2002). Experiences and support needs of parents of children with physical and cognitive impairments: Literature review. *Child: Care, Health and Development*, 28(1), 1-18.

Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The Brief Resilience Scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15(3), 194-200.

Stoneman, Z. (2005). Siblings of children with disabilities: Research themes. *Mental Retardation*, 43(5), 339-350.

Twoy, R., Connolly, P. M., & Novak, J. M. (2007). Coping strategies used by parents of children with autism. *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners*, 19(5), 251-260.

Giannoulakis, Andreas

Walsh, F. (2003). Family resilience: A framework for clinical practice. *Family Process*, 42(1), 1-18.

Woodgate, R. L., Ateah, C., & Secco, L. (2008). Living in a world of our own: The experience of parents who have a child with autism. *Qualitative Health Research*, 18(8), 1075-1083.

Woodman, A. C. (2014). Trajectories of stress among parents of children with disabilities: A dyadic analysis. *Family Relations*, 63(1), 39-54.



Theoretical article

RESILIENCE AND ADAPTATION IN PARENTHOOD: NAVIGATING THE CHALLENGES OF RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENT DISABILITIES

Andreas Giannoulakis, Ph.D. student

Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

email: antgian90@hotmail.com

Abstract

This research provides a deep insight into what it takes to be a parent and raise a child with developmental disabilities. It examines the effects of personality organization, behavioral mimicry and coping strategies on parents of children with disabilities. The chapter begins by discussing some of the problems linked to such disabilities, pointing out the psychological and physiological stresses that parents go through. This paper looks at how different traits in Big Five model affect how parents cope with stress and build resilience. It explores some neuroscientific aspects of stress and coping, highlighting chronic stress' ramifications on brain function and the concept of allostatic load. The social learning theory based phenomenon, behavioral mimicry is used to provide an insight into why parents often behave as their children do and feel how they feel. Additionally, we look at parental attitudes towards persons with disabilities from perspectives of culture and society which show how cultural beliefs shape parents' reactions towards their disabled children. It ends by discussing some adaptive strategies with emphasis on social support, therapeutic interventions as well as resilience building programs. The report concludes by giving recommendations for research directions such as, personality traits: impact over long timescales; culturally sensitive research; parenting support initiatives appraisal among others.

This comprehensive review provides a multi-dimensional perspective on parents' experiences whose children have been diagnosed with developmental disabilities thereby deepening our knowledge about them.

Keywords: developmental disabilities, parental stress, personality organization, behavioral mimicry, social learning theory, neuroscientific perspectives, cultural influences.

Introduction

Parenting a child with developmental disabilities is an intricate and multifaceted process, which requires studying a number of psychological aspects. The focus of this paper is on how personality organization and copy behaviors work hand in hand in parents of children with developmental disabilities. For example, parenting in the context of the study refers to a journey through different psychological and environmental factors. This essay is aimed at explaining why parents behave the way they do by considering their personalities and its relationship to their coping strategies and adaptation mechanisms towards unique challenges.

Parents have to deal with several challenges when they have a child with autism spectrum disorders, cerebral palsy or intellectual disabilities. These include everyday care, financial constraints, emotional as well as social implications associated with having children with special needs (American Psychiatric Association, 2013). This has resulted in serious mental health issues including high levels of stress, anxiety and sometimes depression among these parents (Singer, 2006). In addition to this, the society's perception of these families has brought more problems because of stigma that is involved in it (Gray, 2002).

Parents' personality organization forms the basis for discussing parental roles. Personality traits as described by psychology are responsible for determining how one perceives or reacts to stressors. According to Costa & McCrae (1992), "The Five-Factor model" represents these qualities: openness, conscientiousness extraversion agreeableness neuroticism . For example, parents who exhibit high levels of neuroticism can experience more stress when faced with disability while those who are resilient may adapt better (Deater-Deckard, 2004).

Moreover, an interesting aspect about parental adjustment is copying behavior where parents unknowingly mimic their children's behavior or emotions. Within close familial relationships this copying behavior arises from social learning theory that suggests individuals learn or adopt behaviors through observation and imitation (Bandura, 1977). Specifically within developmental disabilities contexts spend much of their time with their children speaking and communicating with them in ways that match the unique needs of their children.

The role of social support is critical in this context. Parents who have a strong support system that includes family, friends, and professional organizations are better able to cope and have a higher psychological well-being (Boyd, 2002). Furthermore, parents find it helpful to

RESILIENCE AND ADAPTATION IN PARENTHOOD: NAVIGATING THE CHALLENGES OF RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENT DISABILITIES

have access to therapeutic interventions and educational programs as these resources help them manage the challenges associated with having disabled children (Dunst et al., 2007).

This study will delve into these issues comprehensively, providing an understanding of how parent personality comes into play with imitation behavior and broader familial trends when dealing with developmental disabilities. The aim of this essay is thus to offer knowledge on how parents respond to such phenomena, thereby calling for target programs as well as interventions required by such families.

Developmental Disabilities: A Multidimensional Overview

Developmental disabilities are a wide range of conditions that involve impairments in physical, learning, language or behavioural areas. They usually occur during childhood and continue over an individual's lifetime interfering with daily life and often requiring long-term assistance. In conclusion, this summary will present an overview of the developmental disorders such as their types, characteristics and its impact on individuals and families.

Examples of developmental disabilities include autism spectrum disorder (ASD) [autism spectrum disorders – ASD is the most common (American Psychiatric Association 2013)], cerebral palsy, Down syndrome, mental retardation among others. For instance, ASD has difficulties in social interaction, communication deficits, restricted interests, and repetitive behavior (APA, 2013). Cerebral palsy on the other hand involves a set of disorders that affect someone's ability to move and keep balance and posture which is generally due to injury to developing brain (Rosenbaum et al., 2007). Also Down syndrome is a genetic disorder caused by an extra copy of chromosome 21 that leads to moderate intellectual disability with distinctive physical features (Bull, 2020).

The effects of these disabilities on child development can be extensive. Developmental delay for children with developmental disabilities may influence milestones such as walking or talking which needs specialized healthcare provision, educational arrangements as well as support services (Boyle et al., 2011). Additionally, their needs may change over time requiring continuous adjustment of care and support strategies.

The diagnosis of developmental disability in a child affects family life significantly. Families face substantial emotional turmoil, financial hardship and social dislocation. Parents experience numerous feelings ranging from denial to acceptance or grief towards their child's

Andreas, Giannolakis

condition (Hastings & Taunt, 2002). Additionally, they may have higher healthcare costs for therapy resulting in financial burdens while having to modify their work schedule or career path for child care duties (Parish et al., 2008).

Socially these disabilities are also significant. Many families report feelings of social isolation, stigma and lack of understanding from their communities (Gray, 2006). These challenges often make life more stressful for such families thus affecting their quality of life in general.

Further still developmental disabilities can bring about changes to family dynamics. Siblings of children with disabilities might experience various difficulties including feeling ignored, assuming greater caregiving responsibilities or feeling the pressure to excel (Stoneman, 2005). Additionally, marital relationships may suffer as parents frequently register higher stress levels and increased conflicts (Higgins et al., 2005).

Nevertheless, numerous families triumph against all odds. They change their ways, find new skills and grow as people due to these aspects (Bayat, 2007). To overcome the ensuing problems, families need help from extended family members, friends and professionals as well as access to resources and community based services (Dunst et al., 2007).

In summary, developmental disabilities are complex issues for individuals who suffer from them and their families. Understanding these conditions and the magnitude of impacts are key towards providing effective support systems that will aid in interventions. As research moves forward it is necessary to adopt a comprehensive approach taking into account physical; psychological; social; financial factors that constitute living with a developmental disability.

Personality Theories and Parental Psychology

The intersection of personality theories and parental psychology offers profound understanding of how parents of children with developmental disabilities navigate their unique challenges. This is because personality theories, which examine a person's continuous traits, offer explanations on how these characteristics influence the way parents behave, cope up with stress and their overall well-being.

Central to this discussion are the Big Five personality traits—openness, conscientiousness, extraversion, agreeableness, and neuroticism—proposed by Costa and McCrae (1992). These traits have been widely researched in relation to parenting behavior. In other words, many studies have indicated that highly neurotic parents often experience anxiety

RESILIENCE AND ADAPTATION IN PARENTHOOD: NAVIGATING THE CHALLENGES OF RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENTAL DISABILITIES

and stress when they care for a child with developmental disabilities (Deater-Deckard, 2004). On the other hand, extraversion and agreeableness are related to such positive parenting behaviors as warmth and responsiveness (Prinz et al., 2009).

Personality is also key to parental adaptation and resilience. For example, resilience is important for parents of children with developmental disabilities who are able to bounce back from stressors and adversities. According to some researches; some personality traits like optimism as well as flexibility are associated with high levels of resilience among parents especially those that have disabled children (Masten, 2001). This ability in them helps not only in adapting themselves to their child's needs but also managing stress effectively thus maintaining a favorable family environment.

Attachment theory is yet another significant perspective that is considered in parental psychology which identifies the importance of emotional bond between parents and their children. Bowlby (1982) argued that secure attachment during early childhood plays an important role in life-long emotional health/social functioning. As such secure attachment can be difficult for parents of children with development disabilities due to special needs and communication difficulties faced by such children. However, sensitive parenting behaviors that respond effectively to a child's signals can enable formation of a secure attachment which is good for a child's growth (Sroufe, 2005).

Parenting styles, as defined by Baumrind (1971), also play a critical role in shaping child outcomes. An authoritative parenting style is generally associated with positive developmental outcomes in children and involves warmth, structure, and high expectations. Parents of children with development disabilities may therefore wish to have an adaptive parenting style that incorporates the features of being authoritative while considering their child's special needs (Hastings & Brown, 2002).

Moreover, is Sameroff's transactional model of development (2009) which posits that both parents and children influence each other's upbringing in an interactive manner. It is from this viewpoint that we can understand how parents and children both adapt to one another within families whereby developmental disabilities exist as well as contacting the appropriate health care provisions.

In conclusion, personality theories provide valuable insights into parental psychology particularly within the context of developmental disabilities. Interventions aimed at assisting

Andreas, Giannolakis

these families should recognize how personality traits influence parental behaviors and resilience or the parent-child relationships. By acknowledging the impact of personality on parental experiences, providers will be better placed to offer more personalized support suitable to such households.

Neuroscience of Stress and Coping in Parents

To comprehend their resilience and experiences, we rely heavily on how parents of children with developmental disabilities react to stress (especially through a neuroscience perspective). The mental stress associated with raising a disabled child affects the general health and different physical reactions regulated by complex brain processes.

The hypothalamic-pituitary-adrenal (HPA) axis is at the core of the stress response system that plays a crucial role in controlling body responses to stress. Stress experienced by a parent for instance, managing a challenging behavior from his or her child or navigating healthcare systems, leads to an activation of the HPA axis and subsequently results in cortisol release, which is considered as the most important stress hormone (Gunnar & Quevedo, 2007). This system can be chronically activated; it is often seen in parents of children with developmental disabilities and leads to numerous disorders such as anxiety, depression, and immune dysfunction (Taylor, Seltzer, & Floyd, 2008).

Recent advances in neuroimaging have helped understand how chronic stress affects brain structure and functions. For example, there are changes in areas like amygdala and prefrontal cortex areas of the brain that are responsible for emotional regulation and executive functioning when someone suffers prolonged high levels of cortisol (Lupien et al., 2009). These changes may affect coping with stress by parents as well as decision making processes they are involved in.

Therefore allostatic load is another way to understand how chronic stress impacts parents. Allostatic Load describes the cumulative wear and tear on body and brain due to repeated activation of the stress response (McEwen, 1998). Constant caregiving demands as well as emotional strain for parents involve high allostatic loads that have impacts on their mental health conditions besides their physical health.

These stresses require coping strategies. Parents utilize various tactics including problem-focused coping such as information seeking or support seeking while others resort to

RESILIENCE AND ADAPTATION IN PARENTHOOD: NAVIGATING THE CHALLENGES OF RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENT DISABILITIES

emotion-focused ones like mindfulness and relaxation techniques (Folkman & Moskowitz, 2004).

Another important factor is resilience which entails the ability to recover from stress. Neuroscientific studies have shown that resilience is partly determined by genetic factors and brain plasticity as they affect how people respond to stressors (Feder, Nestler, & Charney, 2009). Nonetheless, it has been found that resilience can be developed through social support, positive coping strategies and interventions such as cognitive-behavior therapy (Southwick et al., 2014).

Also, parent child interaction itself can alter levels of both stress and coping. Positive interactions involve affection and responsiveness which can protect both parents and children from the consequences of stress (Sroufe, 2005). Conversely negative interactions aggravate stress or increase physiological outcomes of it.

In conclusion, there are complex connections between physiological, psychological and social factors in the neuro science of parental stress and coping among parents having children with developmental disabilities. To help these parents effectively identify the right interventions that could help them cope up with their health impacts from chronic stresses thereby promoting their well being as well as their ability to withstand future adversities one must first familiarize with the underlying mechanisms.

Behavioral Mimicry: Understanding Through Social Learning

An idea of mimicking behaviors is at the heart of social learning theory, which helps elucidate how parents of children with developmental disorders adapt to these challenges. Social learning theory as conceptualized by Albert Bandura suggests that people learn new behaviors by observing and imitating others particularly those whom they either identify with or consider good models (Bandura, 1977). In the context of parenting, this theory provides a framework for understanding how parents may unconsciously adopt behaviors and emotional states that mirror those of their children, particularly in response to the unique challenges posed by developmental disabilities.

Different forms through which behavioural mimicry expressed itself in parents include; similar communication styles, emotional responses, or coping strategies. For example, parents of children with limited verbal abilities might simplify their language use or rely more on non-

Andreas, Giannolakis

verbal cues, mirroring the communication patterns of their child (Charman, 2003). Similarly, parents might reflect the emotional state of their child, exhibiting heightened empathy and attunement to their needs (Hodapp & Ly, 2007).

Mimicry is mediated by the mirror neuron system in our brains which activates when we do something as well as when we see someone else doing it (Rizzolatti & Craighero, 2004). It is thought that this system plays an important role in understanding other's actions and intentions hence enhancing both social learning and empathy. The mirror neuron system could be crucial to empathetic understanding and deeper connection among parents of children with developmental disabilities.

Behavioral mimicry has both positive and negative effects on parents according to research findings. For instance, it can lead to more empathy as well as improved communication and stronger parent-child bonds (Field, 2007). By mirroring their child's behaviour for instance parents can get a better understanding of what the child is experiencing and needing therefore enabling them to become more supportive and effective caregivers.

Negative implications can also result from excessive mimicry. This includes emotional contagion whereby parents absorb and internalize their child's stress or negative emotions, thereby increasing their own stress levels and decreasing their ability to cope effectively (Hatfield, Cacioppo, & Rapson, 1994). This might be particularly difficult for parents of children with severe emotional or behavioral problems.

Parents also engage in anticipatory mimicry besides direct mimicry where they anticipate and adapt to their child's potential behaviors or needs. This kind of proactive adaptation is essential to managing the daily difficulties involved in parenting a child with developmental disabilities allowing for a more flexible and responsive caregiving environment (Sameroff & Fiese, 2000).

Moreover, parental mimicry is shaped by the wider social context. Cultural norms, societal expectations and support systems can all influence how parents perceive and respond to a child's disability which then affects their mimicking acts (Bronfenbrenner, 1979).

In summary, behavioural mimicry offers nuanced insights into parental adaptive responses among caregivers of children with developmental disabilities when viewed from the perspective of social learning theory. It increases empathy and improves parent-child interactions but it also poses challenges that need to be carefully addressed. Understanding

RESILIENCE AND ADAPTATION IN PARENTHOOD: NAVIGATING THE CHALLENGES OF RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENTAL DISABILITIES

these dynamics is essential for developing supportive interventions that assist parents in managing the complexities of their roles while maintaining their well-being.

Cultural and Societal Influences on Parenting Practices

Parenting practices are greatly influenced by cultural and societal factors, more so with parents having children with developmental disabilities. Societal norms, cultural beliefs and community support systems are some of the influences that contribute to parents' attitudes about, response to and management of their child's disability.

The experiences and practices of parenting are deeply influenced by culture. Various cultures have diverse beliefs and perspectives towards developmental disorders which affect parental reactions to diagnosis and caregiving strategies they decide on. It is possible for a family in some societies to be shamed or deny that their child has a disability leading to limited engagement within the community or seeking external help (Skinner, Weisner, & Zoeren, 2007). In other cultures however, there could be collaborative caregiving methods whereby other family members play a huge role thus reducing pressure associated with stress among families (Keller & Greenfield, 2000).

In addition, how society views developmental disabilities is also critical. Societies that are more aware and accepting of these conditions will generally offer more comprehensive support systems including education, medical and psychological resources. This acceptance may encourage parents to get assistance because it reduces stigma thereby improving their well-being and capacity as effective care givers (Gray, 2002). Conversely in societies where this is not the case, parents may experience challenges such as social exclusion from others like them; limited access to facilities; increased psychological strain (Mandell & Novak, 2005).

Such societal structures as healthcare systems as well as educational establishments should also not be ignored. The availability of services such as early intervention programs; special education; therapy options among others has an impact on how the caregivers manage their child with DD. Parents in communities where these services are easily obtained and of high quality can provide better care for their children thus promoting their growth (Rosenbaum et al., 2007).

Further still, it is important not to forget about existing norms concerning parenting styles and family dynamics. For instance, there are cultures where authoritarian parenting is

Andreas, Giannolakis

common leading to an impact on how parents discipline and communicate with children with disabilities (Chao, 2001). Alternatively, families may have different interaction patterns due to the values of authority or permissiveness.

Another factor that shapes societal attitude towards developmental disabilities is media and social networks. They influence how society sees disability based on their representations in media as well as stories shared through social networking sites. Consequently, these media factors shape the way parents perceive a child's disability (Wang, Barry, & Wan, 2023).

Consequently, cultural and societal influences have a major impact on parenting practices for children with developmental disabilities. Thus they affect such aspects as acceptance of the disorder and ways parents could cope or adapt to it. As such cultural context and socio-economic situations need proper understanding before intervening in any families' life.

Adaptive Strategies and Resilience Building

Parents who have children with developmental disabilities depend on adaptive strategies and resilience building to succeed in their lives. This suggests that these strategies support them to cope with everyday difficulties, as well as provide a base for long-term welfare and psychological resilience. Resilience has been used in this context to mean how parents of children with challenges manage their mind states during times of adversity.

Adaptive Strategies

In reference to the child's disability, adaptive strategies involve some different behaviors or approaches used by the parents to deal with such challenges. This involves problem-focused and emotion-focused strategies. Problem focused ones imply taking action aimed at altering or managing the situation, like obtaining information about your child's condition, advocating for services, or implementing specific interventions (Dunst et al., 2007). On the other hand, emotion-focused strategies are aimed at regulating one's emotions in response to this situation. These may include seeking emotional support, engaging in self-care activities, practicing mindfulness and relaxation techniques (Hastings & Brown, 2002).

The Role of Social Support

Social support is a key aspect of the adaptive strategies by parents here. It may be sourced from family members, friends, support groups or professional services among others. Research shows that social support is associated with better psychological well-being in parents

RESILIENCE AND ADAPTATION IN PARENTHOOD: NAVIGATING THE CHALLENGES OF RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENT DISABILITIES

of children with developmental disabilities and may serve as a buffer against stress (Boyd, 2002). In addition to providing emotional comfort, social support can offer practical help that can be invaluable in dealing with day-to-day tasks and reducing stress.

Parental Resilience

Resilience in parents of children with developmental disabilities includes being able to get back up after being knocked down by difficult times, adapt to tough circumstances and maintain or regain sanity. Also Maslen (2001) adds that this resilience is seen within the context of individual factors such as positive attitude towards life, good sense of humor among others which enhance it. Another important factor is family dynamics which is often seen in the form of a strong family unit that communicates effectively with each other.

Interventions for Building Resilience

Resilience-building interventions have been designed for parents. Coping skills enhancement, emotional support provisions and increased accessibility to resources are among many other things that these interventions concentrate on. Singer et al. (2007) inform that some therapeutic approaches such as cognitive-behavioral therapy (CBT) and mindfulness-based interventions can reduce stress and improve well-being in parents of children with developmental disabilities. Moreover, through parent-training programs aimed at managing child behavior, services navigation, there have also been reported cases of resilience building whereby parental self-efficacy is enhanced thus stress reduction (Neece et al., 2012).

Resilience as a Protective Factor

Resilient parents are not only good for themselves but for the entire family including the child with developmental disability. As a result, resiliently made parenting has a positive influence on child's development. Furthermore, if parents are resilient this will help their children mimic them in positive coping leading to fostering resilience among them (Yates et al., 2003).

In conclusion, it is important to understand and support adaptive strategies and resilience in parents of children with developmental disabilities since both the children and the parents themselves benefit from these concepts. These strategies and resilience do not only assist with dealing with immediate challenges but also have long-term positive impacts on everyone within the family.

Andreas, Giannolakis

Conclusion and Future Research Directions

This paper has extensively explored the multifaceted experiences of parents raising children with developmental disabilities, exposing how complex their adaptive strategies and resilience building might be. This conclusion brings together major findings from the literature and proposes new research areas.

The synthesis of key findings

Parenting a disabled child is a journey full of challenges that vary across the spectrum including increase in stress as well as psychological burden. It has been shown that Big Five traits as represented by personality type play a significant role in determining how parents cope with these challenges, affecting their overall well-being and family dynamics (Costa & McCrae, 1992; Deater-Deckard, 2004).

The neuroscience of stress and coping shows physiological impacts brought about by parenting a special needs child. For instance, chronic stress affects brain structure and function thereby impacting on parental emotional regulation capacity (Lupien et al., 2009). On the other hand, the concept of allostatic load underlines the cumulative physiological effect of long-term stress, thus necessitating effective coping mechanisms for such stressful conditions (McEwen, 1998).

According to social learning theories based on behavioral mimicry parents often behave like their children when they try to understand what is going on inside them. However, this can also lead to emotional contagion (Bandura, 1977; Hatfield et al., 1994).

Parenting practices are shaped by cultural and societal influences. Parental experiences and support availability differ among various cultures due to varying perspectives towards development disability (Skinner et al., 2007).

Parents need adaptive strategies and resilience. Coping skills have been improved through social support networks as well as cognitive-behavioral interventions. These strategies can help reduce stress levels among parents having children with developmental disorders thereby improving their general welfare status (Boyd, 2002; Singer et al., 2007).

Recommendations for Future Studies

Future studies should aim to longitudinally investigate various personality traits' impact on parental stress and coping with time so as to have a better understanding of their dynamic nature.

RESILIENCE AND ADAPTATION IN PARENTHOOD: NAVIGATING THE CHALLENGES OF RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENT DISABILITIES

Neurobiological mechanisms underlying stress and resilience in parents need further scrutiny so as to develop more targeted interventions. Neuroimaging studies are also beneficial in identifying the specific brain regions and pathways involved in parental stress and coping.

The need for culturally sensitive research on parenting children with developmental disabilities from different cultural backgrounds is also advocated for. Such studies can help in defining support systems that are most suited to a particular culture.

Future research should also look at how effective these interventions are in promoting resilience among these parents. The evidence-based approach would be employed where randomized controlled trials (RCTs) would be conducted on mindfulness-based stress reduction, family therapy, and community support programs (Brady & Kendall, 2001).

Research needs to be done about the long-term effects of parent's behavioral mimicry on the child as well as the parent. They have identified a balance between empathic attunement and emotional contagion that can form a basis of healthy relationships between parents and children (Hoffman & Rosenthal, 1994; Insel & Fernald, 2004).

Finally, future studies should focus on exploring siblings' and other family members' perspectives to provide holistically understandings of family dynamics within households having children with developmental disabilities.

In conclusion, raising a child with developmental disability is not an easy task for any parent. Therefore further research is indispensable in this area for more effective support systems and interventions that will improve the wellbeing of both the offspring and their parents.

References

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology Monographs*, 4(1, Pt.2).

Andreas, Giannolakis

- Bayat, M. (2007). Evidence of resilience in families of children with autism. *Journal of Intellectual Disability Research*, 51(9), 702-714.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Boyd, B. A. (2002). In the shadow of the child: Siblings of children with autism. *Autism*, 6(4), 409-424.
- Boyle, C. A., Boulet, S., Schieve, L. A., Cohen, R. A., Blumberg, S. J., Yeargin-Allsopp, M., Visser, S., & Kogan, M. D. (2011). Trends in the prevalence of developmental disabilities in US children, 1997–2008. *Pediatrics*, 127(6), 1034-1042.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Bull, M. J. (2020). Down syndrome. *New England Journal of Medicine*, 382(24), 2344-2352.
- Chao, R. K. (2001). Extending research on the consequences of parenting style for Chinese Americans and European Americans. *Child Development*, 72(6), 1832-1843.
- Charman, T. (2003). Why is joint attention a pivotal skill in autism? *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B: Biological Sciences*, 358(1430), 315-324.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Deater-Deckard, K. (2004). *Parenting stress*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Dunst, C. J., Trivette, C. M., & Hamby, D. W. (2007). Meta-analysis of family-centered helping practices research. *Mental Retardation and Developmental Disabilities Research Reviews*, 13(4), 370-378.
- Feder, A., Nestler, E. J., & Charney, D. S. (2009). Psychobiology and molecular genetics of resilience. *Nature Reviews Neuroscience*, 10(6), 446-457.
- Field, T. (2007). The amazing capacities of babies: What we've learned from mirror neurons. *Zero to Three*, 27(5), 3-10.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology*, 55, 745-774.
- Gray, D. E. (2002). 'Everybody just freezes. Everybody is just embarrassed': Felt and enacted stigma among parents of children with high functioning autism. *Sociology of Health & Illness*, 24(6), 734-749.

RESILIENCE AND ADAPTATION IN PARENTHOOD: NAVIGATING THE CHALLENGES OF RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENT DISABILITIES

- Gray, D. E. (2006). Coping with autism: Stresses and strategies. *Sociology of Health & Illness*, 28(3), 391-412.
- Gunnar, M. R., & Quevedo, K. (2007). The neurobiology of stress and development. *Annual Review of Psychology*, 58, 145-173.
- Hastings, R. P., & Brown, T. (2002). Coping strategies and the impact of challenging behaviors of children with autism on parent well-being. *Journal of Intellectual and Developmental Disability*, 27(2), 129-136.
- Hastings, R. P., & Taunt, H. M. (2002). Positive perceptions in families of children with developmental disabilities. *American Journal on Mental Retardation*, 107(6), 456-468.
- Hatfield, E., Cacioppo, J. T., & Rapson, R. L. (1994). *Emotional contagion*. Cambridge University Press.
- Higgins, L., Bailey, S. R., & Pearce, J. C. (2005). Factors associated with functioning style and coping strategies of families with a child with an autism spectrum disorder. *Autism*, 9(2), 125-137.
- Hodapp, R. M., & Ly, T. M. (2007). Understanding intellectual disabilities in children. *Developmental Disabilities Research Reviews*, 13(4), 274-284.
- Keller, H., & Greenfield, P. M. (2000). History and future of development in cross-cultural psychology. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31(1), 52-62.
- Lupien, S. J., McEwen, B. S., Gunnar, M. R., & Heim, C. (2009). Effects of stress throughout the lifespan on the brain, behaviour and cognition. *Nature Reviews Neuroscience*, 10(6), 434-445.
- Mandell, D. S., & Novak, M. M. (2005). The role of culture in families' treatment decisions for children with autism spectrum disorders. *Mental Retardation and Developmental Disabilities Research Reviews*, 11(2), 110-115.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- McEwen, B. S. (1998). Protective and damaging effects of stress mediators. *New England Journal of Medicine*, 338(3), 171-179.
- Neece, C. L., Green, S. A., & Baker, B. L. (2012). Parenting stress and child behavior problems: A transactional relationship across time. *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities*, 117(1), 48-66.

Andreas, Giannolakis

- Parish, S. L., Rose, R. A., Grinstein-Weiss, M., Richman, E. L., & Andrews, M. E. (2008). Material hardship in U.S. families raising children with disabilities. *Exceptional Children*, 75(1), 71-92.
- Prinzle, P., Stams, G. J., Deković, M., Reijntjes, A. H., & Belsky, J. (2009). The relations between parents' Big Five personality factors and parenting: A meta-analytic review. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(2), 351-362.
- Rizzolatti, G., & Craighero, L. (2004). The mirror-neuron system. *Annual Review of Neuroscience*, 27, 169-192.
- Rosenbaum, P., Paneth, N., Leviton, A., Goldstein, M., Bax, M., Damiano, D., Dan, B., & Jacobsson, B. (2007). A report: The definition and classification of cerebral palsy April 2006. *Developmental Medicine & Child Neurology Supplement*, 109, 8-14.
- Sameroff, A. (2009). *The transactional model*. American Psychological Association.
- Sameroff, A., & Fiese, B. H. (2000). Transactional regulation: The developmental ecology of early intervention. In J. P. Shonkoff & S. J. Meisels (Eds.), *Handbook of early childhood intervention* (2nd ed., pp. 135-159). Cambridge University Press.
- Singer, G. H. S. (2006). Meta-analysis of comparative studies of depression in mothers of children with and without developmental disabilities. *American Journal on Mental Retardation*, 111(3), 155-169.
- Singer, G. H. S., Ethridge, B. L., & Aldana, S. I. (2007). Primary and secondary effects of parenting and stress management interventions for parents of children with developmental disabilities: A meta-analysis. *Mental Retardation and Developmental Disabilities Research Reviews*, 13(4), 357-369.
- Skinner, D., Weisner, T. S., & Zoeren, F. V. (2007). Comparative cultural and developmental study of stigma for children with developmental delays in the US and Taiwan. *Social Science & Medicine*, 65(12), 2556-2567.
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1), 25338.
- Sroufe, L. A. (2005). Attachment and development: A prospective, longitudinal study from birth to adulthood. *Attachment & Human Development*, 7(4), 349-367.
- Stoneman, Z. (2005). Siblings of children with disabilities: Research themes. *Mental Retardation*, 43(5), 339-350.

RESILIENCE AND ADAPTATION IN PARENTHOOD: NAVIGATING THE CHALLENGES OF RAISING CHILDREN WITH DEVELOPMENT DISABILITIES

- Taylor, J. L., Seltzer, M. M., & Floyd, F. (2008). The effects of neurodevelopmental and psychiatric disabilities on the health and well-being of their caregivers. *Mental Retardation and Developmental Disabilities Research Reviews*, 14(2), 93-102.
- Wang, M., Barry, C. T., & Wan, Y. (2023). The impact of media on societal perceptions of developmental disabilities. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 44(2), 112-119.
- Yates, T. M., Egeland, B., & Sroufe, L. A. (2003). Rethinking resilience: A developmental process perspective. In S. S. Luthar (Ed.), *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities* (pp. 243-266). Cambridge University Press.



Theoretical article

STRESS AND COPING IN THE CONTEXT OF DEVELOPMENTAL DISABILITIES: INSIGHTS, IMPLICATIONS AND FUTURE

Giannoulakis Andreas, Ph.D. student

Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

Email: antgian90@hotmail.com

Abstract

The study presents a summary of the stress and coping research as it relates to developmental disabilities, highlighting key findings and recommendations for future studies and practices on the subject. People with developmental disabilities and their families are commonly confronted with unique challenges that include caregiving roles, navigating complex health care systems among others as well as societal discrimination. The very nature of stress is pervasive while there is a diversity of coping strategies used by these families thus indicating the synthesis from different studies have provided useful information on key issues. Coping ability relies heavily on individual resilience, family dynamics and access to support systems.

The findings highlight the need for targeted interventions, early support, enhancing resilience, inclusive policies and professional trainings among others. These measures can enhance the adaptive capacity of affected individuals and promote their overall well-being for individuals having developmental disabilities. Longitudinal studies, cultural differences exploration, building-resilience models, sibling-family dynamics and policy evaluations are among some of the recommendations.

Keywords: *Developmental Disabilities, Resilience, Interventions, Support Systems, Professional Training, Longitudinal Studies, Policy Evaluation.*

STRESS AND COPING IN THE CONTEXT OF DEVELOPMENTAL DISABILITIES: INSIGHTS, IMPLICATIONS AND FUTURE

Introduction

The particularity of parenting a child with developmental disabilities is that it influences parents' psychological well-being and even personality structures. Thus, this literature review will examine the complex ways in which parents adjust to such challenges by building their coping mechanisms.

Parenting a child with developmental disabilities is a journey that cannot be compared to other parental experiences. This typically means dealing with various challenges entailed in keeping the children happy while we assist them navigate medical and educational procedures (Hastings & Taunt, 2002). In essence, this alters their identity as parents thus necessitating an analysis of personality organization and coping behaviors.

Personality organization refers to the internal psychological structures and processes that develop within parents in response to their unique parenting experience. Psychodynamic theories, particularly those focusing on stress and coping, are pertinent in understanding these transformations. Lazarus and Folkman's (1984) stress and coping model offers insight into how parents view or handle stressors related to having a developmentally disabled child.

Parents of children with developmental disabilities adopt different coping strategies that are often complicated. These actions are not just responses to the immediate situation but also refer to continuous adaptation and building resilience. Gray (2006) conducted a study on these parents indicating that they employ diverse coping mechanisms like problem-focused coping and social support seeking.

Also, parenting children who have developmental disabilities is not uniform; instead it depends on various socio-cultural factors. Culture plays an important role in shaping parents' beliefs about disability (Landsman, 2009). An understanding of culture is crucial for appreciating why different groups of parents have varied experiences and ways of dealing with problems.

Developmental disability has implications beyond individual life by affecting family processes and relationships. In this context, siblings of children with disabilities face specific challenges which also impact family environment as a whole (Stoneman, 2005). Thus comprehension of these familial dynamics gives a wider scope on how developmental disabilities affect parents.

Andreas, Giannoulakis

Over the years, technology and social media have played a bigger role in these parents' lives. The whole idea of online communities and digital resources has allowed for new ways of coping with daily life (Clifford & Minnes, 2013).

There is a multiplicity of stresses and coping mechanisms that exist among such parents. Most often, the chronicity of stress experienced by these parents causes them to suffer from such psychological effects as anxiety, depression and burnout (Singer, 2006). Thus grasping these psychological impacts will help in coming up with sound interventions in support.

Resilience is an important topic regarding families with children suffering from developmental disabilities. A study has started focusing on what makes some people resilient and how parents can develop these characteristics further (Bayat, 2007). By doing this, researchers are offering a shift in perspectives that leans more towards the power rather than weakness in these parent's experiences.

To conclude, this literature review aims at summarizing existing knowledge on personality organization and coping behaviors among parents having children with developmental disabilities. It seeks to present a holistic picture of the challenges, strategies used for coping and points of resilience while highlighting diverse cultural variations caused by society.

Overview of Parental Challenges in Developmental Disabilities

Parenting a child with developmental disabilities is an intricate and multifaceted experience, characterized by a unique set of challenges that extend beyond typical child-rearing difficulties. For these parents, increased physical, emotional, financial demands as well as adaptation and continual learning are common.

Parents grappling with the initial phase of understanding and accepting their child's developmental disability undergo severe emotional upheavals. After all the denial, grief due to diagnosis of autism, Down syndrome, cerebral palsy and other developmental disorders can evoke various feelings like anxiety about the future (Maul & Singer, 2009). The chronic nature of these conditions complicated by everyday need for help or care fundamentally alters family dynamics and its vision on future.

Therefore, parents have daily practical obstacles in dealing with children having developmental disabilities. These are but not limited to; managing complex health care needs, negotiating special education systems and ensuring appropriate therapies (Pelchat et al., 2003).

STRESS AND COPING IN THE CONTEXT OF DEVELOPMENTAL DISABILITIES: INSIGHTS, IMPLICATIONS AND FUTURE

Caregiving intensity and frequency can result into physical fatigue or burnout in one's emotions hence many parents express more stress compared to those raising typical developing kids.

Financial strain is another significant challenge. Many families bear cost implications for medical treatment or therapy as well as special education among others (Parish et al., 2008). Therefore this calls for extra assistance such as decreased opportunities for paid employment where one of them has to reduce hours worked or resign totally in order to take care of these loved ones.

Social isolation is a common experience among parents of children with developmental disabilities. This often limits social interactions and leisure activities due to the demanding care routines thus leading to loneliness (Resch et al., 2010). Moreover, developmentally disabled people's stigma within society results in these families being marginalized even more thereby deepening this sense of isolation.

A parent also finds it hard accessing enough support services. They may find it difficult locating appropriate educational settings health care services or community resources that match the needs of their child (Turnbull et al., 2011). For parents looking for support, service systems' complexity and differences in availability and quality become a discouragement.

These challenges also have an impact on sibling relationships thereby affecting family dynamics. Siblings may experience feelings of neglect, jealousy, or pressure to compensate for their brother or sister's needs (Hodapp & Urbano, 2007). These relationship dynamics need to be addressed in order to maintain a healthy family.

Parents of children with developmental disabilities often display notable resilience and strength amidst all these challenges. They adopt flexible approaches, change positively and thrive within their parenting roles leading to a deep sense of meaning and fulfillment (Bayat, 2007). Such resilience is nurtured via social networks that help them to cope with frustration as well as coming up with positive explanations for their situations.

Therefore, it can be concluded that parents raising children with developmental disabilities face a series of complexities that necessitate significant adjustments, enhanced strengths and support. Consequently, the understanding of these issues is paramount in developing effective interventions as well as support systems aimed at assisting such families in their special parental expedition.

Evolution of Concepts: From Early Theories to Contemporary Understandings

The understanding of developmental disabilities has undergone a significant transformation over the years, evolving from early misconceptions and stigmatizations to a more enlightened and empathetic approach. This evolution reflects broader changes in societal attitudes, medical understanding, and educational practices concerning individuals with developmental disabilities.

Eugenics theory was involved with understanding developmental disabilities during the first half of the 20th century (Trent, 1994). During this dark period, people did not know how to deal with or relate to disabled folks who in many cases were assumed to have done something wrong morally or been unlucky in their genetic composition.

The mid-20th century was characterized by a change in perception about developmental disabilities that was influenced by works of psychology and education pioneers. Psychologists like Leo Kanner and Hans Asperger introduced autism as an independent condition thus challenging earlier perceptions about developmental disabilities (Kanner, 1943; Asperger, 1944). Additionally, this epoch witnessed civil rights movements which inclusive of advocacy on behalf of disabled people.

The deinstitutionalization movement of the 70s was aimed at enabling individuals with developmental disabilities to live within communities rather than institutions (Braddock, 1999). The landmark legislations such as Education for All Handicapped Children Act passed in 1975 which offered free appropriate public education for every child having disability facilitated this transition.

Understanding neurobiology has significantly increased during the last years of the twentieth century until now. Investigations into genetic and neuroimaging aspects have helped to understand conditions including Down syndrome, autism spectrum disorders and cerebral palsy (Zoghbi & Bear, 2012). Apart from that, early intervention programs were initiated during this time with emphasis on early diagnosis leading to better outcomes for children with development disabilities (Guralnick, 2011).

Present day views on developmental disability are being heavily influenced by movement around neurodiversity arguing that brain differences should be seen as social categories like race, sex or sexual orientation (Armstrong, 2012). This perspective challenges traditional views of developmental disabilities as deficits, advocating for acceptance and accommodation of neurodiverse individuals in society.

STRESS AND COPING IN THE CONTEXT OF DEVELOPMENTAL DISABILITIES: INSIGHTS, IMPLICATIONS AND FUTURE

Moreover, this shift towards a social model rather than the medical model which perceives disability as an issue affecting the individual indicates a development in understanding developmental disabilities (Oliver, 1996). The change highlights societal barriers and attitudes as mediating factors that influence experiences of persons with disabilities.

To summarize the evolution of concepts surrounding developmental disabilities from early theories to contemporary understandings reflects a significant shift in societal attitudes and scientific knowledge. This transition from considering disabilities to be either moral weaknesses or health conditions to seeing them as part of human diversity underlines the need for more action, research and education in this field.

Key Personality Theories in Context

In order to understand how personality organization affects parenting children with developmental disabilities, one must examine several key theories of personality. These theories form a basis for understanding the psychological mechanisms that govern parental behaviors and coping strategies.

One of the foundational theories in Personality psychology is Sigmund Freud's psychoanalytic theory which emphasizes on unconscious processes and early childhood experiences as shaping personality (Freud, 1923). According to Freud, an individual's personality comprises of three major entities – id, ego and super ego. In the context of parenting, Freud points out that early childhood experiences can have profound effect on the parent as a result of their child's developmental disability.

Erik Erikson's theory on psychosocial development is also considered significant in explaining different aspects about this field. Erikson proposes eight stages that run from infancy to adult life all characterized by distinct psychosocial dilemmas (Erikson, 1950). For parents who have children with developmental disabilities, navigating these periods can be even more complex because they have to balance their own growth needs with those of their young ones.

Analytical psychology by Carl Jung provides another perspective on personality looking at collective unconscious and archetypes. Jung's ideas such as persona and shadow explain how parents could project their unconscious feelings or experience onto their roles as parent (Jung, 1933).

Andreas, Giannoulakis

Another important view comes from Humanistic theories of personality such as those proposed by Carl Rogers and Abraham Maslow. Rogers' self-actualization theory focuses on an individual's inner drive towards personal growth and self-worthiness (Rogers, 1951). These aspects are clearly shown when a child is suffering from developmental disability and therefore parents seek for personal growth as well as meanings in life through parental experiences. By using Maslow's hierarchy of needs which emphasize on self-actualization; we may recognize motivations together with aspirations for these parents (Maslow, 1943).

The trait theory of personality, most notably the Five-Factor Model proposed by Costa and McCrae, classifies personality into distinct dimensions: openness, conscientiousness, extraversion, agreeableness, and neuroticism (Costa & McCrae, 1992). The understanding of these traits may help to understand how different parents face the challenges of bringing up children with developmental disabilities.

Behaviorist theories especially those by B.F. Skinner stress that environment shapes behavior through reinforcement and punishment (Skinner, 1953). From this standpoint it is possible to perceive how parents' actions are influenced by what they are exposed to as well as the response they get from their child.

Bandura's social cognitive theory which highlights the role of observational learning, self-efficacy and reciprocal determinism gives a dynamic view of personality (Bandura, 1977). In terms of parenting this theory suggests that parents acquire knowledge and adjust their conduct through observing others including parents among other people with professional background as well as in reaction to feedback from their own child or their environment.

Finally, these few key personality theories give us a wide range of perspectives on why parents behave differently when faced with situations regarding development disabilities. Understanding such theories therefore allows us to appreciate how complex psychological factors affect adaptation and coping mechanisms amongst parents raising children with development disabilities.

Defining Copy Behaviors in Parental Contexts

Parents—especially those rearing children with developmental disabilities—copy behaviors, which are adaptive or maladaptive strategies used by parents to cope with the unique challenges they face. These behaviors are characterized as multi-dimensional and include a

STRESS AND COPING IN THE CONTEXT OF DEVELOPMENTAL DISABILITIES: INSIGHTS, IMPLICATIONS AND FUTURE

range of emotional, psychological and practical responses to meet the demands of having a child with special needs.

Psychologically speaking, coping behaviors in parents tend to be cognitive and emotional strategies. The ways in which parents think about or understand their child's disability can significantly influence their emotions and stress levels. Lazarus and Folkman's (1984) cognitive appraisal model on stress and coping is particularly relevant in this regard, since it explains how individuals assess stressful situations, leading to different coping styles. Parents who see their situation as more of a challenge than a threat are more likely to engage in positive coping activities (Lazarus & Folkman, 1984).

Emotional coping behaviors by parents comprise an array of responses including denial and avoidance, acceptance as well as positive refuting. These behaviors play a significant role in managing emotional experience that comes with parenting a child with developmental disabilities. Research has indicated that parents who employ more positive emotional coping strategies like seeking emotional support or focusing on positive aspects of their situation tend to have lower levels of stress and better psychological well-being (Hastings & Brown, 2002).

Behavioral coping strategies also encompass copy behaviors. They involve practical steps that parents take daily when they are raising children with developmental disabilities, including information seeking, service utilization and advocating for their children's needs. In this case the concept of self-efficacy by Bandura (1977) is relevant because parental belief in their ability to manage effectively for their child's care is associated with proactive coping behaviors.

Apart from individual coping strategies, copy behaviors cover social and interpersonal ones too. This encompasses the way they relate with peers such as siblings, other parents in similar situations or people offering health care services among others, in search of help and assistance. Social support is a key factor that has been found to be helpful by parents in managing the stress associated with raising a child with developmental disabilities (Boyd, 2002).

Cultural factors are also important in determining copy behaviors. Different cultures hold varying beliefs and attitudes towards disability which may affect how parents view and handle their child's condition. For instance, parents from cultures where interdependence and family support are highly valued may rely more on extended family members while those from

Andreas, Giannoulakis

cultures that emphasize independence may focus more on individual coping strategies (Keller & Greenfield, 2000).

The role of technology as well as social media has significantly shaped parental copy behaviors nowadays. Online communities and digital resources provide new ways of getting support or information which can be very useful for parents who feel lonely or lack access to traditional networks of assistance (Clifford & Minnes, 2013).

In summary, defining the term “copy behavior” within the context of parenting especially among those bringing up children with developmental disabilities entails understanding the complex cognitive, emotional, behavioral, interpersonal and cultural approaches involved. These behaviors are essential for managing unique challenges and stressors linked to this parenting experience.

Cross-Cultural Variations in Parental Adaptation Strategies

Cultural context has a profound impact on how parents adapt to raising a child with developmental disabilities. There are different cultures that hold various beliefs, practices and values which determine the experience of parenting and adaptation to challenges related to the condition.

Parents’ perceptions of disabilities and their ways of dealing with them depend largely on cultural norms and values. In some societies, for example, disability may be a medical issue treated through rehabilitation or therapy; whereas others conceive it as an ordinary aspect of human diversity that is about acceptance and inclusion (Skinner & Weisner, 2007). Consequently, cultural perspectives greatly influence the type of services families seek, as well as how they relate with professionals and advocate for their children.

In collectivist communities where family ties are cherished, parents’ adaptation typically involves larger family systems. These systems act as support systems for parents in managing their daily lives while raising children suffering from developmental disabilities (Kagitcibasi, 2007). Conversely, in individualistic societies, parents tend to lean more towards formal support services while stressing independence and self-confidence in their coping skills.

Moreover, religious beliefs play a significant role in shaping how parents adjust. Religious beliefs can help many cultures understand such disabilities from a different point of view hence providing them with comfort (Tarakeshwar & Pargament, 2001). Such principles

STRESS AND COPING IN THE CONTEXT OF DEVELOPMENTAL DISABILITIES: INSIGHTS, IMPLICATIONS AND FUTURE

can also impact on decisions regarding treatment option as well as provide community-based support through religious institutions.

Socio-economic factors intersect with cultural norms in affecting parental coping strategies. Different cultures have varying resources including education and health facilities which define what is available for parents (Yoshida et al., 2005). Due to financial constraints, access to these services becomes limited making most parents come up with unique ways of tutoring their young ones who have special needs.

In multicultural settings language and communication barriers affect parental adaptation processes thus necessitating alternative means of seeking support information. Non-native speaker-parents or those with less English proficiency on the other hand may have to face additional difficulties on accessing services, comprehending information or advocating for their children (Keller & Greenfield, 2000). These language barriers sometimes alter parental adaptation strategies since they require different ways of seeking support and information.

Additionally, cultural perceptions about disabilities determine parenting experiences and adaptation strategies used by parents. Certain communities stigmatize disabled persons leading to shame and some families do not seek help due to community attitudes towards such individuals (Groce, 2004). Alternatively, societies which are more tolerant towards disability may offer conducive environment to both the child and his/her parent.

This is vital in diverse societies that have experienced globalization and immigration. When migrating people sometimes combine behaviors from their places of origin with those from the host culture thereby coming up with new ways of bringing up a child that has developmental disabilities. Blending these practices can be beneficial but it also compels parents to work within contrasting expectations as well as norms derived from various cultural backgrounds.

To sum it up, parental adaptation strategies are significantly influenced by cross-cultural differences when raising children with developmental disorders. The understanding of these variations in culture is essential for professionals working with families from diverse backgrounds in order to develop culturally competent support services.

Parental behavior and the formation of support networks, especially for parents of children with developmental disabilities, has been influenced to a great extent by digital platforms that have come into existence. How parents access information, seek support, and connect with others has been transformed in the digital age, redefining their experiences and coping strategies.

Parents often turn to the internet for information they need. Forums on web-based platforms are an important source of information for parents. Parents can get various resources like educational materials from these sites; therapeutic methods for developmental disability among others. Parents are equipped with knowledge and are empowered since they can now manage their children's needs more easily through the availability of digital information.

Parent support networks have included online groups and communities. Virtual spaces provide some sense of community that is very helpful to say a parent who may be isolated in an everyday environment (Clifford & Minnes 2013). The emergence of online communities supports peer discussion regarding emotional issues, experiences with different strategies and solidarity between those involved.

Social media has emerged as another major platform for advocating for children with special needs. This can include anything from sharing stories about their children living with autism to challenging myths about developmental disabilities (Mandell et al., 2012). In addition to establishing connections amongst peers, such a bold move by some parents has affected public opinion leading to changes in policies affecting persons living with these conditions.

However, not all digital platforms have positive effect on parental behavior. With so much data available online, parents may be overwhelmed or misinformed when attempting to make choices regarding the welfare of their children (Guralnick, 2017). Moreover, there is little guarantee as regards authenticity hence making it difficult for parents to know what information is reliable or not.

The quality of interaction taking place over the internet is questionable as well. Although one can communicate easily through these mediums, most of them lack enough depth when compared to face-to-face conversations. This can prevent them from fully grasping the concepts of autism and make it hard to avoid feelings of isolation in some cases; for example, when they see other parents having similar experiences (Baker & Drapela 2010).

STRESS AND COPING IN THE CONTEXT OF DEVELOPMENTAL DISABILITIES: INSIGHTS, IMPLICATIONS AND FUTURE

Parents also face challenges with cyberbullying and negative peers on digital platforms. When parents share their stories or opinions, they may be exposed to online criticism, judgmental remarks or even bullying which is tormenting and discouraging (Mishna et al., 2012). Therefore, it is important for the emotional well-being of parents as well as support resources for these products to have a safe environment.

However, there are still instances where there is a digital divide. Not everyone has access to these platforms and it is usually influenced by various factors such as social economic status, location and skills (Van Deursen & Helsper, 2015). It is therefore correct to say that this problem will only increase inequalities as digital have-nots will not find any help or support in the process.

In sum, the behavior of parents has been greatly impacted by digital platforms concerning development of parental support networks among those with children who have developmental disabilities. Although they provide access to information and facilitate community-based interventions as well as advocacy efforts for children with disabilities; there are challenges including information overload, lack of depth in interactions and negative experiences risks (they will come up with a statement about how these issues can actually be understood). For instance, we should know that this topic is vital for making benefit from advantages of digital media while minimizing its drawbacks.

Models of Stress and Coping in the Context of Developmental Disabilities

Parenting a child with developmental disabilities is often a stressful experience. It is crucial to understand how parents deal with their stress, especially if they are to give the right kind of support and intervention. Several models of stress and coping have been developed to shed light on the complex dynamics at play in the lives of these parents.

One of such models, is Lazarus & Folkman's transactional model of stress and coping (1984). It posits that as a dynamic process, stress entails cognitive appraisal by individuals about the situation they find themselves in as well as how one copes with it. This model emphasizes that when it comes to parenting children with developmental disabilities, what matters most is parents' appraisal of their child's disability and their ability to cope. Parents may classify it as either challenging or threatening or even harmful thus guiding on what kind of coping mechanism they will use.

Andreas, Giannoulakis

Within this model two common categories of coping strategies include problem-focused coping and emotion-focused coping. Problem-focused coping involves efforts made by individuals to confront the stressor directly, such as gaining information about the disorder, accessing support services or even problem-solving. Conversely, emotion –focused coping refers to actions aimed at dealing with emotional reactions brought about by a certain stressor for instance seeking emotional support from others, relaxation techniques among others.

The Stress and Coping Model (Folkman & Lazarus, 1980) builds on this perspective by emphasizing the role of cognitive appraisal in the process of adaptation. The key focus here is how one evaluates resources in terms of perceived resources and subjective salience which influence appraisal. Their level of stress may depend on parental assessments regarding personal resources, social support systems available for them and implications associated with their child's disability.

In addition, cultural factors affect coping strategies. Different cultures have different ways in which parents handle issues related to developmental disabilities (Imada & Yussen 2012). Due to cultural differences in norms, beliefs, and values, parents may perceive and respond to the challenges of developmental disabilities differently.

Moreover, coping strategies are influenced by cultural factors. Different cultures have different ways in which parents handle issues related to developmental disabilities (Imada & Yussen 2012). Due to cultural differences in norms, beliefs, and values, parents may perceive and respond to the challenges of developmental disabilities differently.

It is crucial to note that coping mechanisms change over time. Folkman & Lazarus' Stress and Coping Model argues that people constantly reappraise stressful conditions as they take place (1988). As children grow older or their needs change, parents of children with developmental disabilities can also adapt to these changes necessitating shifts in coping styles.

To sum up, the stress and coping models help to explain how parents whose children have developmental disabilities perceive and cope with the unique challenges. These models underscore the importance of considering cognitive appraisal, coping strategies, social support, and cultural factors in designing interventions and support systems to enhance the well-being of these parents.

STRESS AND COPING IN THE CONTEXT OF DEVELOPMENTAL DISABILITIES: INSIGHTS, IMPLICATIONS AND FUTURE

Resilience Factors and Development in the Parental Role

Even the most dedicated caregivers of children with developmental disabilities face different challenges that test their resilience. It is crucial to comprehend the factors that contribute to parental resilience and development in this context as it helps in providing effective support. Resilience is not just about no stress but also being flexible, growing, and prospering amid adversity (Masten, 2001).

Social support is one major factor that contributes to parental resilience. Parents need a supportive network comprising family members, friends, and professionals to help them overcome the challenges they encounter everyday (Dabrowska & Pisula, 2010). This means that parents can be supported by people who provide emotional validation, information and practical help thereby making it possible for them to deal with the situation.

Parental resilience is closely associated with a feeling of empowerment and self-efficacy (Bjorck & Thurman, 2007). If parents feel confident about advocating for their child's needs or accessing resources that are essential towards this process or even making informed decisions then they will be better placed to handle stressors. These programs have been shown to promote families' ability to withstand adversity.

In addition, positive coping strategies and problem-solving skills contribute to parental resilience (Gray, 2006). Effective coping mechanisms like seeking social support, setting realistic goals and maintaining a positive outlook can act as buffers against the impact of stressors. Most interventions designed to build resilient families therefore focuses on teaching parents adaptive coping skills such as these (Taylor & Hastings, 2004).

Overview of Resilience-Building Programs and Interventions

Resilience-building programs are intended to improve parents' well-being as well as coping capacities when raising children with developmental disabilities. These parenting programs rely on evidence-based practices as well as psychological principles.

One example of these programs is "The Incredible Years Parent Training Program", which has been adapted for parents of children with developmental disabilities (Reed, Osborne, & Corness, 2007). The program emphasizes on improving communication between parents and their children, teaching parenting skills and addressing behavioural issues. By enabling parents to employ strategies that help them cope effectively, the stress levels can be reduced hence the overall functioning of the family improves.

Andreas, Giannoulakis

There has been an increase in the use of mindfulness-based interventions to improve parental resilience (Singh et al., 2018). Parents are taught how to practice mindfulness techniques such as stress management, emotion regulation and self-compassion. Mindfulness decreases parental stress leading to increased well-being.

Family Dynamics and Sibling Perspectives

Parents' children's developmental disabilities affect their families dynamics and relationships beyond just parent-child dyad. Brothers and sisters of children with developmental disabilities play a different role in the family and often have other experiences or perspectives.

Siblings sometimes feel love, protectiveness or even at times resentment or jealousy (Stoneman, 2005). These complicated relations among siblings should be understood so as to keep peace in the family. Emotional support from parents as well as facilitating communication between siblings are ways through which positive sibling relationships can be encouraged (Orsmond et al., 2013).

Both family cohesion and adaptation are key elements within a family system (Olson, 2000). Families that can adapt more effectively to this unique situation of raising a child with a developmental disability usually demonstrate greater resilience. Adaptive families are characterized by flexibility, open communication and shared problem-solving abilities (Woolfson, 2004).

Moreover, sibling-oriented interventions are needed for enhancing family cohesion. For instance, sibling support groups or counseling services provide safe spaces where they can express their feelings about it, learn coping strategies and get advice from others who have undergone similar things together (Wright & Wright, 2009). This way they will have balanced families.

In conclusion, being a parent comes with its fair share of challenges, even more so if the child has a developmental disability. It is crucial for resilience-building programs and interventions to be provided in order to help parents improve their well-being as well as their coping capacities. To sum up, the understanding of family dynamics should also encompass sibling perspectives because these factors are critical for maintaining peaceful coexistence among family members and preserving overall family resilience.

STRESS AND COPING IN THE CONTEXT OF DEVELOPMENTAL DISABILITIES: INSIGHTS, IMPLICATIONS AND FUTURE

Conclusion and Future Directions

To conclude, the effects of raising a child with developmental disabilities on siblings and family relationships are complex. Siblings can feel positive emotions, take on more responsibilities and sometimes face difficulties. Family dynamics may be impacted by the existence of disabled children, which calls for adaptations to maintain unity and encouragement.

In addition, it is essential that we continue with research and interventions that strengthen family bonds and support siblings. Future research should look into the long-term impact of growing up with a sibling who has a developmental disability on siblings' education, career outcomes, mental health or general quality of life.

Moreover, when designing support services, policy makers and healthcare providers must prioritize the inclusion of the perspectives and needs of siblings. This can help in making families become more resistant while improving overall results for all family members.

In conclusion, recognizing and addressing challenges and opportunities within families impacted by autism spectrum disorders is critical to maintaining family cohesion, promoting sibling supportiveness as well as enhancing overall family health.

References

- Asperger, H. (1944). Die "Autistischen Psychopathen" im Kindesalter. *Archiv für Psychiatrie und Nervenkrankheiten*, 117(1), 76-136.
- Baker, B. L., & Drapela, L. A. (2010). Mostly the mother: Concentration of adverse employment effects on mothers of children with autism. *The Social Science Journal*, 47(3), 578-592.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. General Learning Press.
- Bayat, M. (2007). Evidence of resilience in families of children with autism. *Journal of Intellectual Disability Research*, 51(9), 702-714.
- Bjorck, J. P., & Thurman, J. W. (2007). Positive psychology and religiosity: Implications for well-being and coping. *Journal of Psychology and Theology*, 35(2), 165-174.
- Boyd, B. A. (2002). Examining the relationship between stress and lack of social support in mothers of children with autism. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 17(4), 208-215.
- Braddock, D. (1999). Aging and developmental disabilities: Demographic and policy issues affecting American families. *Mental Retardation*, 37(2), 155-161.

Andreas, Giannoulakis

- Clifford, T., & Minnes, P. (2013). Who participates in support groups for parents of children with autism spectrum disorders? The role of beliefs and coping style. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43(1), 179-187.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual*. Psychological Assessment Resources.
- Dabrowska, A., & Pisula, E. (2010). Parenting stress and coping styles in mothers and fathers of pre-school children with autism and Down syndrome. *Journal of Intellectual Disability Research*, 54(3), 266-280.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and Society*. W. W. Norton & Company.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21(3), 219-239.
- Freud, S. (1923). *The Ego and the Id*. W. W. Norton & Company.
- Gray, D. E. (2006). Coping over time: The parents of children with autism. *Journal of Intellectual Disability Research*, 50(12), 970-976.
- Groce, N. E. (2004). Cultural beliefs and practices that influence the type and nature of interventions for disabilities in less developed societies. *Social Science & Medicine*, 59(4), 757-767.
- Guralnick, M. J. (2011). Why early intervention works: A systems perspective. *Infants & Young Children*, 24(1), 6-28.
- Guralnick, M. J. (2017). Early intervention approaches to enhance the peer-related social competence of young children with developmental delays: A historical perspective. *Infants & Young Children*, 30(1), 69-82.
- Hastings, R. P., & Brown, T. (2002). Coping strategies and the impact of challenging behaviors on special educators' burnout. *Mental Retardation*, 40(2), 148-156.
- Hastings, R. P., & Taunt, H. M. (2002). Positive perceptions in families of children with developmental disabilities. *American Journal on Mental Retardation*, 107(2), 116-127.
- Hodapp, R. M., & Urbano, R. C. (2007). Adult siblings of individuals with Down syndrome versus with autism: Findings from a large-scale US survey. *Journal of Intellectual Disability Research*, 51(12), 1018-1029.
- Imada, T., & Yussen, S. R. (2012). Understanding cultural differences in parental coping with developmental disorders. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 43(3), 401-415.
- Jung, C. G. (1933). *Modern Man in Search of a Soul*. Harcourt Brace Jovanovich.
- Kagitcibasi, C. (2007). *Family, self, and human development across cultures: Theory and applications*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Kanner, L. (1943). Autistic disturbances of affective contact. *Nervous Child*, 2, 217-250.
- Keller, H., & Greenfield, P. M. (2000). History and future of development in cross-cultural psychology. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31(1), 52-62.
- Landsman, G. (2009). Mothers and models of disability. *Journal of Medical Humanities*, 30(2), 121-139.

STRESS AND COPING IN THE CONTEXT OF DEVELOPMENTAL DISABILITIES: INSIGHTS, IMPLICATIONS AND FUTURE

- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Mandell, D. S., Wiggins, L. D., Carpenter, L. A., Daniels, J., DiGuseppi, C., Durkin, M. S., ... & Kirby, R. S. (2012). Racial/ethnic disparities in the identification of children with autism spectrum disorders. *American Journal of Public Health, 102*(3), 411-417.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review, 50*(4), 370-396.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist, 56*(3), 227-238.
- Maul, C. A., & Singer, G. H. S. (2009). "Just good different things": Specific accommodations families make to positively adapt to their children with developmental disabilities. *Topics in Early Childhood Special Education, 29*(3), 155-170.
- Meadan, H., Halle, J. W., & Ebata, A. T. (2016). Families with children who have autism spectrum disorders: Stress and support. *Exceptional Children, 77*(1), 7-36.
- Mishna, F., Cook, C., Gadalla, T., Daciuk, J., & Solomon, S. (2012). Cyber bullying behaviors among middle and high school students. *American Journal of Orthopsychiatry, 82*(4), 496-506.
- Oliver, M. (1996). *Understanding disability: From theory to practice*. Macmillan International Higher Education.
- Olson, D. H. (2000). Circumplex model of marital and family systems. *Journal of Family Therapy, 22*(2), 144-167.
- Orsmond, G. I., Kuo, H. Y., & Seltzer, M. M. (2013). Siblings of individuals with an autism spectrum disorder: Sibling relationships and wellbeing in adolescence and adulthood. *Autism, 17*(2), 134-143.
- Parish, S. L., Seltzer, M. M., Greenberg, J. S., & Floyd, F. (2008). Economic implications of caregiving at midlife: Comparing parents with and without children who have developmental disabilities. *Mental Retardation, 46*(6), 413-426.
- Pelchat, D., Lefebvre, H., & Perreault, M. (2003). Differences and similarities in the parenting of young children with intellectual disabilities and typically developing children. *Journal of Child and Family Studies, 12*(4), 441-460.
- Reed, P., Osborne, L. A., & Corness, M. (2007). The Incredible Years Parents and Babies Program: A pilot study. *Journal of Intellectual & Developmental Disability, 32*(4), 279-285.
- Resch, J. A., Mireles, G., Benz, M. R., Grenwelge, C., Peterson, R., & Zhang, D. (2010). Giving parents a voice: A qualitative study of the challenges experienced by parents of children with disabilities. *Rehabilitation Psychology, 55*(2), 139-150.
- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy: Its current practice, implications, and theory*. Houghton Mifflin.
- Singer, G. H. (2006). Meta-analysis of comparative studies of depression in mothers of children with and without developmental disabilities. *American Journal on Mental Retardation, 111*(3), 155-169.

Andreas, Giannoulakis

- Singh, N. N., Lancioni, G. E., Karazsia, B. T., Winton, A. S. W., & Singh, J. (2018). Mindfulness-based positive behavior support (MBPBS) for mothers of adolescents with autism spectrum disorder: Effects on adolescents' behavior and parental stress. *Mindfulness*, 9(6), 1793-1807.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and Human Behavior*. The Free Press.
- Skinner, D., & Weisner, T. S. (2007). Sociocultural studies of families of children with intellectual disabilities. *Mental Retardation and Developmental Disabilities Research Reviews*, 13(4), 302-312.
- Stoneman, Z. (2005). Siblings of children with disabilities: Research themes. *Mental Retardation*, 43(5), 339-350.
- Tarakeshwar, N., & Pargament, K. I. (2001). Religious coping in families of children with autism. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 16(4), 247-260.
- Taylor, A., & Hastings, R. P. (2004). A cognitive-behavioural model of the stress process in parents of children with intellectual disabilities. In R. P. Hastings & M. B. Lloyd (Eds.), *Psychological approaches to child and adolescent intellectual development: A critical overview* (pp. 149-169). Palgrave Macmillan.
- Trent, J. W. (1994). *Inventing the feeble mind: A history of mental retardation in the United States*. University of California Press.
- Turnbull, A. P., Turnbull, H. R., Erwin, E., Soodak, L., & Shogren, K. A. (2011). *Families, professionals, and exceptionality: Positive outcomes through partnerships and trust*. Pearson.
- Van Deursen, A. J., & Helsper, E. J. (2015). A nuanced understanding of Internet use and non-use among the elderly. *European Journal of Communication*, 30(2), 171-187.
- Woodman, A. C. (2014). Trajectories of stress among parents of children with disabilities: A dyadic analysis. *Family Relations*, 63(1), 39-54.
- Woolfson, L. M. (2004). Parenting and family functioning in families of children with disabilities. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(8), 1432-1443.
- Wright, L. M., & Wright, R. M. (2009). Sibling perspectives: Experiences, issues, and recommendations. *Journal of Pediatric Nursing*, 24(4), 299-307.
- Yoshida, K. K., Smith, B., & Suzuki, K. (2005). Ethnicity, culture, and disability in health research. *Journal of Rehabilitation*, 71(2), 5-16.
- Zoghbi, H. Y., & Bear, M. F. (2012). Synaptic dysfunction in neurodevelopmental disorders associated with autism and intellectual disabilities. *Cold Spring Harbor Perspectives in Biology*, 4(3), a009886.



Theoretical article

STRESS IN WORKPLACE

Grigorios Seretis, PhD student

Department of Psychology, Faculty of Philosophy

email: seretisgrigorios@gmail.com

Abstract:

Stress at the workplace has become an increasing phenomenon due to external factors such as technological advancement, changes in the economy of a country which might lead to becoming redundant and so on. Stress can be considered as an inevitable condition at least at one point in time or another; however, it can also be minimized to the extent that productivity and health of the employee is maintained which could lead to a productive organization. Stress is also bound to occur in multinational companies where operation is global and employees have different cultural background. The causes of stress at the work place range from personal problems to work overload, physical working environment, work situation and conflicts among colleagues and managers. Many employees struggle with stress, in worst cases leading to uncertainties and severe impairments on health and performance. This second part focuses on how stressful situation can turn into positive ways to control anxiety in the workplace. There are several resources available like personal awareness in coping skills. Management can also utilize some resources for reducing stress levels of the employees and increased work performance. Therefore, stress management is vital for both, employee and employer. The most successful stress management mechanism found was time management, sharing of feelings and leisure activities.

Keywords: stress, workplace, behavior, emotions, physical health, COVID-19.

Introduction

Stress in workplace has become a mayor subject of study in recent years, because his role in their mental and physical health has been realized by employees, but also in the whole efficiency of the organization. In fact, the psychological risks and work stress are among them greater challenges in the field of occupational safety and health, because they seem to significantly affect the health of individuals, businesses and national economies.

Stress is considered by about half of European workers to be normal phenomenon in their workplace and is responsible for about half of the lost working days. People who suffer from stress usually feel that way are called upon to manage more that they can bear and generally not being able to manage the requirements of the tasks assigned to them. Of course the opposite can happen. When for example, one employee has more qualifications than those required for the position assigned, is likely to lose motivation for career advancement,

Seretis, Grigorios

experiencing stress and frustration. The symptoms that occur due to the experience of prolonged stress is divided into three categories: physical, psychological and behavioral symptoms.

Work stress, like any kind of stress, can be the cause diseases associated with high levels of absenteeism, reduced efficiency, more mistakes and bad interpersonal relationships in the workplace. This stress can affect anyone, at any level hierarchy, regardless of industry or company size. It is one of the important risk for most companies and therefore dealing with it is becoming a top priority for employers and of course human resources professionals. Especially nowadays, that markets are characterized by globalization and increasing competitiveness, businesses and organizations are looking for more competitive advantage in the human factor in order to survive. More specifically, it seems that the companies that give attention on the search in human talent and enhancing participation of employees in business decision making achieve long-term competitive advantage. Stress in workplace has been recognized internationally, in Europe and nationally as a critical issue for both employees and employers. While, in previous decades were characterized by the treatment of stress as individual problem and all interventions aimed at the development of individual coping mechanisms, recently is beginning to appear a different approach, in which the causes of stress must be eliminated with interventions at the level of the whole organization.

The professional environment in which the individual spends a large part of his or her life is a place where work stress and psychological pressure are elements of modern professional life. In today's workplace this phenomenon is common, as employment is becoming increasingly important, largely neglecting personal life. Employees who are often not equipped with the appropriate skills, both in terms of knowledge (training and specialisation) and psychological skills, are faced with many difficulties which they must overcome in order to survive, remain in their professional position and support their respective professional role. In short, stress stems from the relationship and interaction between the individual and the environment (Parsaei et al., 2020).

Stress, or psychological tension, is defined as "a particular relationship between an individual and the environment that is expressed in the individual's perception that the situation he or she is facing significantly strains or exceeds his or her mental reserves and thus endangers his or her mental equilibrium". Since stress is related to stressors encountered in everyday life, every person can experience it regardless of gender, age, education or social class due to the fact that it is their response to internal and external stimuli (Seib et al., 2014). Nevertheless, it is believed that there are individual predispositions when reacting against stress, which is why different individuals exposed to the same causes of stress react differently. Stress refers to the "recognition that the events one encounters are outside the scope of the appropriateness of the cognitive construct system's "way of perceiving and interpreting events, i.e., one cannot interpret them". The concept of state anxiety "refers to the ongoing changes caused by stressful conditions in both the psychological functioning of regulatory mechanisms and the individual's behaviour" (Parsaei et al., 2020).

STRESS IN WORKPLACE

Specifically, work stress is a situation in which there is no balance, or the individual perceives that there is no balance, between the demands of the environment or the individual and the capabilities of that individual (Seib et al., 2014). At this point, it should be mentioned that psychological stress and anxiety can also be considered as positive when they exist to such an extent that they motivate the individual to function effectively. On the contrary, prolonged exposure to stress can reduce a person's effectiveness at work and have negative consequences for his or her health and family and social life. However, not all manifestations of stress in the workplace can be classified as work stress, because work stress can be caused by a variety of different factors. By their nature, some occupations are more stressful than others. Particularly stressful are those occupations that involve relationships with people, require speed in decision making, or the decisions taken may have serious economic, social or other consequences (Seib et al., 2014).

Etymologically, the root of the word stress seems to be found in Latin words “strictus” meaning “tight” and “stringere” meaning “tighten”. Then, the word passed in ancient French as “estrence”, meaning “oppression” and arrived in medieval England in the form “stresse”, meaning “hardship”, follows to our day as “stress”, a term given by Hans Selye (1956) who is considered the “father of stress”. However, the word “stress” had been used for centuries by the science of physics in order to render the concept of elasticity of materials, according to which, an object when is pressed by a strong force, then a reaction occurs to the distorting tendencies of the forces from the object. More specifically, from the late of 17th century, Robert Hooke 1676 (Everly, & Lating, 2013) suggested that the change in form of the elastic body was proportional to the magnitude of the deformation force.

About 100 years later, Thomas Young put it in a bigger way accuracy of Hooke's law, defined stress as the ratio of force to elastic body which balanced an externally applied force, in area that it acts. So physically, stress is a reaction in an object which is characteristic of its structure and which is caused by the external force. Once every stress that is caused by one object results in a bodily change in that, this change can be measured. Looking at the theoretical background on which supported by various stress researchers, starting with Claude Bernard (1957), who introduced the concept of the internal environment (*milieu interieur*) of the organization as a key to understanding its negative aspect of stress. In this sense he described the principles of dynamic equilibrium and argued that the internal environment is necessary to maintain the balance. Consequently, external changes to the environment and forces threaten and change its internal balance, its stability internal environment. Typical examples of external forces are the temperature, pollution, energy, consumption, and diseases too. Later Walter Cannon (1967) used the term “stress” in the field of physiology. He also introduced the term “homeostasis”, arguing that the successful synchronization of bodily functions ensures a state of dynamic balance in the body. To achieve stability or homeostasis, the body adapts steadily to that surrounds.

However when a physical or mental event threatens that balance, the person reacts. This process is often referred to as a reaction “battle or flight” and is adopted by both animals and human beings, under situations of intense stress, precisely because they feel threatened. Thus,

Seretis, Grigorios

the “stress” can be defined as a disturbance of homeostasis. According to the theory of Cannon (1967), when a human body evaluates an external stimulus as a threat, automatically enters a state of arousal and immediate mobilization through the sympathetic nervous and endocrine system. The any reactions, then, are based in the release of powerful adrenal neurotransmitters, norepinephrine and noradrenaline. The behavior of the primitives, after all, was based on the existence of two alternative reactions to similar threat situations: stay in the point where the threat and attack on the enemy appears from one side, or removing and avoiding the enemy from the other. Hans selye, in turn concluded that the body’s reaction to external influences always follow the same procedure. According to him, stress is a non-specific reaction of the body to any requirement for change. By “non-specific reaction” he meant a series reactions regardless of the nature of the stressor. These are reciprocal actions of the forced that performed beyond any part of the body, bodily or psychological. Hans Selye (1956) therefore, formulated the theory of General Adaptive Syndrome (GAS). According to it, although change is a normal element of social life, all the changes are potentially harmful as they require readjustment.

The concept of non-specific reaction was later modified by them Chrousos and Gold (1992) arguing that from a point of intensity onwards each stressor causes the non-specific stress response. Selye (1956) also introduced the concept of “heterostasis”, for describe the establishment of a new situation by changing the starting point for an organization’s resistance to unusually high demands. This concept was the forerunner of the ideal of allostasis. The only one was awarded the Nobel Prize, in contrast to Selye, who had been nominated many times, but never received it even though he was the prioneer in this matter, was Roger Guillemin in 1977 for his significant contribution to understanding of the mechanisms of the stress response as evidenced by its presence corticotropin- realeasing factor (CRF), in the hypothalamus, which activated the secretion of adrenocorticotropin (ACTH) by the pituitary gland. Lennart Levi and Aubrey Kagan (1974) developed and extended his theory Selye concluding with a theoretical diagram describing their nature psychological factors and their role in the appearance of the physical diseases. Their basic premise was that psychological stimuli cause or may cause pathological disorders. Moving on from Seyle’s theory, they concluded that there is a series of successive phases in the development of psychogenetic pathological disorders. They claimed that more changes that occur during life cause a normal reaction to stress, which prepares the person for dealing with new stimuli.

According to Aldwin (1994), stress is the result of interaction between individual and his environment, which either through overstimulation , either of the stimulation leads to psychological and physical tension.

Richard Lazarus (1984) and his collaborators played an important role in development of stress theory. Lazarus presented a definition that it is essentially based on the assumption of interactions. According to him, “the stress occurs from the moment the demands burden or exhaust them regulatory reserves of the individual. He acknowledge that stress is not alone in the environment but at the same time depends on the personality of the individual and especially by the quality of its defense mechanisms.

STRESS IN WORKPLACE

Finally, stress was identified by Crousos as a condition threat or perceived threat of homeostasis being resettled from a complex repertoire of behavioral and physiological adaptations reactions of the organism.

Factors that lead to stress are called stressors and this term refers to any external or internal stimulus that can cause stress. There is a wide range of factors which promote stress in a person and professor Selye pointed out that any factor requiring adjustment can be classified as stressful. It is difficult to record all causes of stress as they can come from family, social, professional, political, economical or natural environment of the individual. While another cause of stress can be characterized pleasant or unpleasant, such death, the birth of a new family member, work environment, retirement, etc; situations that are usually required of person adapting to them.

INTERNAL AND EXTERNAL FACTORS OF STRESS

A general categorization of the causative agents of stress attempts to divide into two main categories, internal and external causal factors.

External factors are those that are outside from individual. Such factors are associated with:

- ✓ The natural environment: exposure to factors such as overheating and cold, the noise, the pollution that can activate stress mechanism
- ✓ Major life changes: such as various personal, social, or professional nature, that individuals are called upon to deal with and potentially cause stress as they require adjustment
- ✓ Daily micro-risk factors: situations that the person perceives as annoying and relate to daily contact with environment. Traffic congestion or some differences with partner, or in the professional field are included.
- ✓ The social environment: human relations and the reduced social support, unemployment and financial insecurity, marginalization are belonging to this category and they are stressors too.

Internal factors include stimuli and events that have to do with the individual himself, their values, beliefs, and ethics. Such factors related to:

- ✓ Lifestyle choices: are related to behaviors adopted by individuals and have to do with diet, unhealthy behaviors (smoking, alcohol, consumption, etc)
- ✓ Psycho-personal influences: this is probably where most of them that can cause stress. The various mental processes of the individual himself such as thoughts, perceptions, values, attitudes, and the beliefs he has, creating stress. These are the unfulfilled desires, the reduced self-confidence, the setting of unrealistic goals, and of course his personality type and potential sources of stress which come from the person himself.

At this point of view, should be emphasized the fact, that a person usually refer to external factors, however it is important to understand that most causes of stress are created by the individual himself. The changes are an important part of causative factors of stress since they can cause concern to the person because they require him to give up one part of himself.

Seretis, Grigorios

By this have born a sense of data loss and insecurity created. Holmes and Rahe created a list of events considered as the sources of stress in a person's life, and require some adjustment. The result of this work was the creation of taxonomic scale of social adjustment.

TYPES OF STRESS

Selye made clear the difference between eustress and distress. Eustress is inevitable consequence of living function and distress occurs when the body doesn't have the required amount of energy to maintain its homeostasis of stimulus. This stimulus can be perceived as pleasant or unpleasant and according to Selye the level of reaction is fundamental. Consequently each stressful stimulus can be either good nor bad, depending on required amounts of reaction. Very high or very low reaction levels constitute distress, while medium levels of reaction constitute eustress. Selye argued that the beneficial or detrimental nature of a stressful stimulus depends from how the person perceives it and how he chooses to react in it (perceived stress). Consequently, individuals decide whether the stressor factor will turn out a good or a bad stress. Thus, he emphasized the active role of individual, based on his perceptions about his control stress. He argued that by learning a person to react on stressor factors with positive emotions (optimism, good will and attentions, etc) will be able to maximize eustress levels and reducing distress levels. On contrast, by expressing negative emotions (anger, rage, pessimism, etc) individuals will experience distress. This view later on 1995 have approved by Goleman, referred on concept of emotional intelligence. Other classification of stressors, as types of stress can be:

- ✓ Biological i.e. a trauma, a physical strain (when the body pushed beyond its capabilities), noise, overcrowding, excessive heat or extreme cold.
- ✓ Psychological, such as lack of self-knowledge, lack of social support network, strict adherence to schedules, isolation, the interpersonal conflicts, traumatic life events, etc.

Obviously stress has a wide range of effects on the psychic. Equally important but often underestimated are the symptoms in human's body due to differential diagnosis. The symptoms of stress can be divided into three levels, categorizing them by the time of appearing and significance in the impact on human health.

The first level is characterized by events related to behavior and emotions. These events are the result of weakness of the person to manage stressful stimuli and return to his normal attitude. They are difficult to be diagnosed because its necessary the cooperation between individual and psychologist in order to know any changes in his health. These changes can be habits of individual, in the daily routine, in his social behavior and cognitive level, such as feeling frustrated, feeling tired, inattentive, irritable to people and reduced memory capacity.

The second level symptoms are also called as physically symptoms but of low severity, by which should not be ignored because they affect the quality of daily life of the individual. They are like warnings of the body, since it embodies problems that confronts the person in order to alarm and take care of it.

STRESS IN WORKPLACE

On the third level of symptoms, stress becomes a risk factor and it refers to the indirect aggravation of diseases and disorders, ends up the person to feel sick. The presence of the effect of stress is observed on various degrees in all organic systems.

Effects of work stress on physical health

Stress can cause physiological changes that can create a favourable environment and facilitate disease development. Of course, existing empathy due to an existing organic condition can be increased by stress, and some diseases can also appear if they coexist with severe stress.

Cannon in 1939 argued that when a person experiences stress, it is possible for the body's homeostasis to be disturbed physiologically and to increase its disease susceptibility. Although the fight or flight response serves quite an adaptive function, either prolonged stimulation at the physiological level can be dangerous because it causes significant organ dysfunction. On a physiological level, the fight or flight response is quite impressive. It causes an increase in blood pressure, heart rate and breathing rate, as well as blood sugar. In addition, there is sweating of the palms and tightness of the muscles. All these changes help the person prepare to face the threat or move away from the danger. The normal fight-or-flight response to stress has been lost in modern societies, and the perception of stress is linked to cognitive processes that lead to different responses depending on personality type and environment. The most common symptoms of stress are physical (anorexia, indigestion, constipation or diarrhea, nausea, stomach upset, insomnia, weight loss or gain, sexual dysfunction, high blood pressure, back pain, fatigue or lethargy, headache) and mental (aggression, irritability, problems relating to others, feeling like a failure, difficulty making decisions, mood swings, difficulty concentrating, lack of self-esteem, loss of interest in people, isolation).

Studies have shown that there is a strong link between high levels of stress and high blood pressure as well as heart disease (Ahmad & Darzi, 2008). It is also associated with respiratory distress, panic attacks and excessive sweating (Hellriegel and Slocum, 2010). Leka and others. (2003) point out that stress can also affect people's immune systems, reducing their ability to fight infections. Other physiological problems cited by Leka et al., (2003) include musculoskeletal pain, poor self-perceived health, and sleep problems. Stress is a factor that can exacerbate the symptoms of musculoskeletal injury as well as prolong recovery time. The fear of failure, of organizational changes and dynamics are sources of emotional and physical pressure, which is a risk factor for the development of the syndrome professional burnout, or burnout. There is evidence of mental health disorders such as consequences of burnout leading to a change in quality of life (Mancheva, Nikolova & Nerantzi, 2021).

Disruption of control and planning and disruption of personal, professional and social life are thought to lead to stress (Nikolova,2021). The outbreak of COVID-19 has caused significant disruptions to normal business operations and employee work procedures. As a result, it is plausible that employees faced increased difficulties during this particular time period (Piccarozzi et al., 2021). In this particular framework, workplace stress encompasses the stress experienced in relation to health and safety hazards, compromised productivity, challenges in adapting to the work environment, and the emergence of negative emotional

Seretis, Grigorios

states. For example, work stress of this nature has the potential to contribute to the development of adverse mental health conditions.

References

- Aldwin, C. M. (1994). Stress, coping and development. An integrative perspective, New York: the Guilford Press.
- Ahmad, S. F. & Darzi, N. A., (2008). Organisational Behaviour, Atlantic Publishers & Distributors (P) Limited.
- Bernard C. An Introduction to the Study of Experimental Medicine. Greene HC, translator. New York: Dover Publications; 1957.
- Cannon, W. (1967) The wisdom of the body, Norton.
- Chrousos, G. P. Gold, P. W. (1992). The concepts of stress and stress system disorders. Overview of physical and behavioral homeostasis. Journal American Medical Association.
- Selye, H. (1956). The stress of life publ. New York.
- Seib C, Whiteside E, Humphreys J, et al. (2014). A longitudinal study of the impact of chronic psychological stress on health-related quality of life and clinical biomarkers: protocol for the Australian Healthy Aging of Women Study. BMC Public Health. 14(1):9. doi: 10.1186/1471-2458-14-9.
- Hellriegel, D. & Slocum, J. W., (2010). Organizational Behavior, Cengage Learning.
- Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence. Bloomsbury, London.
- George S. Everly, Jr., Jeffrey M. Lating (2013). A Clinical Guide to the Treatment of the Human Stress Response
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York: Springer.
- Leka, S., Griffiths, A. & Cox, T., (2003). Work organization & stress. WHO: WHO.
- Mancheva, R., Nikolova, S., & Nerantzi, E. (2021). Burnout syndrome in teachers from special schools in the Hellenic Republic in a situation of social isolation. Knowledge – International Journal Scientific Papers, 46 (2), 241–247.
- Nikolova, S., (2021). Psychological effects of the covid-19 pandemic in teachers, Knowledge – International Journal Scientific Papers, 49(6), 1253–1257.
- Parsaei, R., Roohafza, H., Feizi, A., Sadeghi, M., & Sarrafzadegan, N. (2020). How different stressors affect quality of life: an application of multilevel latent class analysis on a large sample of industrial employees. Risk Management and Healthcare Policy, 1261-1270.
- Piccarozzi, M., Silvestri, C., and Morganti, P. (2021). COVID-19 in management studies: a systematic literature review. Sustainability. 13, 3791. doi: 10.3390/su13073791.



Theoretical article

THE BIG 5 PERSONALITY IN THERAPEUTIC CONTEXT

Chen Rapson Harel, PhD Student

*Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

chenrapson@gmail.com

Abstract

The Big Five theory of personality, established through factor analysis, identifies five fundamental traits that underlie human behavior. These traits, developed and refined through various studies, include openness to experience, conscientiousness, extraversion, agreeableness, and neuroticism. Each trait encompasses a spectrum of sub-traits, contributing to a comprehensive understanding of individual personality. Understanding the intricacies of personality traits is pivotal in therapy as these traits profoundly influence individuals' thoughts, emotions, and behaviors, consequently shaping their interactions with the world and others. The Big Five model provides an invaluable framework for comprehending these traits, offering therapists insights into clients' strengths, challenges, and preferences. This understanding enables therapists to tailor interventions effectively, leveraging the Big Five framework within a therapeutic context to facilitate optimal outcomes for their clients.

Keywords: Openness, Conscientiousness, Extraversion/introversion, Agreeableness, Neuroticism (emotional stability)

Introduction

The Big Five theory of personality identifies five distinct traits that serve as a model for understanding the relationship between personality and behaviors (Poropat, 2009). Researchers developed this model through factor analysis of verbal descriptions of human behavior (Digman, 1990), refining the traits through subsequent studies (Allport & Odbert, 1936; Bagby et al., 2005; Fiske et al., 1995; Norman, 1963; Tupes & Christal, 1961). Each of the five major traits encompasses a spectrum of sub-traits, providing a nuanced understanding of personality.

The five dimensions representing personality traits (OCEAN) are (John & Srivastava, 1999):

- Openness
- Conscientiousness
- Extraversion/introversion
- Agreeableness
- Neuroticism (emotional stability)

Personality, the intricate fabric of human nature, presents an endless array of diversity and complexity (Ivantchev & Stoyanova, 2021). Each individual embodies a unique combination of traits, behaviors, and inclinations that collectively form their personality. Psychologists, intrigued by this rich tapestry of human variation, have long sought to unravel its mysteries and understand the fundamental factors that shape personality.

Harel, Chen

McDougall (1932) delved into the nuanced distinctions between "characteristic" and "personality." He posited that while character constitutes a vital aspect of one's overall personality, it is but a fragment of the intricate mosaic that defines an individual. McDougall emphasized the multifaceted nature of character, shaped by a myriad of sentiments, inclinations, and experiences that evolve over time. He underscored the dynamic interplay between innate predispositions and external influences. Traits are central to the study of personality, and they are defined as enduring patterns of thoughts, feelings, and actions that distinguish individuals from one another (McCrae & Costa, 2003). These traits are the building blocks of personality, shaping how individuals perceive and interact with the world around them. Whether it be the gregarious extrovert or the conscientious organizer, traits manifest in myriad ways, reflecting each individual's unique essence. Psychologists have long recognized the importance of traits in elucidating the complexities of human personality, employing various approaches to categorize and understand these fundamental dimensions of individual differences.

The lexical hypothesis, pioneered by Allport and Odbert (1936), posits that the most salient personality traits eventually become ingrained in language, reflecting their significance in human interaction and perception. Building upon this premise, subsequent researchers, such as Cattell (1943, 1945) and Digman (1990), sought to delineate the essential dimensions of personality through empirical analysis and factor extraction. The culmination of these efforts gave rise to the Big Five personality traits: openness, conscientiousness, extraversion, agreeableness, and neuroticism (Costa Jr. & McCrae, 1980; Tupes & Christal, 1961). These broad domains encompass a comprehensive spectrum of human personality, offering a framework for understanding the diverse array of traits that characterize individuals.

The Big Five traits represent a consensus taxonomy derived from extensive research and empirical validation. Each trait encompasses two complementary aspects, reflecting a nuanced understanding of personality dynamics (DeYoung et al., 2007a). For instance, extraversion encompasses enthusiasm and assertiveness, capturing individuals' sociable and outgoing nature, while emotional stability encompasses volatility and withdrawal, reflecting variations in emotional resilience and stability (Tellegen, 1985). These traits serve as foundational constructs in the study of personality, providing a comprehensive framework for understanding individual differences across diverse populations and cultures.

Openness, one of the Big Five traits, reflects the depth and complexity of an individual's cognitive and experiential landscape. High-openness individuals are characterized by intellectual curiosity, creativity, and a penchant for novelty, whereas low-openness individuals tend to be conventional, pragmatic, and resistant to change (John & Srivastava, 1999). Openness is associated with a propensity for leadership roles, driven by the ability to think innovatively and embrace novel ideas (Sutin et al., 2017). Moreover, openness is linked to universalistic values such as tolerance and egalitarianism, reflecting a broad-minded and inclusive worldview (Douglas et al., 2016).

Conscientiousness, another key dimension of personality, encompasses traits related to self-discipline, organization, and goal-directed behavior. Conscientious individuals exhibit a strong sense of responsibility, diligence, and perseverance, enabling them to excel in various domains of life (Costa et al., 2001). This trait is associated with positive academic achievement, career success, and well-being (Tepe & Vanhuysse, 2020). Conscientiousness reflects the ability to exercise self-control and adhere to societal norms and expectations, contributing to maintaining social order and stability.

Extraversion, a hallmark personality trait, pertains to the degree of sociability, assertiveness, and positive emotionality exhibited by individuals. Extraverts thrive in social settings, deriving

THE BIG 5 PERSONALITY IN THERAPEUTIC CONTEXT

energy and stimulation from interpersonal interactions and external stimuli (McCrae & John, 1992). They are often outgoing, talkative, and adventurous, seeking novelty and excitement in their pursuits (Habashi et al., 2016). In contrast, introverts prefer solitude and introspection, valuing deep connections and meaningful interactions over superficial engagements (Tellegen, 1985). Extraversion is associated with spontaneity, impulsivity, and sensitivity to rewards, reflecting a predisposition to engage with the external world and seek pleasurable experiences (Depue & Collins, 1999).

Agreeableness, characterized by warmth, empathy, and cooperativeness, reflects one's orientation toward interpersonal relationships and social harmony. Individuals high in agreeableness are compassionate, altruistic, and considerate of others' needs and feelings (Rollero et al., 2019). They value cooperation and collaboration, striving to maintain harmonious relations with those around them (Sutin et al., 2017). In contrast, individuals low in agreeableness may exhibit antagonistic, suspicious, or competitive tendencies, prioritizing self-interest over collective well-being (Roccas et al., 2002). Agreeableness is associated with prosocial behavior, empathy, and compassion, fostering positive social interactions and supportive relationships.

Emotional stability, also known as *neuroticism*, pertains to variations in emotional resilience, stability, and psychological well-being. Individuals with high levels of emotional stability are calm, composed, and emotionally resilient, even in adversity (Rollero et al., 2019). They exhibit confidence, optimism, and a secure sense of self, navigating challenges with grace and composure (Sutin et al., 2017). In contrast, individuals low in emotional stability may experience heightened levels of anxiety, depression, and emotional volatility, struggling to cope with stressors and setbacks (Roccas et al., 2002). Emotional stability is associated with psychological health, adaptive coping strategies, and subjective well-being, underscoring its importance in fostering resilience and emotional flourishing.

The study of personality offers a fascinating glimpse into the kaleidoscope of human nature, unraveling the intricate tapestry of traits, behaviors, and tendencies that define individuals. From the pioneering work of McDougall to the contemporary insights gleaned from the Big Five model, psychologists have strived to understand the myriad complexities of personality. By elucidating the fundamental dimensions of personality, researchers aim to shed light on the factors that shape human behavior, cognition, and emotion, ultimately enriching our understanding of what it means to be human.

Measuring the Big Five Personality Traits

The Big Five personality traits (openness, conscientiousness, extraversion, agreeableness, and neuroticism) are typically measured using self-report questionnaires and inventories (Goldberg, 1992) like:

1. Big Five Inventory (BFI): A 44-item self-report inventory that measures the five traits using short phrases with accessible vocabulary (Etzion & Laski, 1998; John et al., 1991).
2. NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI): A 60-item self-report measure of the Big Five traits developed by Costa and McCrae (2014). It uses longer statements to assess the five factors.
3. International Personality Item Pool (IPIP): A set of public domain personality measures, including scales designed to be analogs of the commercial NEO-FFI (Goldberg et al., 2006).

Harel, Chen

4. **Big Five Aspect Scales (BFAS):** This 100-item measure assesses not only the Big Five factors but also two "aspects" or facets within each of the five broad traits (DeYoung et al., 2007b).

Regardless of the measure used, the general approach is to have participants rate themselves on a series of statements or adjectives using a Likert scale. The responses are then scored and interpreted based on the five broad personality dimensions. It is important to note that personality is complex, and these measures provide a general snapshot rather than a definitive assessment. Personality can also change over time and context (Luhmann et al., 2014).

Utilization of the Big Five Personality Traits in Therapy

Personality traits are fundamental in shaping individuals' thoughts, emotions, and behaviors, influencing their interactions with the world and others around them. The Big Five model provides valuable insights into clients' strengths, challenges, and preferences, enabling therapists to tailor interventions effectively and leverage this framework in a therapeutic context.

Openness to experience significantly affects help-seeking attitudes, mediated by cognitive flexibility (Çekici, 2019; Murphy & Mackenzie, 2023). Openness is associated with creativity, curiosity, and an openness to change, which facilitates adapting to new situations like seeking professional help (Çekici, 2019). Individuals with a high level of openness to experience tend to be more receptive to novel ideas and experiences (McCrae & Costa, 1997). Therapy can benefit these individuals by providing opportunities for exploration, self-discovery, and personal growth (Malouff et al., 2010). For example, mindfulness-based interventions have enhanced openness by encouraging clients to engage with their thoughts, emotions, and experiences non-judgmentally and creatively (Oner Cengiz et al., 2023). By fostering a sense of curiosity and receptivity to new perspectives, therapy can help individuals high in openness expand their understanding of themselves and the world around them (Hook et al., 2013).

Conscientiousness significantly indirectly affects help-seeking attitudes, mediated by cognitive flexibility (McCrae & Costa, 1997). Conscientious individuals may be more likely to seek professional help due to their organized and disciplined nature. Conscientious individuals are characterized by their organization, responsibility, and self-discipline. Therapy interventions targeting conscientiousness focus on promoting effective coping strategies, time management skills, and goal-setting behaviors (Bajec, 2019). For example, cognitive-behavioral therapy (CBT) emphasizes developing practical skills to manage stress, improve productivity, and achieve personal goals (Murphy et al., 2024). Casali et al. (2023) found that individuals who are high in conscientiousness may benefit from structured therapeutic approaches that align with their goal-oriented mindset, leading to improvements in overall well-being and life satisfaction.

Extraversion, the third dimension, encompasses traits related to sociability, assertiveness, and positive emotionality (McCrae & Costa, 1997). Extraversion has a significant indirect effect on help-seeking attitudes, mediated by cognitive flexibility (Çekici, 2019). Extraverted individuals may be more comfortable seeking professional support (Çekici, 2019). Therapeutic approaches for clients with high levels of extraversion may involve group therapy,

THE BIG 5 PERSONALITY IN THERAPEUTIC CONTEXT

social skills training, and role-playing exercises to enhance interpersonal communication and relationship-building skills (Pincus & Ansell, 2003). Incorporating humor, enthusiasm, and active engagement during sessions can create a supportive therapeutic environment conducive to growth and self-expression (McCrae & Costa, 1997).

Agreeableness explained the highest proportion (21%) of the variance in help-seeking attitudes (Çekici, 2019). Agreeable individuals may be more inclined to seek help due to their trusting and cooperative nature. Agreeable individuals are known for their empathy, cooperativeness, and interpersonal warmth. Therapeutic interventions targeting agreeableness focus on enhancing communication skills, conflict resolution abilities, and assertive behaviors (Cuijpers et al., 2016). For instance, interpersonal therapy (IPT) emphasizes the importance of addressing relational difficulties and improving interpersonal functioning (Ravitz & Watson, 2014). Individuals with a high level of agreeableness may benefit from IPT by developing healthier communication patterns, resolving conflicts more effectively, and strengthening social relationships, leading to greater emotional well-being and life satisfaction (Bagby et al., 2016).

Neuroticism, the fifth dimension, encompasses traits associated with emotional instability, anxiety, and vulnerability to stress. Clients high in neuroticism may require interventions targeting emotion regulation, stress management, and self-care practices. Acceptance and Commitment Therapy (ACT) techniques focusing on mindfulness, acceptance, and values clarification can help these clients develop greater psychological flexibility and resilience (Hayes et al., 2006). Therapists can also teach relaxation techniques, such as deep breathing and progressive muscle relaxation, to reduce physiological arousal and alleviate symptoms of anxiety and distress (Conrad & Roth, 2007; Toussaint et al., 2021).

Summary

The Big Five personality traits offer a valuable framework for understanding clients' unique characteristics and tailoring therapeutic interventions to their needs. By incorporating insights from the Big Five model into clinical practice, therapists can enhance treatment outcomes, promote personal growth, and facilitate positive change in clients' lives. Through a holistic approach that considers clients' personality traits, therapists can create a supportive therapeutic alliance and empower clients to overcome challenges, achieve their goals, and lead more fulfilling lives.

References

- Allport, G. W., & Odbert, H. S. (1936). Trait-names: A psycho-lexical study. *Psychological Monographs*, 47(1), 1–171. <https://doi.org/10.1037/h0093360>
- Bagby, R. M., Gralnick, T. M., Al-Dajani, N., & Uliaszek, A. A. (2016). The role of the five-factor model in personality assessment and treatment planning. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 23(4). <https://doi.org/10.1111/cpsp.12175>
- Bagby, R. M., Marshall, M. B., & Georgiades, S. (2005). Dimensional personality traits and the prediction of DSM-IV personality disorder symptom counts in a nonclinical sample. *Journal of Personality Disorders*, 19(1), 53–67. <https://doi.org/10.1521/pedi.19.1.53.62180>
- Yearbook of Psychology
2024, Vol. 15, Issue 2, Online ISSN 2683-0426

Harel, Chen

- Bajec, B. (2019). Relationship between time perspective and time management behaviours. *Psihologija*, 52(2), 197–215. <https://doi.org/10.2298/PSI170831036B>
- Casali, N., Feraco, T., & Meneghetti, C. (2023). Keep going, keep growing: A longitudinal analysis of grit, posttraumatic growth, and life satisfaction in school students under COVID-19. *Learning and Individual Differences*, 105, 102320. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2023.102320>
- Cattell, R. B. (1943). The description of personality: Basic traits resolved into clusters. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 38(4), 476–506. <https://doi.org/10.1037/h0054116>
- Cattell, R. B. (1945). The description of personality: Principles and findings in a factor analysis. *The American Journal of Psychology*, 58(1), 69–90. <https://doi.org/10.2307/1417576>
- Çekici, F. (2019). The relationships between the big five personality traits and attitudes towards seeking professional psychological help in mental health counselor candidates: Mediating effect of cognitive flexibility. *Educational Research and Reviews*, 14(14), 501–511. <https://doi.org/10.5897/ERR2019.3706>
- Conrad, A., & Roth, W. T. (2007). Muscle relaxation therapy for anxiety disorders: It works but how? *Journal of Anxiety Disorders*, 21(3), 243–264. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.08.001>
- Costa Jr., P. T., & McCrae, R. R. (1980). Still stable after all of these years: Personality as a key to some issues in adulthood and old age. In P. B. Baltes & Jr. O. G. Brim (Eds.), *Life-span development and behavior* (Vol. 3, pp. 65–102). Academic Press.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (2014). The NEO Inventories. In R. P. Archer & S. R. Smith (Eds.), *Personality assessment* (pp. 223–256). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203119143>
- Costa, P. T., Terracciano, A., & McCrae, R. R. (2001). Gender differences in personality traits across cultures: Robust and surprising findings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(2), 322–331. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.81.2.322>
- Cuijpers, P., Donker, T., Weissman, M. M., Ravitz, P., & Cristea, I. A. (2016). Interpersonal psychotherapy for mental health problems: A comprehensive meta-analysis. *American Journal of Psychiatry*, 173(7), 680–687. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2015.15091141>
- Depue, R. A., & Collins, P. F. (1999). Neurobiology of the structure of personality: Dopamine, facilitation of incentive motivation, and extraversion. *Behavioral and Brain Sciences*, 22(3), 491–517. <https://doi.org/10.1017/S0140525X99002046>
- DeYoung, C. G., Quilty, L. C., & Peterson, J. B. (2007a). Between facets and domains: 10 aspects of the Big Five. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(5), 880–896. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.93.5.880>
- DeYoung, C. G., Quilty, L. C., & Peterson, J. B. (2007b). *Big Five Aspects Scale (BFAS)*. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t09852-000>
- Digman, J. M. (1990). Personality structure: Emergence of the Five-Factor Model. *Annual Review of Psychology*, 41(1), 417–440. <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.41.020190.002221>
- Douglas, H. E., Bore, M., & Munro, D. (2016). Openness and intellect: An analysis of the motivational constructs underlying two aspects of personality. *Personality and Individual Differences*, 99, 242–253. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.05.030>

THE BIG 5 PERSONALITY IN THERAPEUTIC CONTEXT

- Etzion, D., & Laski, S. (1998). *The Big Five inventory (version 5a)*. Tel-Aviv University.
- Fiske, D. W., Shrout, P. E., & Fiske, S. T. (1995). *Personality research, methods, and theory: A festschrift honoring Donald W. Fiske*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Goldberg, L. R. (1992). The development of markers for the Big-Five factor structure. *Psychological Assessment*, 4(1), 26–42. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.4.1.26>
- Goldberg, L. R., Johnson, J. A., Eber, H. W., Hogan, R., Ashton, M. C., Cloninger, C. R., & Gough, H. G. (2006). The international personality item pool and the future of public-domain personality measures. *Journal of Research in Personality*, 40(1), 84–96. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2005.08.007>
- Habashi, M. M., Graziano, W. G., & Hoover, A. E. (2016). Searching for the prosocial personality: A Big Five approach to linking personality and prosocial behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 42(9), 1177–1192. <https://doi.org/10.1177/0146167216652859>
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour Research and Therapy*, 44(1), 1–25. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.06.006>
- Hook, J. N., Davis, D. E., Owen, J., Worthington, E. L., & Utsey, S. O. (2013). Cultural humility: Measuring openness to culturally diverse clients. *Journal of Counseling Psychology*, 60(3), 353–366. <https://doi.org/10.1037/a0032595>
- Ivantchev, N., & Stoyanova, S. (2021). Extraversion and neuroticism in relation to well-being: Do some social categories and personality traits modify the connections between them? *Psychological Thought*, 14(2), 467–483. <https://doi.org/10.37708/psyct.v14i2.550>
- John, O. P., Donahue, E. M., & Kentle, R. L. (1991). *The Big Five Inventory: Versions 4a and 54. Technical Report*. Institute of Personality and Social Research, University of California. <https://doi.org/10.1037/t07550-000>
- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 102–138). Guilford Press.
- Luhmann, M., Orth, U., Specht, J., Kandler, C., & Lucas, R. E. (2014). Studying changes in life circumstances and personality: It's about time. *European Journal of Personality*, 28(3), 256–266. <https://doi.org/10.1002/per.1951>
- Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Schutte, N. S., Bhullar, N., & Rooke, S. E. (2010). The Five-Factor Model of personality and relationship satisfaction of intimate partners: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 44(1), 124–127. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2009.09.004>
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1997). Conceptions and correlates of openness to experience. In R. Hogan, J. A. Johnson, & S. R. Briggs (Eds.), *Handbook of personality psychology* (pp. 825–847). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012134645-4/50032-9>
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2003). *Personality in adulthood: A five factor theory perspective*. The Guilford Press.

Harel, Chen

- McCrae, R. R., & John, O. P. (1992). An introduction to the Five-Factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60(2), 175–215. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00970.x>
- McDougall, W. (1932). Of the words character and personality. *Journal of Personality*, 1(1), 3–16. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1932.tb02209.x>
- Murphy, D. J., & Mackenzie, C. S. (2023). *The Impact of the Big Five personality traits on help-seeking stigmas, attitudes, and intentions*. PsyArXiv. <https://doi.org/10.31234/osf.io/5ytr4>
- Murphy, S. T., Bailey, B., & Strunk, D. R. (2024). Promoting skill use in skill enhanced cognitive behavioral therapy: A case example. *Journal of Clinical Psychology*, 80(4), 912–927. <https://doi.org/10.1002/jclp.23634>
- Norman, W. T. (1963). Toward an adequate taxonomy of personality attributes: Replicated factor structure in peer nomination personality ratings. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 66(6), 574–583. <https://doi.org/10.1037/h0040291>
- Oner Cengiz, H., Bayir, B., Sayar, S., & Demirtas, M. (2023). Effect of mindfulness-based therapy on spiritual well-being in breast cancer patients: A randomized controlled study. *Supportive Care in Cancer*, 31(7), 438. <https://doi.org/10.1007/s00520-023-07904-2>
- Pincus, A. L., & Ansell, E. B. (2003). Interpersonal theory of personality. In T. Millon & M. J. Lerner (Eds.), *Handbook of psychology* (Vol. 5, pp. 209–230). John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1002/0471264385.wei0509>
- Poropat, A. E. (2009). A meta-analysis of the Five-Factor Model of personality and academic performance. *Psychological Bulletin*, 135(2), 322–338. <https://doi.org/10.1037/a0014996>
- Ravitz, P., & Watson, P. (2014). Interpersonal psychotherapy: Healing with a relational focus. *Focus*, 12(3), 275–284. <https://doi.org/10.1176/appi.focus.12.3.275>
- Roccas, S., Sagiv, L., Schwartz, S. H., & Knafo, A. (2002). The Big Five personality factors and personal values. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(6), 789–801. <https://doi.org/10.1177/0146167202289008>
- Rollero, C., Daniele, A., & Tartaglia, S. (2019). Do men post and women view? The role of gender, personality and emotions in online social activity. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 13(1), 1. <https://doi.org/10.5817/CP2019-1-1>
- Sutin, A. R., Luchetti, M., Stephan, Y., Robins, R. W., & Terracciano, A. (2017). Parental educational attainment and adult offspring personality: An intergenerational life span approach to the origin of adult personality traits. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113(1), 144–166. <https://doi.org/10.1037/pspp0000137>
- Tellegen, A. (1985). Structures of mood and personality and their relevance to assessing anxiety, with an emphasis on self-report. In A. H. Tuma & J. D. Maser (Eds.), *Anxiety and the anxiety disorders* (pp. 681–706). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Tepe, M., & Vanhuyse, P. (2020). Taking social policy personally: How does neuroticism affect welfare state attitudes? *Social Policy & Administration*, 54(5), 699–718. <https://doi.org/10.1111/spol.12568>
- Toussaint, L., Nguyen, Q. A., Roettger, C., Dixon, K., Offenbacher, M., Kohls, N., Hirsch, J., & Sirois, F. (2021). Effectiveness of progressive muscle relaxation, deep breathing, and guided

THE BIG 5 PERSONALITY IN THERAPEUTIC CONTEXT

imagery in promoting psychological and physiological states of relaxation. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2021, 1–8. <https://doi.org/10.1155/2021/5924040>

Tupes, E. C., & Christal, R. E. (1961). Recurrent personality factors based on trait ratings. *Journal of Personality*, 60(2), 225–251. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00973.x>



Theoretical article

THE BIG FIVE PERSONALITY TRAITS AND SEXUAL DESIRE

Chen Rapson Harel,

Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

chenrapson@gmail.com

Abstract

The paper explores the relationship between the Big Five personality traits and sexual behavior by means of theoretical overview of the results from some previously conducted studies. It highlights how non-physical attributes like ambition and dominance influence partner selection, with women considering these factors for casual encounters and committed relationships. Some studies have shown that extroversion, emotional stability, and openness are correlated with various aspects of sexual satisfaction and desire. Additionally, some findings suggest that extroversion is associated with increased sexual activity, while neuroticism is linked to sexual dissatisfaction and lower sexual desire. Overall, the findings underscore the complex interplay between personality dimensions and sexual experiences.

Keywords: Openness, Conscientiousness, Extraversion/introversion, Agreeableness, Neuroticism (emotional stability)

Introduction

Freud's (1905) conceptualization of human personality development emphasizes the accumulation and release of sexual energy as a central aspect of maturation, defining "sexual" broadly to encompass pleasurable actions and thoughts. According to Freud, life revolves around balancing tension and pleasure, where all tension stems from the buildup of libido (sexual energy), and pleasure arises from its discharge. Libido represents the biological urge for sexual activity, influenced by various factors, including hormones, health, social norms, and emotional well-being, with positive sexual experiences playing a significant role in sexual desire and normal sexual response (Kuno et al., 2001; Paduch & Vaucher, 2020). Sexual desire, defined as the motivation to engage in sexual activity (Janssen & Bancroft, 2023; Meston & Stanton, 2017), raises questions regarding its distinction from sexual arousal, as per Freud's (Freud, 1905) differentiation between observable sexual excitement and unobservable sexual desires.

Masters and Johnson's (1966) empirical work on the human sexual response cycle outlined a four-stage model focusing on physiological responses to sexual stimulation, with distinct stages of excitement, plateau, orgasm, and resolution. While their model did not explicitly address sexual desire, Kaplan (1974) later emphasized its importance as the initiator of sexual activity. However, this linear model failed to capture the complexities of sexual desire

THE BIG FIVE PERSONALITY TRAITS AND SEXUAL DESIRE

in long-term relationships, leading to alternative perspectives such as the motivation model proposed by Laan and Both (2008). This model suggests that sexual desire may follow sexual arousal, emphasizing the role of external sexual stimuli and the interaction between physical and emotional responses. Moreover, contemporary research has highlighted the interplay between sexual desire and relationship satisfaction, with discrepancies in sexual desire between partners predicting lower sexual contact and satisfaction in relationships (Bridges & Horne, 2007; Mark, 2012, 2015).

Overall, the understanding of sexual desire as a dynamic interplay between biological, psychological, and social factors underscores its significance in human sexuality and relationship dynamics. We sought to examine the literature about the relationship between sexual desire and personality traits, specifically, the Big Five personality traits.

The development of the Five Factor Model (FFM) can be attributed to the work of several researchers in the mid-20th century. In the 1940s and 1950s, psychologists began developing personality questionnaires to measure a wide range of personality traits (Cattell, 1943, 1945, 1990). One such questionnaire was the Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI), developed by Hathaway and McKinley (1943). The MMPI included scales for traits such as neuroticism, extraversion, and psychopathy (Schilling & Casper, 2015).

In the 1960s, a group of researchers led by Paul Costa and Robert McCrae embarked on developing a new personality questionnaire that would measure an even broader range of personality traits (McAdams, 2019). This questionnaire, known as the NEO Personality Inventory (Costa & McCrae, 1992), was based on the earlier work of Cattell (1943), who proposed a model of personality encompassing 16 primary traits.

Costa and McCrae's research led to the development of the Five Factor Model (FFM), (McCrae & Costa, 1985) which proposed that five broad personality traits can account for most of the variation in human personality. These traits were derived from factor analyses of data from a large sample of individuals using the NEO Personality Inventory (Costa & McCrae, 2012; McCrae et al., 1998; Rawlings & Ciancarelli, 1997; Takahashi et al., 2013). The term "Big Five" was introduced by psychologist Goldberg (1990) and subsequently gained widespread adoption within the psychological community by the 1990s (John et al., 2008).

Since then, the FFM has become one of psychology's most widely accepted models of personality, with a substantial body of research supporting its validity and reliability (Costa Jr. & McCrae, 1995; Digman, 1990; McCrae & John, 1992). The model has been applied across a wide range of domains, including clinical psychology, organizational psychology, and social psychology, and has been used to address various research questions, such as predicting performance in the workplace, understanding the development of personality disorders, and examining the relationships between personality and health (Gurven et al., 2013; Rawlings & Ciancarelli, 1997).

The scope of this paper revolves around the significance of personality in sexual behavior. The primary inquiry within this paper concerns the role of personality in sexual activity. However, despite the acknowledged importance of sexuality to overall well-being and the extensive research in personality assessment, there remains a paucity of studies investigating the relationship between personality traits and sexual function in both men and women.

Harel,Chen

The Big Five personality traits and selecting a partner

Conroy-Beam et al. (2019) investigated the patterns of desirability in the context of personality traits and found that a partner who is appealing as a partner in one aspect is likely to be appealing across all other aspects as well. A study conducted in the late 1990s discovered that women when selecting a partner, consider non-physical attributes such as ambition, status, and dominance as factors in determining potential candidates for both sexual encounters and more committed relationships (Townsend & Wasserman, 1998). Such attributes as ambition, status, and dominance are a part of the domain of Extraversion (Matthews, 2019).

The Big Five personality traits and sexual behavior

Among the earliest researchers to explore the nexus between sexuality and personality traits was Eysenck (1971, 1976), who examined the impact of extroversion, emotional stability, and psychoticism on sexual attitudes and behaviors. Eysenck observed that individuals with higher levels of extroversion tended to exhibit greater receptivity to sexual experiences, including casual encounters, and were more inclined to engage in sexual activity compared to their more introverted counterparts. High extroversion was associated with greater openness to sexual experiences.

In a meta-analysis conducted by Allen and Walter (2018), an attempt was made to elucidate the significance of personality in sexuality and sexual health. The authors analyzed various personality traits identified in studies and their associations with sexual activity. The primary findings indicated that individuals with higher levels of extroversion tended to engage in more sexual activity. These results were consistent with those reported by Meltzer and McNulty (2016).

The Big Five personality traits and sexual desire

Costa Jr. et al. (1992) investigated the relationship between sexual desire and the five major personality traits. The researchers explored how extroversion, agreeableness, conscientiousness, emotional stability, and openness correlated with sexual outcomes. Higher levels of extroversion were linked to increased sexual desire (Costa Jr et al., 1992). Additionally, openness exhibited positive associations with heightened sexual urges and desire, sexual fantasies, and a broader range of sexual experiences, suggesting a significant impact of openness on various aspects of sexual function (Costa Jr et al., 1992; Ojo, 2017).

Meltzer and McNulty (2016) also observed a negative relationship between the neuroticism dimension and sexual desire, indicating that higher levels of neuroticism were associated with lower sexual desire. Neuroticism manifests in symptoms such as anxiety, stress, hostility, elevated heart rate, depression, and low self-esteem, all of which can diminish sexual desire.

The Big Five personality traits and sexual satisfaction

Individuals with lower emotional stability reported experiencing more frequent sexual dysfunctions and lower levels of sexual satisfaction (Eysenck, 1971, 1976). Some other findings also indicated that higher emotional stability was associated with greater sexual satisfaction (Costa Jr et al., 1992). Another study examining the connection between personality traits and sexual satisfaction revealed positive correlations between friendship (a facet of extroversion), self-awareness (an aspect of emotional stability), and sexual satisfaction (Heaven et al., 2003). Additionally, personal traits were found to play a crucial role in the emotional experience of sexual activity. The neurotic dimension exhibited a strong association

THE BIG FIVE PERSONALITY TRAITS AND SEXUAL DESIRE

with sexual dissatisfaction and negative emotional experiences (Meltzer & McNulty, 2016). Furthermore, negative correlations of extroversion, agreeableness, and conscientiousness with sexual dissatisfaction underscored the relevance of all five dimensions of personality to the emotional aspect of sexual activity (Allen & Walter, 2018). These negative correlations of extroversion, agreeableness, and conscientiousness with sexual dissatisfaction suggested that all personality dimensions influenced emotional experiences during sexual activity (Allen & Walter, 2018).

Summary

The paper highlights the crucial role of personality traits in shaping sexual behavior and experiences. Studies showed that women considered non-physical attributes, such as ambition and dominance, when selecting partners for casual encounters and committed relationships (Townsend & Wasserman, 1998). Early studies reveal associations between personality dimensions like extroversion, emotional stability, and sexual attitudes and behaviors. For instance, individuals with higher extroversion levels tend to be more receptive to sexual experiences, while those with lower emotional stability report more sexual dysfunctions and lower satisfaction (Eysenck, 1971, 1976). The literature further explores the relationship between personality traits and sexual desire, finding that emotional stability and extroversion are linked to increased sexual satisfaction (Heaven et al., 2003) and urge (Costa Jr et al., 1992; Meltzer & McNulty, 2016). Moreover, openness is associated with heightened sexual desire, fantasies, and diverse experiences (Costa Jr et al., 1992; Ojo, 2017). Friendship, a facet of extroversion, and self-awareness related to emotional stability also show positive correlations with sexual satisfaction (Heaven et al., 2003).

Though the importance of sexuality importance of sexuality to overall well-being was acknowledged, there is a lack of research on the relationship between personality traits and sexual function in both genders. Some findings show, however, that high extroversion is associated with increased sexual activity (Allen & Walter, 2018). Additionally, personality traits influence the emotional aspect of sexual activity, with neuroticism strongly linked to sexual dissatisfaction (Eysenck, 1971, 1976; Meltzer & McNulty, 2016). In addition, a negative relationship between neuroticism and sexual desire (Meltzer & McNulty, 2016) suggests that high neuroticism levels can diminish sexual desire due to associated traits like anxiety and low self-esteem. Overall, these findings underscore the complexity of the interplay between personality and sexual behavior, highlighting the need for further research in this area.

References

- Allen, M. S., & Walter, E. E. (2018). Linking Big Five personality traits to sexuality and sexual health: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 144(10), 1081–1110. <https://doi.org/10.1037/bul0000157>
- Bridges, S. K., & Horne, S. G. (2007). Sexual satisfaction and desire discrepancy in same sex women's relationships. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 33(1), 41–53. <https://doi.org/10.1080/00926230600998466>
- Cattell, R. B. (1943). The description of personality: Basic traits resolved into clusters. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 38(4), 476–506. <https://doi.org/10.1037/h0054116>
- Yearbook of Psychology
2024, Vol. 15, Issue 2, Online ISSN 2683-0426

Harel, Chen

- Cattell, R. B. (1945). The description of personality: Principles and findings in a factor analysis. *The American Journal of Psychology*, 58(1), 69–90. <https://doi.org/10.2307/1417576>
- Cattell, R. B. (1990). Advances in Cattellian personality theory. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 101–110). The Guilford Press.
- Conroy-Beam, D., Roney, J. R., Lukaszewski, A. W., Buss, D. M., Asao, K., Sorokowska, A., Sorokowski, P., Aavik, T., Akello, G., Alhabahba, M. M., Alm, C., Amjad, N., Anjum, A., Atama, C. S., Atamtürk Duyar, D., Ayebare, R., Batres, C., Bendixen, M., Bensafia, A., ... Zupančič, M. (2019). Assortative mating and the evolution of desirability covariation. *Evolution and Human Behavior*, 40(5), 479–491. <https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2019.06.003>
- Costa Jr, P. T., Fagan, P. J., Piedmont, R. L., Ponticas, Y., & Wise, T. N. (1992). The five-factor model of personality and sexual functioning in outpatient men and women. *Psychiatric Medicine*, 10(2), 199–215.
- Costa Jr., P. T., & McCrae, R. R. (1995). Domains and facets: Hierarchical personality assessment using the Revised NEO Personality Inventory. *Journal of Personality Assessment*, 64(1), 21–50. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6401_2
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Normal personality assessment in clinical practice: The NEO Personality Inventory. *Psychological Assessment*, 4(1), 5–13. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.4.1.5>
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (2012). The Five-Factor Model and the NEO Inventories. In J. N. Butcher (Ed.), *Oxford handbook of personality assessment* (pp. 299–322). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195366877.013.0016>
- Digman, J. M. (1990). Personality structure: Emergence of the Five-Factor Model. *Annual Review of Psychology*, 41(1), 417–440. <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.41.020190.002221>
- Eysenck, H. J. (1971). Personality and sexual adjustment. *The British Journal of Psychiatry: The Journal of Mental Science*, 118(547), 593–608. <https://doi.org/10.1192/bjp.118.547.593>
- Eysenck, H. J. (1976). *Sex and personality*. University of Texas Press.
- Freud, S. (1905). Three essays on the theory of sexuality. In J. Strachey (Ed.), *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume VII (1901-1905): A Case of Hysteria, Three Essays on Sexuality and Other Works* (pp. 125–245). The Hogarth Press and the Institute of Psychoanalysis.
- Goldberg, L. R. (1990). An alternative “Description of Personality”: The Big-Five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(6), 1216–1229. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.59.6.1216>
- Gurven, M., von Rueden, C., Massenkoff, M., Kaplan, H., & Lero Vie, M. (2013). How universal is the Big Five? Testing the five-factor model of personality variation among forager–farmers in the Bolivian Amazon. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(2), 354–370. <https://doi.org/10.1037/a0030841>
- Hathaway, S. R., & McKinley, J. C. (1943). *The Minnesota Multiphasic Personality Inventory*. University of Minnesota Press.

THE BIG FIVE PERSONALITY TRAITS AND SEXUAL DESIRE

- Heaven, P. C. L., Crocker, D., Edwards, B., Preston, N., Ward, R., & Woodbridge, N. (2003). Personality and sex. *Personality and Individual Differences*, 35(2), 411–419. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00203-9](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00203-9)
- Janssen, E., & Bancroft, J. (2023). The dual control model of sexual response: A scoping review, 2009–2022. *The Journal of Sex Research*, 60(7), 948–968. <https://doi.org/10.1080/00224499.2023.2219247>
- John, O. P., Naumann, L. P., & Soto, C. J. (2008). Paradigm shift to the integrative Big Five Trait taxonomy: History, measurement, and conceptual issues. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (3rd ed., pp. 114–158). The Guilford Press.
- Kaplan, H. S. (1974). *The new sex therapy*. Brunner/ Mazel.
- Kuno, H., Godschalk, M., & Mulligan, T. (2001). Male sexual behavior during aging. In P. R. Hof & C. V. Mobbs (Eds.), *Functional Neurobiology of Aging* (pp. 739–747). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/b978-012351830-9/50053-6>
- Laan, E., & Both, S. (2008). What makes women experience desire? *Feminism & Psychology*, 18(4), 505–514. <https://doi.org/10.1177/0959353508095533>
- Mark, K. P. (2012). The relative impact of individual sexual desire and couple desire discrepancy on satisfaction in heterosexual couples. *Sexual and Relationship Therapy*, 27(2), 133–146. <https://doi.org/10.1080/14681994.2012.678825>
- Mark, K. P. (2015). Sexual desire discrepancy. *Current Sexual Health Reports*, 7(3), 198–202. <https://doi.org/10.1007/s11930-015-0057-7>
- Masters, W. H., & Johnson, V. E. (1966). *Human sexual response*. Little, Brown and Company.
- Matthews, G. (2019). Extraversion-Introversion. In *Reference Module in Neuroscience and Biobehavioral Psychology* (pp. 1–9). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-809324-5.21765-3>
- McAdams, D. P. (2019). The emergence of personality. In D. P. McAdams, R. L. Shiner, & J. L. Tackett (Eds.), *Handbook of personality development* (pp. 3–19). The Guilford Press.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1985). Comparison of EPI and psychoticism scales with measures of the Five-Factor model of personality. *Personality and Individual Differences*, 6(5), 587–597. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(85\)90008-X](https://doi.org/10.1016/0191-8869(85)90008-X)
- McCrae, R. R., Costa, P. T., Del Pilar, G. H., Rolland, J.-P., & Parker, W. D. (1998). Cross-cultural assessment of the Five-Factor Model. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 29(1), 171–188. <https://doi.org/10.1177/0022022198291009>
- McCrae, R. R., & John, O. P. (1992). An introduction to the Five-Factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60(2), 175–215. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00970.x>
- Meltzer, A. L., & McNulty, J. K. (2016). Who is having more and better sex? The Big Five as predictors of sex in marriage. *Journal of Research in Personality*, 63, 62–66. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2016.05.010>

Harel, Chen

- Meston, C. M., & Stanton, A. M. (2017). Recent findings on women's motives for engaging in sexual activity. *Current Sexual Health Reports*, 9(3), 128–135. <https://doi.org/10.1007/s11930-017-0114-5>
- Ojo, A. A. E. (2017). Personality traits and sexual satisfaction as determinants of marital satisfaction among couples in Ibadan. *Gender and Behaviour*, 15(1), 8421–8441.
- Paduch, D. A., & Vaucher, L. (2020). Obesity and sexual dysfunction in men. In T. A. Mahmood, S. Arulkumaran, & F. A. Chervenak (Eds.), *Obesity and gynecology* (pp. 105–118). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/b978-0-12-817919-2.00012-7>
- Rawlings, D., & Ciancarelli, V. (1997). Music preference and the five-factor model of the NEO Personality Inventory. *Psychology of Music*, 25(2), 120–132. <https://doi.org/10.1177/0305735697252003>
- Schilling, R., & Casper, S. T. (2015). Of psychometric means: Starke R. Hathaway and the popularization of the Minnesota Multiphasic Personality Inventory. *Science in Context*, 28(1), 77–98. <https://doi.org/10.1017/S0269889714000337>
- Takahashi, M., Shirayama, Y., Muneoka, K., Suzuki, M., Sato, K., & Hashimoto, K. (2013). Low openness on the revised NEO personality inventory as a risk factor for treatment-resistant depression. *PLoS ONE*, 8(9), e71964. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0071964>
- Townsend, J. M., & Wasserman, T. (1998). Sexual attractiveness: Sex differences in assessment and criteria. *Evolution and Human Behavior*, 19(3), 171–191. [https://doi.org/10.1016/S1090-5138\(98\)00008-7](https://doi.org/10.1016/S1090-5138(98)00008-7)



Theoretical article

THE BIG FIVE PERSONALITY TRAITS IN RELATIONSHIP SATISFACTION

Chen Rapson Harel,
Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.
chenrapson@gmail.com

Abstract

This paper encapsulates the critical role of personality traits in shaping romantic relationships and marital satisfaction. Initially, it highlights the profound significance of romantic connections for human well-being, emphasizing the unique social unit formed by partners who share intimacy and time. The literature review of body of research underscores how some individual personality traits influence communication patterns, partner selection, marital quality and stability over time, and overall relationship longevity and happiness. The paper elucidates the dynamic interplay between personal traits and marital bonds, underscoring the importance of long-term and short-term perspectives in understanding relationship dynamics. Moreover, it explores the association between the Big Five personality traits (Openness, Conscientiousness, Extraversion, Agreeableness, Neuroticism) and marital satisfaction levels, highlighting their direct influence on relationship dynamics.

Keywords: Agreeableness, Conscientiousness, Extraversion/introversion, Neuroticism (emotional stability), Openness.

Introduction

The Big Five personality traits represent a widely accepted framework for understanding human personality. These traits encompass Openness to Experience, Conscientiousness, Extroversion, Agreeableness, and Neuroticism (often referred to as emotional stability) (Soto, 2019). Each trait encapsulates distinct aspects of an individual's behavior, cognition, and emotional patterns, providing valuable insights into how people perceive and interact with the world around them (John & Srivastava, 1999).

Individuals with a high degree of Openness to Experience, also known as intellectance, exhibit a strong curiosity and actively pursue novel experiences (Kaufman et al., 2016). This trait is often prevalent among effective leaders (Judge et al., 2002). Openness to Experience significantly influences various facets of interpersonal dynamics, such as marriage and parenting (McCrae & Sutin, 2018).

Conscientiousness characterizes organized, diligent, and resolute individuals who fulfill their obligations. Owing to their proactive approach, such individuals are rarely embroiled in conflicts (Nofle & Robins, 2007). Within relationships, Conscientiousness assumes paramount importance, necessitating both partners to uphold their commitments and share equal responsibility for the relationship's success (Roberts et al., 2009).

Harel,Chen

Extroversion typifies individuals who are sociable, confident, and driven by competition (Wilt & Revelle, 2017). In leadership roles, high Extroversion bolsters one's capacity to sway group dynamics effectively (Judge et al., 2002). Within relationships, Extroversion signifies trust, reflecting an individual's self-assurance (Shiota et al., 2006).

Agreeableness encompasses traits such as empathy, amiability, and optimism (Costa et al., 2001; Feingold, 1994; Graziano & Tobin, 2009; Habashi et al., 2016). Its significance in relationships lies in fostering teamwork and cooperation, which are crucial for group cohesion (Graziano & Tobin, 2009). Leaders who exhibit high Agreeableness excel in facilitating group discussions, valuing diverse perspectives, and embracing constructive feedback (Johnson & Johnson, 2024).

Neuroticism/Emotional Stability delineates individuals who remain composed amidst adversity and do not internalize mistakes or setbacks (Ormel et al., 2013). Leaders with high Emotional Stability adeptly navigate challenging situations, reassuring and stabilizing their teams (Tackett & Lahey, 2016). Lower level of Neuroticism was correlated with higher well-being (Ivantchev & Stoyanova, 2021). Within relationships, maintaining composure fosters constructive dialogue and mitigates the escalation of conflicts, while failure to do so may lead to prolonged and intensified arguments with one's partner (Sharma et al., 2023).

The five major personality traits are a model for understanding the relationship between personality and behaviors. After the researchers reduced the list of descriptions to five main traits, they added more descriptions of sub-traits to deepen the understanding of each trait; thus, each trait has a spectrum of low and high frequency (Fleeson & Gallagher, 2009; McCrae & Costa, 2003).

Psychological differences between men and women

Research on personality plays a crucial role in exploring the psychological distinctions between males and females. Personality is commonly understood as the degree to which an individual exhibits high or low levels of specific traits (Fleeson & Gallagher, 2009). Given the variability among individuals, gender disparities in personality traits often manifest as higher scores for a trait among individuals of the same gender than the average level exhibited by the opposite gender (Walter et al., 2020). For instance, women typically display higher levels of Agreeableness compared to men (Averett et al., 2020; Costa et al., 2001; Feingold, 1994; Risse et al., 2018), suggesting that, as a group, women tend to demonstrate greater levels of nurturing, sensitivity, and altruism than men (Park et al., 2016). However, this does not negate the possibility of men also possessing these traits or scoring highly in them; instead, gender research identifies general behavioral trends among men and women on average. Moreover, this differentiation does not imply stark contrasts at opposite ends of the trait spectrum; instead, significant differences can coexist alongside substantial overlap in trait distribution between genders (Hyde, 2005).

The gender similarity hypothesis posits that most psychological variables are comparable across genders, emphasizing that humans share more similarities than differences (Gegenfurtner, 2020; Hyde, 2005). Despite this, many individuals perceive significant differences between men and women, to the extent that inter-sex communication can be challenging. John Gray's influential book, "Men Are from Mars, Women Are from Venus" (Gray, 1992), popularized the notion of substantial psychological disparities between the sexes,

THE BIG FIVE PERSONALITY TRAITS IN RELATIONSHIP SATISFACTION

metaphorically suggesting that men and women hail from different planets, adapting to distinct societal norms and customs. Gray contends that understanding each sex involves recognizing their unique responses to stress and stressful situations. While numerous examples from popular culture reinforce extreme gender disparities, the accuracy of such perceptions remains debatable (Weisberg et al., 2011).

The research on gender differences in personality traits often highlights that disparities are more prominent at the "narrow" level of traits rather than the "broad" level. For example, Del Giudice (2022) discovered that only personal traits accurately distinguished men and women when measured at a narrow trait level. Evidence suggests a universal aspect to gender differences in personality traits, with recent approaches shedding light on the extent of these disparities. An investigation into the historical usage of words associated with the Big Five personality traits revealed that Agreeableness was the most prevalent dimension, while Neuroticism was the least common (Schwaba et al., 2018). Agreeableness and agency constitute the two primary dimensions of social consciousness, due to a tendency to describe personality using positive rather than negative terms such as Neuroticism (Ye et al., 2018).

Gilligan (1980) posited that discrepancies between men and women arise from societal pressures to adhere to gender-based social norms (Rahmani & Lavasani, 2012). Western cultures expect women to cultivate strong positive interpersonal skills, such as empathy and sociability (Cross & Madson, 1997; Eagly & Wood, 1991; Hogan, 1982; Moskowitz et al., 1994). Some studies investigating gender disparities in personality and interests have identified variations in the Big Five traits across genders (Lippa, 2010; Schmitt et al., 2008; Weisberg et al., 2011). While gender differences in Extraversion at the broad domain level are minimal, with women generally scoring higher, these slight variations may stem from gender-specific traits (Costa et al., 2001; Feingold, 1994; Weisberg et al., 2011). Women typically score higher in warmth, sociability, and positive emotions, whereas men often exhibit higher scores in facets of excitement (Costa et al., 2001; Feingold, 1994; Rahmani & Lavasani, 2012), thrill-seeking behavior (Else-Quest et al., 2006; Rahmani & Lavasani, 2012), impulsivity, susceptibility to boredom (Rahmani & Lavasani, 2012), and assertiveness (Costa et al., 2001; Else-Quest et al., 2006; Feingold, 1994), all subcategories of Extraversion. Given Extraversion's significance in interpersonal interactions, the dominant pole of the interpersonal circumplex includes traits like dominance, assertiveness, and leadership qualities, where men tend to score higher than women, reflecting greater agency (Helgeson & Fritz, 1999).

In the Agreeableness dimension, women consistently outscore men (Else-Quest et al., 2006; Lippa, 2010; Rahmani & Lavasani, 2012; Shchebetenko, 2017), including related traits like emotional sensitivity (Costa et al., 2001; Feingold, 1994) and honesty-humility sub-traits correlated with Agreeableness (Shchebetenko, 2017). While women tend to score slightly higher than men in certain facets of Conscientiousness, such as organization, obedience, and self-discipline, these differences are generally inconsistent across cultures, with no significant gender gap observed in Conscientiousness overall (Costa et al., 2001). Women also exhibit higher sensitivity levels, often associated with heightened Neuroticism measures (Else-Quest et al., 2006). Some studies suggest a narrowing gap in Neuroticism dimensions, with women

Harel,Chen

exhibiting higher levels (Costa et al., 2001; Del Giudice, 2022; Rahmani & Lavasani, 2012), except in the facet of anger (Costa et al., 2001). Regarding openness, women score higher in aesthetics and emotionality (Rahmani & Lavasani, 2012), while men score higher in facets such as imagination and intellect (Else-Quest et al., 2006).

Weisberg et al. (2011) conducted a study explicitly identifying gender differences in the Big Five subcategories. The authors found that women scored higher than men in facets of anxiety, depression, self-awareness, and vulnerability within the Neuroticism dimension. The authors found that women also scored higher in compassion measures within Agreeableness, reflecting emotional investment in others, a trait associated with warmth and empathy. Politeness, representing respect for others and avoiding exploitation, correlates with traits like cooperation and obedience (Weisberg et al., 2011). In Conscientiousness, women scored higher in facets related to orderliness and organization, including perfectionism. Women showed similar patterns of Extraversion, while no significant gender gap was found in openness, although men scored higher in intellect-related facets. Weisberg et al. (2011) concluded that intellect, associated with innovative ideas, was where men tended to reach high scores.

The Big Five in relationships

Interpersonal connections, particularly romantic ones, are vital to human well-being. Romantic relationships form a unique social unit where partners share significant time, closeness, and intimacy. On an individual level, there is an expected link between personality traits and satisfaction, as traits serve as the toolkit shaping one's relational landscape (Dyrenforth et al., 2010). Karney and Bradbury's (1995) Vulnerability Stress Adaptation (VSA) model explains why personality intertwines with relationship contentment. This model underscores dimensions like spouses' sensitivity (vulnerability), encounters with stressors, and adaptive mechanisms to elucidate shifts in marital quality and stability over time. The couple's backgrounds and attributes impact their marital response to stress and subsequent satisfaction levels, framing personality as either an asset or a liability affecting relational contentment (Karney & Bradbury, 1995; O'Meara & South, 2019).

Achieving marital satisfaction is not automatic; it demands ongoing efforts from both partners, especially in the initial years of marriage, a period marked by instability and relational vulnerability (Gorbanzadeh et al., 2013). Satisfaction arises when the marital reality aligns with the couple's expectations, recognizing that marriage entails blending two distinct personalities (García & Gómez, 2014; Johnson et al., 2004). Thus, sustaining an enduring and fulfilling romantic bond necessitates transcending mere physical attributes and delving into the personality traits of one's partner (Claxton et al., 2012).

Asselmann and Specht (2020) argued that personality predicted our communication patterns, partner selection, and the longevity and happiness of our romantic unions. When exploring the dynamic interplay between personal traits and marital bonds, long-term and short-term perspectives are deemed essential and should complement each other. Long-term perspectives prove crucial as personality trait development and relationship effects unfold over extended periods (Lehnart et al., 2010; Neyer et al., 2014). Conversely, short-term perspectives offer insights into the underlying mechanisms of long-term impacts, particularly regarding how personal traits influence relationships. Studies reveal that personality traits and relationship

THE BIG FIVE PERSONALITY TRAITS IN RELATIONSHIP SATISFACTION

quality are dynamic, evolving constructs (Roberts & Mroczek, 2008). Hence, analytical models integrating these dynamics should be employed. However, despite their significance, an extensive review indicates a scarcity of such models, and the few studies that have employed them have yielded valuable insights into the dynamic interplay between personality traits and marital bonds (Finn et al., 2015; Mund et al., 2015; Mund & Neyer, 2014). For instance, research suggests that the influence of a relationship on Neuroticism mirrors the impact of Neuroticism on relationship changes and personality dynamics (Mund & Neyer, 2014).

Sayehmiri et al. (2020) posited that couples characterized by high levels of Neuroticism tended to experience diminished marital satisfaction. When examining the nexus between personality traits and relationships, significant effects of Neuroticism on marital quality emerge. Individuals with high Neuroticism levels often contend with negative emotions (e.g., anger, anxiety, sadness), engage in negative behaviors, and report lower levels of marital contentment (Malouff et al., 2010). Conversely, the dimensions of Agreeableness, Extraversion, and Conscientiousness in couples contribute to mutual support and effort (Heller et al., 2004). These findings underscore the notion that marital quality hinges on partners' personalities, with personality effects on marriages displaying relative stability even as individuals age (Sayehmiri et al., 2020; Wang et al., 2018). Consequently, it can be hypothesized that, in line with the VSA model (Karney & Bradbury, 1995), differences in traits may act as "persistent sensitivities," fostering adverse interactions between partners and hindering adaptation to external pressures, thereby potentially deteriorating relationship quality.

Amiri et al. (2011) demonstrated a significant inverse relationship between Neuroticism and marital satisfaction, indicating that higher levels of Neuroticism correspond to lower levels of marital contentment. Conversely, Extraversion, Openness, and Conscientiousness displayed a notable positive association with marital satisfaction (Malouff et al., 2010). A meta-analysis conducted by Malouff et al. (2010) corroborated these findings, revealing significant correlations between four personality traits and intimate partner satisfaction: lower Neuroticism, higher Agreeableness, higher Conscientiousness, and higher Extraversion. Similarly, Tackett's (2011) study identified three primary traits as significant predictors: lower Neuroticism and elevated levels of Agreeableness and Extraversion. Notably, Neuroticism emerged as the most influential predictor, substantially impacting marital quality and stability (Claxton et al., 2012; Gottman, 2014; Malouff et al., 2010; Tackett, 2011).

What accounts for the association between lower Neuroticism, higher Agreeableness, higher Conscientiousness, and higher Extraversion with satisfaction levels in intimate partner relationships? These traits may directly influence relationship dynamics. For instance, individuals with higher Neuroticism levels often exhibit tendencies toward criticism, contempt, and defensiveness, which are potentially detrimental to relationship (Gottman, 2014). Conversely, those with lower Neuroticism levels typically display calmness, thoughtfulness, and emotional stability (Tackett & Lahey, 2016).

Summary

Harel, Chen

Research on the psychological differences between men and women underscores the role of personality in shaping gender disparities. Personality, defined as an individual's display of specific traits at varying levels, reveals distinct patterns across genders. Women often exhibit higher levels of Agreeableness, nurturing, sensitivity, and altruism than men, as evidenced by numerous studies (Chapman et al., 2007; Schmitt et al., 2008; Vecchione et al., 2019; Weisberg et al., 2011). However, gender differences in personality traits are more pronounced at a narrower level, with variations observed in traits like Extraversion, Conscientiousness, and Neuroticism. While the gender similarity hypothesis posits that most psychological variables are comparable across genders, societal perceptions often emphasize significant differences between men and women, leading to challenges in inter-sex communication.

Personality traits are crucial in determining satisfaction levels and relationship dynamics in romantic relationships. Longitudinal studies highlight the enduring influence of traits like Neuroticism, Agreeableness, Extraversion, and Conscientiousness on marital satisfaction (Finn et al., 2015; Karney & Bradbury, 1995; Vecchione et al., 2019). Couples with lower Neuroticism and higher Agreeableness, Conscientiousness, and Extraversion typically report higher levels of marital satisfaction. Neuroticism, in particular, emerges as a significant predictor of relationship quality, with individuals exhibiting higher Neuroticism levels often experiencing negative emotions and behaviors detrimental to relationship health.

Understanding the association between personality traits and relationship satisfaction involves considering both long-term developmental perspectives and short-term dynamics. Analytical models integrating these perspectives provide valuable insights into the interplay between personality traits and relationship outcomes. Personality is a key determinant of relationship satisfaction, with traits influencing communication patterns, partner selection, and overall relationship longevity and happiness (Malouff et al., 2010).

References

- Amiri, M., Farhoodi, F., Abdolvand, N., & Bidakhvidi, A. R. (2011). A study of the relationship between Big-five personality traits and communication styles with marital satisfaction of married students majoring in public universities of Tehran. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 685–689. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.132>
- Asselmann, E., & Specht, J. (2020). Taking the ups and downs at the rollercoaster of love: Associations between major life events in the domain of romantic relationships and the big five personality traits. *Developmental Psychology*, 56(9), 1803–1816. <https://doi.org/10.1037/dev0001047>
- Averett, S. L., Bansak, C., & Smith, J. K. (2020). Behind every high earning man is a conscientious woman: The impact of spousal personality on earnings and marriage. *Journal of Family and Economic Issues*, 1–18. <https://doi.org/10.1007/s10834-020-09692-x>
- Chapman, B. P., Duberstein, P. R., Sörensen, S., & Lyness, J. M. (2007). Gender differences in Five Factor Model personality traits in an elderly cohort. *Personality and Individual Differences*, 43(6), 1594–1603. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.04.028>

THE BIG FIVE PERSONALITY TRAITS IN RELATIONSHIP SATISFACTION

- Claxton, A., O'Rourke, N., Smith, J. Z., & DeLongis, A. (2012). Personality traits and marital satisfaction within enduring relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29(3), 375–396. <https://doi.org/10.1177/0265407511431183>
- Costa, P. T., Terracciano, A., & McCrae, R. R. (2001). Gender differences in personality traits across cultures: Robust and surprising findings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(2), 322–331. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.81.2.322>
- Cross, S. E., & Madson, L. (1997). Models of the self: Self-construals and gender. *Psychological Bulletin*, 122(1), 5–37. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.122.1.5>
- Del Giudice, M. (2022). Measuring sex differences and similarities. In D. P. VanderLaan & W. I. Wong (Eds.), *Gender and sexuality development: Contemporary theory and research* (pp. 1–38). Springer Nature Switzerland. https://doi.org/10.1007/978-3-030-84273-4_1
- Dyrenforth, P. S., Kashy, D. A., Donnellan, M. B., & Lucas, R. E. (2010). Predicting relationship and life satisfaction from personality in nationally representative samples from three countries: The relative importance of actor, partner, and similarity effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(4), 690–702. <https://doi.org/10.1037/a0020385>
- Eagly, A. H., & Wood, W. (1991). Explaining sex differences in social behavior: A meta-analytic perspective. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17(3), 306–315. <https://doi.org/10.1177/0146167291173011>
- Else-Quest, N. M., Hyde, J. S., Goldsmith, H. H., & Van Hulle, C. A. (2006). Gender differences in temperament: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 132(1), 33–72. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.1.33>
- Feingold, A. (1994). Gender differences in personality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 116(3), 429–456. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.116.3.429>
- Finn, C., Mitte, K., & Neyer, F. J. (2015). Recent decreases in specific interpretation biases predict decreases in neuroticism: Evidence from a longitudinal study with young adult couples. *Journal of Personality*, 83(3), 274–286. <https://doi.org/10.1111/jopy.12102>
- Fleeson, W., & Gallagher, P. (2009). The implications of big five standing for the distribution of trait manifestation in behavior: Fifteen experience-sampling studies and a meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(6), 1097–1114. <https://doi.org/10.1037/a0016786>
- García, V. C., & Gómez, V. A. (2014). Limitations of evolutionary theory in explaining marital satisfaction and stability of couple relationships. *International Journal of Psychological Research*, 7(1), 81–93.
- Gegenfurtner, A. (2020). Testing the gender similarities hypothesis: differences in subjective task value and motivation to transfer training. *Human Resource Development International*, 23(3), 309–320. <https://doi.org/10.1080/13678868.2018.1449547>
- Gilligan, C. (1980). *In a different voice*. Harvard University Press.
- Gorbanzadeh, F., Gahari, S. H., Bagdasarian, A. M., Arya, A., & Rostaie, A. (2013). Marital satisfaction, personality traits and love component. *Quarterly Social Psychology Research*, 3(9), 95–109.

Harel, Chen

- Gottman, J. M. (2014). *What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes*. Psychology Press.
- Gray, J. (1992). *Men are from Mars, women are from Venus*. Harper-collins Publishers.
- Graziano, W. G., & Tobin, R. M. (2009). Agreeableness. In M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.), *Handbook of individual differences in social behavior* (pp. 46–61). The Guilford Press.
- Habashi, M. M., Graziano, W. G., & Hoover, A. E. (2016). Searching for the prosocial personality: A Big Five approach to linking personality and prosocial behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 42(9), 1177–1192. <https://doi.org/10.1177/0146167216652859>
- Helgeson, V. S., & Fritz, H. L. (1999). Unmitigated agency and unmitigated communion: Distinctions from agency and communion. *Journal of Research in Personality*, 33(2), 131–158. <https://doi.org/10.1006/jrpe.1999.2241>
- Heller, D., Watson, D., & Ilies, R. (2004). The role of person versus situation in life satisfaction: A critical examination. *Psychological Bulletin*, 130(4), 574–600. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.4.574>
- Hogan, R. (1982). A socioanalytic theory of personality. In M. Page (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation* (pp. 55–89). University of Nebraska Press.
- Hyde, J. S. (2005). The gender similarities hypothesis. *American Psychologist*, 60(6), 581–592. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.60.6.581>
- Ivantchev, N., & Stoyanova, S. (2021). Extraversion and neuroticism in relation to well-being: Do some social categories and personality traits modify the connections between them? *Psychological Thought*, 14(2), 467–483. <https://doi.org/10.37708/psyct.v14i2.550>
- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 102–138). Guilford Press.
- Johnson, B., & Johnson, J. (2024). *Finding your leadership edge: Balancing assertiveness and compassion in schools*. Routledge.
- Johnson, W., McGue, M., Krueger, R. F., & Bouchard, T. J. (2004). Marriage and personality: A genetic analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 285–294. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.285>
- Judge, T. A., Bono, J. E., Ilies, R., & Gerhardt, M. W. (2002). Personality and leadership: A qualitative and quantitative review. *Journal of Applied Psychology*, 87(4), 765–780. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.87.4.765>
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological Bulletin*, 118(1), 3–34. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.3>
- Kaufman, S. B., Quilty, L. C., Grazioplene, R. G., Hirsh, J. B., Gray, J. R., Peterson, J. B., & DeYoung, C. G. (2016). Openness to experience and intellect differentially predict creative achievement in the arts and sciences. *Journal of Personality*, 84(2), 248–258. <https://doi.org/10.1111/jopy.12156>

THE BIG FIVE PERSONALITY TRAITS IN RELATIONSHIP SATISFACTION

- Lehnart, J., Neyer, F. J., & Eccles, J. (2010). Long-term effects of social investment: The case of partnering in young adulthood. *Journal of Personality*, 78(2), 639–670. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2010.00629.x>
- Lippa, R. A. (2010). Gender differences in personality and interests: when, where, and why? *Social and Personality Psychology Compass*, 4(11), 1098–1110. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00320.x>
- Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Schutte, N. S., Bhullar, N., & Rooke, S. E. (2010). The Five-Factor Model of personality and relationship satisfaction of intimate partners: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 44(1), 124–127. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2009.09.004>
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2003). *Personality in adulthood: A five factor theory perspective*. The Guilford Press.
- McCrae, R. R., & Sutin, A. R. (2018). A five-factor theory perspective on causal analysis. *European Journal of Personality*, 32(3), 151–166. <https://doi.org/10.1002/per.2134>
- Moskowitz, D. S., Suh, E. J., & Desaulniers, J. (1994). Situational influences on gender differences in agency and communion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(4), 753–761. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.66.4.753>
- Mund, M., Finn, C., Hagemeyer, B., Zimmermann, J., & Neyer, F. J. (2015). The dynamics of self-Esteem in partner relationships. *European Journal of Personality*, 29(2), 235–249. <https://doi.org/10.1002/per.1984>
- Mund, M., & Neyer, F. J. (2014). Treating personality-relationship transactions with respect: Narrow facets, advanced models, and extended time frames. *Journal of Personality and Social Psychology*, 107(2), 352–368. <https://doi.org/10.1037/a0036719>
- Neyer, F. J., Mund, M., Zimmermann, J., & Wrzus, C. (2014). Personality-relationship transactions revisited. *Journal of Personality*, 82(6), 539–550. <https://doi.org/10.1111/jopy.12063>
- Noftle, E. E., & Robins, R. W. (2007). Personality predictors of academic outcomes: Big five correlates of GPA and SAT scores. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(1), 116–130. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.93.1.116>
- O'Meara, M. S., & South, S. C. (2019). Big Five personality domains and relationship satisfaction: Direct effects and correlated change over time. *Journal of Personality*, 87(6), 1206–1220. <https://doi.org/10.1111/jopy.12468>
- Ormel, J., Jeronimus, B. F., Kotov, R., Riese, H., Bos, E. H., Hankin, B., Rosmalen, J. G. M., & Oldehinkel, A. J. (2013). Neuroticism and common mental disorders: Meaning and utility of a complex relationship. *Clinical Psychology Review*, 33(5), 686–697. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2013.04.003>
- Park, G., Yaden, D. B., Schwartz, H. A., Kern, M. L., Eichstaedt, J. C., Kosinski, M., Stillwell, D., Ungar, L. H., & Seligman, M. E. P. (2016). Women are warmer but no less assertive than men: Gender and language on Facebook. *PLOS ONE*, 11(5), e0155885. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0155885>

Harel, Chen

- Rahmani, S., & Lavasani, M. G. (2012). Gender differences in Five Factor model of personality and sensation seeking. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 46, 2906–2911. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.05.587>
- Risse, L., Farrell, L., & Fry, T. R. L. (2018). Personality and pay: Do gender gaps in confidence explain gender gaps in wages? *Oxford Economic Papers*, 70(4), 919–949. <https://doi.org/10.1093/oep/gpy021>
- Roberts, B. W., Jackson, J. J., Fayard, J. V., Edmonds, G., & Meints, J. (2009). Conscientiousness. In M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.), *Handbook of individual differences in social behavior* (pp. 369–381). The Guilford Press.
- Roberts, B. W., & Mroczek, D. (2008). Personality trait change in adulthood. *Current Directions in Psychological Science*, 17(1), 31–35. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2008.00543.x>
- Sayehmiri, K., Kareem, K. I., Abdi, K., Dalvand, S., & Gheshlagh, R. G. (2020). The relationship between personality traits and marital satisfaction: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychology*, 8(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-020-0383-z>
- Schmitt, D. P., Realo, A., Voracek, M., & Allik, J. (2008). Why can't a man be more like a woman? Sex differences in Big Five personality traits across 55 cultures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(1), 168–182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.94.1.168>
- Schwaba, T., Luhmann, M., Denissen, J. J. A., Chung, J. M., & Bleidorn, W. (2018). Openness to experience and culture-openness transactions across the lifespan. *Journal of Personality and Social Psychology*, 115(1), 118–136. <https://doi.org/10.1037/pspp0000150>
- Sharma, P., Dhanta, R., & Sharma, A. (2023). Emotional intelligence and conflict resolution in the workplace. In D. Sharma, B. Bhardwaj, & M. C. Dhiman (Eds.), *Leveraging AI and emotional intelligence in contemporary business organizations* (pp. 102–121). IGI Global. <https://doi.org/10.4018/979-8-3693-1902-4.ch007>
- Shchebetenko, S. (2017). Reflexive characteristic adaptations explain sex differences in the Big Five: But not in neuroticism. *Personality and Individual Differences*, 111, 153–156. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.02.013>
- Shiota, M. N., Keltner, D., & John, O. P. (2006). Positive emotion dispositions differentially associated with Big Five personality and attachment style. *The Journal of Positive Psychology*, 1(2), 61–71. <https://doi.org/10.1080/17439760500510833>
- Soto, C. J. (2019). How replicable are links between personality traits and consequential life outcomes? The life outcomes of personality replication project. *Psychological Science*, 30(5), 711–727. <https://doi.org/10.1177/0956797619831612>
- Tackett, J. L., & Lahey, B. B. (2016). Neuroticism. In T. A. Widiger (Ed.), *The Oxford handbook of the Five Factor Model* (Vol. 1, pp. 39–56). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199352487.013.14>
- Tackett, S. L. (2011). *Personality and relationship satisfaction: evaluating the direct associations between Neuroticism, Agreeableness, Extraversion, and relationship satisfaction in romantic couple relationships* [Master's thesis]. Brigham Young University.

THE BIG FIVE PERSONALITY TRAITS IN RELATIONSHIP SATISFACTION

- Vecchione, M., Alessandri, G., Roccas, S., & Caprara, G. V. (2019). A look into the relationship between personality traits and basic values: A longitudinal investigation. *Journal of Personality*, 87(2), 413–427. <https://doi.org/10.1111/jopy.12399>
- Walter, K. V., Conroy-Beam, D., Buss, D. M., Asao, K., Sorokowska, A., Sorokowski, P., Aavik, T., Akello, G., Alhabahba, M. M., Alm, C., Amjad, N., Anjum, A., Atama, C. S., Atamtürk Duyar, D., Ayebare, R., Batres, C., Bendixen, M., Bensafia, A., Bizumic, B., ... Zupančič, M. (2020). Sex differences in mate preferences across 45 countries: A large-scale replication. *Psychological Science*, 31(4), 408–423. <https://doi.org/10.1177/0956797620904154>
- Wang, S., Kim, K., & Boerner, K. (2018). Personality similarity and marital quality among couples in later life. *Personal Relationships*, 25(4), 565–580. <https://doi.org/10.1111/pere.12260>
- Weisberg, Y. J., Deyoung, C. G., & Hirsh, J. B. (2011). Gender differences in personality across the ten aspects of the Big Five. *Frontiers in Psychology*, 2, 178. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2011.00178>
- Wilt, J., & Revelle, W. (2017). Extraversion. In T. A. Widiger (Ed.), *The Oxford handbook of the Five Factor Model* (pp. 57–81). Oxford University Press.
- Ye, S., Cai, S., Chen, C., Wan, Q., & Qian, X. (2018). How have males and females been described over the past two centuries? An analysis of Big-Five personality-related adjectives in the Google English Books. *Journal of Research in Personality*, 76, 6–16. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2018.06.007>



Theoretical article

THE ROLE OF EMERGING PSYCHOLOGIST IN ADDRESSING MENTAL HEALTH CHALLENGES DURING THE COVID-19 PANDEMIC.

Grigorios Seretis, PhD student

Department of Psychology, Faculty of Philosophy

email: seretisgrigorios@gmail.com

Abstract:

The theme examines the pivotal role that young psychologists have played during the COVID-19 crisis, focusing on their contributions to mental health care and the professional challenges they have faced. In this article strategies used by young psychologists to maintain their own mental health while managing increased demands are discussed. Also the rapid adaptations to professional practice, including the shift to telehealth and development of new therapeutic approaches for pandemic-related mental health issues and the ethical dilemmas and practical challenges encountered by young psychologists during the pandemic, such as maintaining patient confidentiality in virtual sessions are explored. This article offers a comprehensive overview of how emerging psychologists have navigated the complexities of the pandemic, highlighting their growth, the evolution of the field, and the continuous need for adaptability in psychological practices.

Keywords: *resilience, adaptation, young psychologists, telehealth*

Introduction

In December 2019, the first cases of an unprecedented threat to life were detected in the Chinese city of Wuhan - the capital of Hubei province and the most populous city in Central China - the disease of the coronavirus COVID-19, which is caused by the coronavirus SARS-CoV -2 (Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2). (WHO, 2020a). After recording 7,834 confirmed cases of illness and 170 deaths due to the virus worldwide, the World Health Organization (WHO) declared the outbreak of COVID-19 as an emergency of international concern public health as of January 30, 2020 (WHO, 2020b). From December 31, 2019 to May 24, 2020, there have been 5,273,572 confirmed cases with 341,722 deaths due to COVID-19 (ECDC, 2020).

With clinical features similar to those of SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome) and MERS (Middle East Syndrome) that broke out in 2003 and 2012 respectively, the symptoms of

THE ROLE OF EMERGING PSYCHOLOGIST IN ADDRESSING MENTAL HEALTH CHALLENGES DURING THE COVID-19 PANDEMIC.

the disease COVID-19 include cough, fever, shortness of breath and respiratory distress and in more severe cases pneumonia, acute respiratory infection and death (Petrosillo et al., 2020). Taking into account the high transmissibility of the virus, the high mortality rates in subgroups of the population and the lack of any of treatment (WHO, 2020c) have led to the adoption of social distancing measures and isolation practices to reduce the possibility of transmission of the disease from symptomatic or asymptomatic individuals to the healthy population (Paudel et al., 2020). Indeed, while the probability of survival after SARS-CoV-2 infection is high in individuals under 60 years of age, it is observed that 81% of deaths from the virus concern people aged >60 years (Wang et al., 2019). Considering the fact that at these ages people are more likely to suffer from an underlying disease, the increase in deaths in > 60 years can partly be interpreted (Roser et al., 2020). Therefore, patients with cardiovascular comorbidity, as also with problems of the respiratory system, with diabetes, with lymphocytopenia have a slower recovery and/or a worse prognosis (NCIP, 2020).

It is, however, important to understand that the case fatality rate (CFR) is an indicator that it is unable to estimate the real risk of mortality by its nature: the confirmation of the total cases is not possible either because there are asymptomatic patients (Kobayashi et al., 2020) or because not all of the symptomatic patients perform the diagnostic tests (Read et al., 2020) and also because the total deaths do not include the patients who have become ill, they are in a critical condition and will die. Moreover, a delay between the actual time of death and its registration during epidemics has also been observed in the past, which means that at any moment there will be cases of patients who will inevitably die or have already die without being declared (Lipsitch et al., 2015).

In fact, a safe approach when analyzing data on morbidity and mortality from the disease COVID-19 should take into account the public health policies adopted by each country and the differences in the way cases and deaths are estimated, the availability of tests for the detection and diagnosis of the virus, the readiness and effectiveness of the health systems in dealing with the pandemic, the compliance of citizens and workers with the measures to prevent and limit the spread of the coronavirus (Telles, 2020; ECDC, 2020).

In Greece, the first case of illness from the SARS-CoV-2 virus occurred on February 26, 2020, and the subsequent confirmed cases reached 89 by March 10.15 The first death was recorded on March 12 and was of a 66-year-old man. From March 10 to May 4, a series of measures to

Seretis, Grigorios

prevent and limit the spread of the virus put into effect by the Greek government resulted in the disease and death rates emerging as the lowest among European countries (Law 4682/2020).

Then, with the decision to protect citizens from the SARS-CoV-2 virus, the operation of educational institutions, catering outlets, art and culture venues, sports venues and shopping centers was suspended throughout the country ((Law 4682/2020). This was followed by the ministerial decision to ban religious practices of functions and services in places of worship (KYA 2867/Y1). Subsequently, in Official Gazette 986/B/22-3-2020, the joint ministerial decision was published which provided for the restriction of the movement of citizens with specific exceptions related to vital, personal and professional needs of the which could not be satisfied in any other way (KYA Δ1 α/Γ.Π οικ 20036/2020). It is obvious that the taking of these measures which were reinforced by the revocation of the normal leaves of the staff of all the health organizations of the country and their strengthening with auxiliary staff, the restriction of vehicular traffic in the center of Athens and the routes of Mass Transport during the day, the prohibition of public gatherings of 10 or more people, the restriction/prohibition of movements to and from Greek territory, the implementation of the order compliance directive for entering supermarkets using an entry card and the stay of one customer per 10 sq.m. to avoid overcrowding, the recommendations to observe hygiene rules, the immediate operation of an emergency communications service and confirmation of movement for citizens, the ban on entry into Greek territory of citizens from countries outside the European Union and the suspension of flights to and from certain European countries, the control of those entering Greek territory by taking a sample for laboratory testing of COVID-19 infection and the imposition of a 14-day home confinement, the exclusion of areas in which a high epidemiological multiplier was found, the closure of recreational areas and marinas and the imposition fines to violators of the measures managed to limit the high losses in morbidity and mortality (ἱκπεδία, 2020).

As of May 5, the Greek government decided to gradually lift the measures restricting the movement of citizens in an effort to return to social and economic normality, and on May 10 the mandatory use of protective mask in all public closed spaces.²⁰ Until May 5, the total number of cases reached 6,421 and the total number of deaths reached 146 since the beginning of the epidemic, with an average age of the patients who died at 75 years (ΕΟΔΥ, 2020) mental health of the population during the period of the COVID-19 pandemic The sudden appearance of the virus and the high transmissibility of the disease of COVID-19, which caused an increase in hospital admissions, inevitably affects the mental health of individuals (Wang et al., 2020).

THE ROLE OF EMERGING PSYCHOLOGIST IN ADDRESSING MENTAL HEALTH CHALLENGES DURING THE COVID-19 PANDEMIC.

In any epidemic the reactions of the individual affected by its effects directly or indirectly are common: concern for the loss of one's own health and that of loved ones, fear of death, feeling of incompetence and inability to protect and care for one's loved ones, fear of social stigmatization in case of isolation or illness, boredom and depression due to observing isolation measures (IFCR, 2020). Although in times of health crises the stressors that affect the physical and mental health of the population are triggered by similar stimuli, in today's global health crisis it is necessary to explore those factors that are specifically linked to the coronavirus disease (IasC, 2020).

The emergence of the COVID-19 epidemic has created a rapidly evolving global health crisis, during which the mental health of individuals is put to the test. Research on the psychological impact of the epidemic on the general population conducted in its early stages in China showed high levels of anxiety, stress and depression. Fear of losing loved ones, negative subjective perception of health and the presence of a chronic disease, fear of previous contact with a person who may have had the disease, dissatisfaction with the amount of information available, lack of confidence in the family doctor's ability to diagnose the disease, occasional use of a mask by others, seem to be associated negatively with the mental health of the Chinese (Wang et al., 2020).

On the other hand, the provision of clear health protection instructions and updates on current developments (epidemiology, available drugs and vaccines, routes of transmission), the belief that they are not at risk of contracting the virus, compliance with recommendations and prevention measures (regular hand washing, wearing a mask in public places) are associated with lower levels of stress, anxiety and depression (Wang et al., 2020). In findings of another study, the incidence of post-traumatic stress disorders was high mainly in the areas that were heavily affected by the health crisis caused by the SARS-CoV-2 virus (Liu et al., 2020). Also, the rapid increase in deaths due to COVID-19 has resulted in a change in burial practices, which depending on the ritual tradition of each people has different effects on the mental health of family members, with feelings of shame, anger, frustration, injustice, isolation, and even dishonoring the deceased, can make it difficult to manage the loss of a loved one (Entress et al., 2020).

Depression and anxiety are expected psychological effects if one considers the sudden nature of death from the virus, the absence of traditional farewell ceremonies and the lack of

Seretis, Grigorios

social support due to social distancing measures (Eisma et al., 2020). Funeral, as a fundamental component of religious and cultural mourning, facilitates the processing of loss through psychosocial support from the community and the opportunity to pay honor and respect to the deceased (Wallace et al., 2020). Indeed, the inability to say goodbye to the deceased has been associated with prolonged grief disorder (Carr et al., 2020) while the risk of developing post-traumatic stress is increased in family members whose loved one has died in the Intensive Care Unit and not at home (Wright et al., 2010).

The measurement of health-related quality of life showed a positive correlation with higher income and therefore the ability to respond financially to the epidemic, younger age, higher education, absence of comorbidities, increased physical activity and a balanced diet (Nguyen et al., 2020). A study from Denmark, which looked at personality traits and how they influence the acceptance of measures imposed to protect human life from the coronavirus, showed that the willingness to accept was greater among the elderly and those with high emotional intelligence. , while the opposite was observed for those with high levels of Machiavellianism, narcissism, and psychopathy (subclinical dark personality traits) (Zettler et al., 2020). The ability to psychologically adapt to an emergency situation, such as the COVID-19 pandemic, and quickly recover from the stress it causes depends by factors such as particular personality traits, family context and community characteristics affect resilience (Bonanno et al., 2015). Thus, people who view life with optimism, those who seek support from their environment by whatever means are available, those who they stay up to date on what's going on and deploy defense mechanisms against internal or external sources of stress are more likely to cope with this period of health crisis with high resilience (Chen & Bonanno, 2020; Bonanno, 2020).

Emerging Psychologists during the COVID-19 pandemic

The COVID-19 pandemic has radically transformed the landscape of mental health care, thrusting emerging psychologists into pivotal roles amid unprecedented challenges. These young professionals have been instrumental in addressing the surge in mental health issues while navigating their professional pathways and personal well-being.

During the COVID-19 crisis, young psychologists have made significant contributions to mental health services. As the demand for mental health support soared, these professionals were often at the forefront of delivering psychological services. They played crucial roles in

THE ROLE OF EMERGING PSYCHOLOGIST IN ADDRESSING MENTAL HEALTH CHALLENGES DURING THE COVID-19 PANDEMIC.

hospitals, community centers, and emergency response teams, providing critical support to individuals experiencing anxiety, depression, and other psychological stresses induced by the pandemic (APA, 2020). Their fresh perspectives and resilience have been essential in expanding the capacity of mental health services to meet the increased demand.

Emerging psychologists have faced numerous professional challenges during the pandemic. One of the primary issues has been the sudden and overwhelming increase in caseloads, which placed considerable pressure on these practitioners, potentially leading to burnout (Zhou et al., 2020). Moreover, they had to quickly acquire new competencies and adjust to the shifting dynamics of mental health needs, often with limited experience and supervision. This situation was compounded by the personal impacts of the pandemic, which added an extra layer of complexity to their professional responsibilities.

In response to these challenges, young psychologists have employed various strategies to maintain their mental health while managing increased demands. Many have turned to peer support groups and supervision, where they can share experiences and coping strategies (Society for Psychotherapy, 2021). Others have emphasized the importance of self-care routines, including regular physical activity, meditation, and structured work-life boundaries, which are essential for sustaining their mental health and professional efficacy.

The shift to telehealth has been one of the most significant adaptations made by young psychologists during the pandemic. This transition not only required technical skills but also adaptations in therapeutic approaches to effectively deliver care in a virtual format (Smith et al., 2020). Young psychologists have been at the forefront of developing and implementing innovative therapeutic techniques suited for the online environment, which have proven essential for continuing care amidst social distancing measures.

In more detail, the transition to telehealth has been a defining feature of mental health care during the COVID-19 pandemic. Faced with lockdowns and social distancing measures, health care providers, including emerging psychologists, rapidly adopted telehealth platforms as a means to continue delivering services. This shift not only sustained essential mental health services but also expanded the reach to populations that were previously underserved due to geographic or physical barriers. Emerging psychologists were required to quickly familiarize themselves with a range of digital tools and platforms. The adaptation involved more than just mastering the technical aspects of these tools; it also required integrating clinical skills into a

Seretis, Grigorios

new modality that lacks non-verbal cues which are often critical in traditional face-to-face therapy sessions (Luxton et al., 2020).

To address this, young psychologists developed and utilized enhanced communication skills, focusing on verbal nuances and developing new ways to build rapport and empathy through a screen. Telehealth also prompted the development of specific therapeutic techniques adapted for the virtual environment. For instance, psychologists have innovated approaches for engaging clients through interactive online tools, such as shared whiteboards for drawing therapy techniques and real-time document sharing for cognitive-behavioral therapy worksheets. These adaptations have not only made therapy accessible but also interactive in a manner that engages clients who might find traditional therapy settings less appealing. The rapid shift to telehealth highlighted a gap in existing psychological training programs, which traditionally emphasized face-to-face interactions. In response, training curricula began to evolve, incorporating telepsychology competencies that cover ethical considerations, digital literacy, and specific online intervention skills (APA, 2020). Emerging psychologists have played a critical role in this educational transition, often acting as both learners and pioneers in the digital transformation of psychological services.

The ethical considerations in telehealth are complex and multifaceted. Confidentiality concerns, particularly related to data breaches or unsecured internet connections, became paramount. Young psychologists had to ensure compliance with health privacy laws such as HIPAA in the United States, adapting their practices to secure digital platforms and obtaining informed consent that specifically addresses telehealth risks (Koocher & Keith-Spiegel, 2020).

Practical challenges included managing the blurring of personal and professional boundaries. The home environment, often doubling as a workplace during the pandemic, presented distractions and confidentiality risks not present in a traditional office setting. Emerging psychologists developed strategies to mitigate these issues, such as using professional backdrops and noise-cancelling equipment to maintain a professional therapeutic environment. Telehealth has significantly broadened access to mental health services. Clients who previously faced barriers such as transportation difficulties or physical disabilities found easier access through telehealth services. Moreover, the flexibility of scheduling and the absence of travel time improved attendance rates and client satisfaction. Feedback from clients suggests that many appreciate the convenience and continued access to mental health resources,

THE ROLE OF EMERGING PSYCHOLOGIST IN ADDRESSING MENTAL HEALTH CHALLENGES DURING THE COVID-19 PANDEMIC.

indicating a likely continuation of telehealth as a complement to traditional practices post-pandemic (Smith et al., 2020).

The rapid adaptation to telehealth by emerging psychologists during the COVID-19 pandemic represents a significant evolution in the practice of psychology. It has challenged traditional modalities but also spurred innovation and expanded access to mental health services. As the field continues to evolve, the experiences and lessons learned from this period will undoubtedly shape the future landscape of psychological practice, making telehealth an integral part of mental health services.

Moreover, young psychologists have contributed to the development of new therapeutic approaches tailored to address specific pandemic-related mental health issues, such as coping with isolation, grief, and existential dread. These innovations in therapeutic practices have highlighted the flexibility and creativity of young psychologists in responding to emergent needs.

Young psychologists have also encountered numerous ethical dilemmas and practical challenges during the pandemic, particularly regarding confidentiality and the privacy of virtual sessions (Koocher & Keith-Spiegel, 2020). Ensuring patient confidentiality has become more complex in the telehealth environment, where security concerns are paramount. Additionally, they have faced difficulties in managing boundaries and the therapeutic frame in virtual settings, which are crucial for effective therapy.

So, in conclusion the role of emerging psychologists during the COVID-19 pandemic has been integral to both the field of psychology and the broader health care landscape. Through their contributions to mental health care, adaptations to professional practice, and strategies for self-care, young psychologists have not only managed to navigate the complexities of the pandemic but have also driven the evolution of the field. As the world continues to grapple with and emerge from the pandemic, the experiences of these young professionals underscore the ongoing need for adaptability, innovation, and resilience in psychological practices.

References:

- American Psychological Association. (2020). Guidelines for psychological practice during COVID-19. Retrieved from <https://www.apa.org/practice/guidelines/covid-19>
- Bonanno, G. A., Romero, S. A., & Klein, S. I. (2015). The temporal elements of psychological resilience: An integrative framework for the study of individuals, families, and communities. *Psychological Inquiry*, 26, 139–169.
- Carr, D., Boerner, K., & Moorman, S. (2020). Bereavement in the time of coronavirus: Unprecedented challenges demand novel interventions. *Journal of Aging and Social Policy*, 32(4-5), 425-431.
- European Centre for Disease Prevention and Control. (2020, April 8). Coronavirus disease 2019 (COVID-19) in the EU/EEA and the UK – eighth update. Retrieved from <https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/covid-19-rapid-risk-assessment-coronavirus-disease-2019-eighth-update-8-april-2020.pdf>
- Eisma, M. C., Boelen, P. A., & Lenferink, L. I. M. (2020). Prolonged grief disorder following the Coronavirus (COVID-19) pandemic. *Psychiatry Research*, 288, 113031.
- Entress, R., Tyler, J., & Sadiq, A. A. (2020). Managing mass fatalities during COVID-19: Lessons for promoting community resilience during global pandemics. *Public Administration Review*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1111/puar.13232>
- Epidemiology Working Group for NCIP Epidemic Response, Chinese Center for Disease Control and Prevention. (2020). The epidemiological characteristics of an outbreak of 2019 novel coronavirus diseases (COVID-19), China, 2020. *China CDC Weekly*, 2(8), 145-151.
- International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies. (2020). Mental Health and Psychosocial Support for Staff, Volunteers and Communities in an Outbreak of Novel Coronavirus. Retrieved from <http://www.ifrc.org>
- Joint Ministerial Decision 2867/Y1. (2020). Imposing the measure of the temporary ban on the performance of all kinds of services and rituals in religious places of worship for the period from 16.3.2020 to 30.3.2020. *Official Gazette*, 872/B/16-3-2020.
- Kobayashi, T., Jung, S.-M., Linton, N. M., Kinoshita, R., Hayashi, K., Miyama, T., Anzai, A., Yang, Y., Yuan, B., Akhmetzhanov, A. R., & Suzuki, A. (2020). Communicating the risk of death from novel coronavirus disease (COVID-19). *Journal of Clinical Medicine*, 9(2), 580. <https://doi.org/10.3390/jcm9020580>
- Koocher, G. P., & Keith-Spiegel, P. (2020). Ethical challenges in telepsychology practice during COVID-19. *Journal of Health Ethics*.
- KYA D1 a/G.P house 20036/2020. Imposition of the measure of temporary restriction of the movement of citizens to deal with the risk of the spread of the COVID-19 coronavirus. *Official Gazette* 986/B/22-3-2020.
- Lipsitch M, Donnelly CA, Fraser C, et al. Potential Biases in Estimating Absolute and Relative Case-Fatality Risks during Outbreaks. *PLoS Negl Trop Dis*. 2015;9(7):e0003846.

THE ROLE OF EMERGING PSYCHOLOGIST IN ADDRESSING MENTAL HEALTH CHALLENGES DURING THE COVID-19 PANDEMIC.

- KYA Media/G.O.I.C. 29114/2020. Distance rules in private businesses, public services and other public gathering places throughout the Territory, to limit the spread of the COVID-19 coronavirus. Official Gazette 1780/B/10-5-2020.
- Law 4682/2020. Urgent measures to avoid and limit the spread of coronavirus. Official Gazette 42/A/25-2-2020.
- Liu, N., Zhang, F., Wei, C., et al. (2020). Prevalence and predictors of PTSS during COVID-19 outbreak in China hardest-hit areas: Gender differences matter. *Psychiatry Research*, 287, 112921.
- Luxton, D. D., McCann, R. A., Bush, N. E., Mishkind, M. C., & Reger, G. M. (2020). mHealth for mental health: Integrating smartphone technology in behavioral healthcare. *Professional Psychology: Research and Practice*.
- National Public Health Organization (EODY). (n.d.). Daily report of epidemiological surveillance of infection by the new coronavirus (COVID-19). Retrieved from <https://eody.gov.gr/epidimiologika-statistika-dedomena/imerisies-ektheseis-covid-19/>
- Nguyen, H. C., Nguyen, M. H., Do, B. N., et al. (2020). People with suspected COVID-19 symptoms were more likely depressed and had lower health-related quality of life: The potential benefit of health literacy. *Journal of Clinical Medicine*, 9(4), 965.
- Paudel, S., Dangal, G., Chalise, A., Bhandari, T. R., & Dangal, O. (2020). The coronavirus pandemic: What does the evidence show? *Journal of Nepal Health Research Council*, 18(1), 1-9.
- Petrosillo, N., Viceconte, G., Ergonul, O., Ippolito, G., & Petersen, E. (2020). COVID-19, SARS, and MERS: Are they closely related? *Clinical Microbiology and Infection*, 26(6), 729-734.
- Read, J. M., Bridgen, J. R., Cummings, D. A., Ho, A., & Jewell, C. P. (2020). Novel coronavirus 2019-nCoV: Early estimation of epidemiological parameters and epidemic predictions. *MediArXiv*.
- Roser, M., Ritchie, H., Ortiz-Ospina, E., & Hasell, J. (2020). Coronavirus disease (COVID-19), 2020. *OurWorldInData.org*. Retrieved from <https://ourworldindata.org/coronavirus>
- Smith, K., et al. (2020). Telehealth modalities for psychologists: A rapid transition due to COVID-19. *Telehealth Medicine*.
- Society for Psychotherapy. (2021). Supporting mental health workers during and after COVID-19. *Mental Health Practice*.
- Telles, C. R. (2020). COVID-19: A brief overview of virus social transmission through the atmosphere. *MediArXiv*.
- Wallace, C. L., Wladkowski, S. P., Gibson, A., & White, P. (2020). Grief during the COVID-19 pandemic: Considerations for palliative care providers. *Journal of Pain and Symptom Management*, 60(1), e70-e76.
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., et al. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic

Seretis, Grigorios

- among the general population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729.
- Wang, L., He, W., Yu, X., et al. (2020). Coronavirus disease 2019 in elderly patients: Characteristics and prognostic factors based on 4-week follow-up. *Journal of Infection*, 80(6), 639-645.
- Wang, Y., Di, Y., Ye, J., & Wei, W. (2020). Study on the public psychological states and its related factors during the outbreak of coronavirus disease 2019 (COVID-19) in some regions of China. *Psychology, Health & Medicine*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/13548506.2020.1746817>
- World Health Organization. (2020a, March 27). WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19. Retrieved from <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---27-march-2020>
- World Health Organization. (2020b). Report of the WHO-China Joint Mission on Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). Retrieved from <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/who-china-joint-mission-on-covid-19-final-report.pdf>
- World Health Organization. (2020c, January 30). Statement on the second meeting of the International Health Regulations (2005) Emergency Committee regarding the outbreak of novel coronavirus (2019-nCoV). Retrieved from [https://www.who.int/news-room/detail/30-01-2020-statement-on-the-second-meeting-of-the-international-health-regulations-\(2005\)-emergency-committee-regarding-the-outbreak-of-novel-coronavirus-\(2019-ncov\)](https://www.who.int/news-room/detail/30-01-2020-statement-on-the-second-meeting-of-the-international-health-regulations-(2005)-emergency-committee-regarding-the-outbreak-of-novel-coronavirus-(2019-ncov))
- Wikipedia contributors. (2020, May 27). COVID-19 pandemic in Greece. In Wikipedia, The Free Encyclopedia. Retrieved from https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=COVID-19_pandemic_in_Greece&oldid=959103587
- Wright, A. A., Keating, N. L., Balboni, T. A., Matulonis, U. A., Block, S. D., & Prigerson, H. G. (2010). Place of death: Correlations with quality of life of patients with cancer and predictors of bereaved caregivers' mental health. *Journal of Clinical Oncology*, 28(29), 4457-4464.
- Zettler, I., Schild, C., Lilleholt, L., & Böhm, R. (2020). Individual differences in accepting personal restrictions to fight the COVID-19 pandemic: Results from a Danish adult sample. *PsyArXiv*. Retrieved from <https://psyarxiv.com/zjgqu/>
- Zhou, X., Snoswell, C. L., Harding, L. E., Bambling, M., Edirippulige, S., Bai, X., & Smith, A. C. (2020). The role of telehealth in reducing the mental health burden from COVID-19. *Telemedicine and e-Health*.



Theoretical article

THERAPEUTIC INTERVENTIONS AND SUPPORT STRATEGIES FOR CHILDREN WITH ADHD - NEW TECHNOLOGIES AND ADHD

Alkisti Katsakou - Department of Preschool and Primary School Pedagogy

South West University 'Neofit Rilski', Blagoevgrad – Bulgaria

email: ilion29@gmail.com

Abstract

This article refers generally to the disorder of Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) that occurs in children and adolescents, as well as its effects on the cognitive and psychosocial development of sufferers. But mainly it focuses on therapeutic interventions and strategies which can help children with ADHD.

The research found that ADHD, as a neurodevelopmental disorder, negatively affects the daily functionality and the degree of autonomy and socialization of children and adolescents. Furthermore, the daily life of the family is demanding, intense and requires a strong inner strength from the parents to manage the child with ADHD in the most beneficial way (Moen, 2014).

It is a fact that, in recent years, the cases of ADHD are increasing more and more, and therefore the request is for early therapeutic intervention and reinforcement, to prevent further negative consequences and to improve the quality of life and well-being of ADHD sufferers.

Keywords: ADHD, children/adolescents, therapeutic intervention, reinforcement strategies, quality of life.

Introduction

ADHD is a serious disorder of psychological development with symptoms that appear from the preschool period and remain relatively stable into adulthood. According to the World Health Organization (WHO, 2004), ADHD consists of a persistent pattern, lasting at least six (6)

Katsakou, Alkisti

months of inattention and/or hyperactivity/impulsivity that negatively affects school performance and daily functioning of the individual. Briefly, it refers to four (4) dimensions of behavior: attention deficit, restlessness/agitation, impulsivity, hyperactivity (Bjerrum et al., 2017).

The incidence of ADHD ranges between 4-12% in school-age children, and therefore affects a considerable proportion of the population (Biederman et al., 2006), with researchers also not having arrived at a specific cause for the genesis of the syndrome. The diagnosis of the disorder still presents difficulties as the symptoms overlap with other disorders (Pehlivanidis, et al., 2012).

The need to investigate the issue is related to the importance of early diagnosis of ADHD in children and adolescents, which can contribute to the prevention and treatment of adverse effects in the daily life of sufferers and by extension their families and to smooth integration of young people with ADHD in society as a whole. As Donnelly (2006) mentions, each case is different and therefore a specialized psychosocial intervention is required depending on the particularities and comorbidities that each child or adolescent exhibits, in order to achieve optimal results.

The study of ADHD has attracted the interest of experts in recent years, as the percentages of children and adolescents who are part of the spectrum of these disorders appear to be increasing. However, further emphasis should be placed on the importance of prevention and treatment of the problem because the limitation and/or elimination of disorders is a decisive factor for the optimization of school life, learning performance, and uninterrupted daily functioning.

The rest of the article lists especially to the recommended therapeutic interventions and reinforcement strategies for children with ADHD, which aim to facilitate their daily functioning.

1. Therapeutic Interventions and Reinforcement Strategies

The development of health promotion strategies should be based on the knowledge of whether and to what extent the hyperactive behavior of people with ADHD poses serious or non-severe risks for future mental health problems (Moyá et al., 2014). At the same time, the ever-increasing incidence of ADHD places the issue at the center of public health concern due to the high prevalence rate, chronic nature of the disorder, severe impact on family life, school

THERAPEUTIC INTERVENTIONS AND SUPPORT STRATEGIES FOR CHILDREN WITH ADHD - NEW TECHNOLOGIES AND ADHD

performance and peer relationships. In addition, the cost of treatment and confrontation is high, financially burdening public health systems.

The American Association for Child and Adolescent Psychiatry (AACAP) recommends in principle the implementation of behavioral therapy for the management of preschool children with ADHD. However, there is also drug treatment in children up to six (6) years of age with multiple psychiatric disorders. AACAP guidelines vary depending on the age of the patient. In the preschool age (4-5 years), behavior modification therapy is recommended based on the child's clinical picture according to parents' and teachers' reports. Medication is recommended when behavioral therapy fails to improve the child's functioning (CDCP, 2016).

According to Plitzka (2007), effective long-term management of the patient with ADHD is continuous care by an experienced clinician, who gathers the required information from the child's family and environment. The frequency and duration of follow-up sessions should be individualized for the child and family and commensurate with symptoms and severity, comorbidity with other disorders, and response to treatment.

Regarding drug treatment, studies have shown that specific stimulant drugs offer short-term relief of symptoms and improvement in academic performance. However, the patient's response to medication is uncertain, and its long-term effectiveness has also not been established. The optimal treatment of ADHD includes an individualized intervention program based on any comorbidity each child may have and, at the same time, pharmacotherapy combined with psychoeducation, behavioral therapy, environmental modification and possibly psychotherapy of the child and/or his family (Goldman et al., 1998). The treatment of ADHD is based on the cooperation of the health professional and the patient. In the case of children, the cooperation of both parents and teachers is necessary.

The individualized program drawn up should have specific goals that are reshaped according to the child's progress. A combination of behavioral therapy and medication usually works best. There are psychostimulant medications that are used alone or in combination, however the healthcare professional must decide which is appropriate for the patient's needs and symptoms (Hoseini et al., 2014). The use of medicines stimulates the central nervous system and can improve problems such as low self-esteem, emotional fluctuations and outbursts of anger, social adjustment. At the same time, the guidance programs (in a group or

Katsakou, Alkisti

individual context) provide supportive psychotherapy, with the aim of solving everyday practical problems (Pehlivanidis et al., 2012).

Donnelly (2006) also argues that during the therapeutic approach of ADHD, the particularities and comorbid conditions that accompany the disorder in each patient must be taken into account, because there is no one treatment suitable for all. Patients have individualized needs and optimal treatment should include medication and psychosocial interventions aimed at addressing specific symptoms.

In addition to therapeutic interventions aimed at optimally managing ADHD, researchers suggest strategies that parents and teachers can implement to facilitate the learning process and achievement of students with ADHD. Mainly these strategies are related to physical/psychomotor interventions. Educational games, for example, can improve writing and reading and enhance memory, attention and concentration. In addition, keeping a list that includes children's behavioral goals related to hyperactivity and impulsivity, antisocial behavior, and academic skills seems to be very useful. Parents and teachers help children stick to the list consistently. Regarding the classroom environment, it is argued that the ability of teachers to manage all students plays an important role in focusing the attention of children with ADHD. It is necessary for teachers to create a positive climate with students in order to prevent any problems in the interaction of children (Santos & Albuquerque, 2019).

The use of computers is also suggested as a tool to improve academic performance, as the characteristics of tasks based on computer programs enhance attention and concentration. Research shows improvement in math and reading performance. For example, the CAT (Computerized Attention Training) program includes a list of exercises that focus on cognitive, auditory, and visual skills. The CAI (Computerized Attention Instruction) program focuses on math and reading. Using both of these programs reduces attention problems (Santos & Albuquerque, 2019).

Interventions Depending on the Main Symptoms of Children with ADHD

Linda Grossman (2017), after an in-depth and extensive study, suggests the following practical and effective daily interventions, depending on the main symptoms of a child suffering from ADHD:

- Based on the symptom of hyperactivity, parents should provide the child with plenty of activity opportunities to release his energy. For example, they could enroll the child in

THERAPEUTIC INTERVENTIONS AND SUPPORT STRATEGIES FOR CHILDREN WITH ADHD - NEW TECHNOLOGIES AND ADHD

sports, such as swimming or soccer, where he will have the opportunity to move for a considerable period.

- Regarding the problem of concentration, parents can ask the child to repeat the instructions given to him so that he remembers better what to do. They can also use pictures that show the child what actions to follow to complete an activity.
- For children with organizational difficulties, it is good to use colors that emphasize words, objects, information, topics. The calendar is also useful for children with time management problems so that they can refer back daily and better organize time based on their activities.
- For children with difficulties in completing school lessons, it is good to ensure a quiet place, without distractions from the television or other noises, where all the required materials are gathered. Also, it is suggested to take short breaks of 10-15 minutes at regular intervals during the study. Parents can check if assignments have been completed and placed in the appropriate folder.
- Sleep problems could be treated with techniques such as quiet activities before bed, avoiding violent television programs and engaging in mobile phone or computer games, preparing for sleep with usual routines well in advance, a warm milk, and a bath.
- For children with ADHD symptoms, modifications to the educational process and the school classroom are suggested, such as providing more time to complete tasks or tests, repeating instructions so that they are understood, assigning smaller tasks, arranging the space so that there is possibility for mobility in the context of student cooperation, placing the child near the teacher so that he can concentrate better.

In general, parents and educators should focus on the success of the child with ADHD and highlight the positive features of daily functioning and academic achievement. In this way they will empower the child by prompting him to reflect on how he was led to success and thus to invent and develop his own problem-solving strategies.

As Kourkoutas (2019) mentions, among the techniques for strengthening the psychosocial skills of children with ADHD, emphasis is placed on modifying parenting practices, with interventions such as family therapy and parent counseling. Regarding the community of teachers, it is suggested that teachers should put more emphasis on understanding the

Katsakou, Alkisti

dysfunctions of children with ADHD in order to avoid negative situations such as stigmatization and emotional distancing from the learning process.

2. New Technologies and ADHD

Technology is dominant in the daily life of children as well as adults, while young people are undeniably able to use technological tools with great fluency. This condition is very important to be taken into account and exploited by experts, since without a doubt technology can further enhance the intervention process for people with ADHD. At the same time, their utilization has a positive effect on the change of the therapeutic environment, a fact which is very important for these individuals. The therapeutic process with the parallel use of ICT is even possible to transfer the conference and training room to a virtual environment. In fact, a wide range of studies have shown that this form of learning is a particularly effective method with very positive ramifications during its application in various environments as well as after the session is over. This type of participatory process with the use of new technologies is based on the theory of constructive criticism as well as collaboration (Vygotsky, 2000).

Also noteworthy are the studies concerning the use of new technologies in the intervention and education of students with ADHD. More specifically, the use of appropriate software for the needs of children and adolescents with ADHD is primary so that they can focus more on the intervention process. In addition, these software, if used correctly by the specialist, will help him to better understand the needs of the young person with ADHD in order to adjust his approach (Ohan et al, 2008). Furthermore, similar research showed that new technologies exerted a positive influence on the performance of people with ADHD, their participation increased, and their concentration improved (Stasinos, 2013).

On the other hand, the use of new technologies also improves the psycho-emotional level of young people with ADHD while at the same time helping cognitive goals. As far as the social development of students with ADHD is concerned, it is cultivated through cooperative education which enhances interest, creates a good atmosphere, motivates students, and improves their self-image through rewards. Thus, the use of software in intervention and training processes seems to be positive for the individual and equally effective in terms of the intended results. In fact, the use of new technologies can be combined with familiar intervention strategies and theories, always keeping in mind the special character of each person. So, with the use of these technologies, individuals are able to discover information on

THERAPEUTIC INTERVENTIONS AND SUPPORT STRATEGIES FOR CHILDREN WITH ADHD - NEW TECHNOLOGIES AND ADHD

their own with the help of an expert. And the intervention sessions with the parallel utilization of new technologies, strengthen the self-esteem of the individuals, their feeling of social acceptance by their peers, the formation of a pleasant climate in various environments, such as the school classroom. Of course, in order to be able to achieve the remodeling of the environment, a space with computers needs to be built, in order to make the intervention process for young people with ADHD successful (Stasinos, 2013).

In this context, the use of “Gamification” (integration of game mechanisms in a non-game environment) in the various software is also important, as these seem to show positive results in terms of maintaining concentration, especially in ADHD individuals. However, it is essential that these applications and educational games prevent the development of feelings of frustration and cancelation by people with ADHD (Stasinos, 2013).

As can be seen, one of the first studies that took place to investigate the effect of technological tools (P/C, etc.) on people and especially children with ADHD, was that of Kleiman, Humphrey and Lindsay (1981). In this specific study, the performance of 18 children diagnosed with ADHD, specifically the hyperactive type, was compared in terms of mathematical reasoning for solving problems in an electronic environment compared to the conventional method of solving problems on paper. It turned out that children took twice as long to solve problems on paper, while they completed almost twice as many problems using computers. At the same time, corresponding results were also observed in terms of accuracy when solving mathematical problems, but the individuals were not graded (Mikropoulos, 2006).

In a later study by Ford, Poe, and Cox (1993), the influence of two software programs on reading ability and mathematical problem-solving ability was studied in 21 individuals with ADHD. These two softwares presented a number of features that resembled either a game or a presentation. In addition, users had the option to compete with another user-participant or against the computer. In fact, there was no lack of 3D graphics and the choice of finite or unlimited time for the answer. The research showed that people’s attention increased and even remained focused on the application when it resembled a game and users had no time limit. On the other hand, the application that had conventional didactic presentations in which images alternated proved to be unable to sustain the attention of people with ADHD, in contrast to games (Mikropoulos, 2006).

Katsakou, Alkisti

At the same time, the lowest levels of attention were observed in software related to reading compared to that related to mathematical thinking. Furthermore, when the demands of the electronic environment appeared high in proportion to the user's capabilities, then individuals showed low levels of attention to the software. However, this study had several methodological flaws, so it is difficult to draw firm conclusions because the long-term benefits of children's participation were not assessed, nor did the researchers agree on the measurable behavior of the participants. Also, the study took place in a laboratory environment and not in a realistic environment, while the ADHD diagnosis protocols are inconsistent with modern practice (Mikropoulos, 2006).

Furthermore, the researchers could not agree on a definite conclusion regarding the theory, that is, whether the change in the attention and attitude of the participants was related exclusively to the software components or other factors also influenced, since the software used in the study showed significant variation. Furthermore, the researchers focused more on observing the participants' behavior rather than their performance, although the supporting role of software in improving school performance was discussed. On the contrary, the most modern studies also take place in natural environments, involve older, in terms of age, individuals and focus on the formation of a common line on the part of the researchers (Mikropoulos, 2006).

Specifically, in a study by Ota and DuPaul (2002), the influence that an electronic environment had on the performance in mathematics and on the attitude of the participants during their involvement in the research was studied. It was attended by 3 students in the last grades of the Primary school who had been diagnosed with ADHD. The study was carried out in the special school environment and concerned the comparison of students' performance in the educational software environment with their performance in the classroom environment, during conventional teaching. It was observed that the students showed a moderate improvement in mathematics but noticeable in their attention to the application, during the intervention. Of course, the researchers considered that the modest improvement that was observed may be attributed to the short duration of the intervention. In addition, it is important to mention that in this study there were some limiting factors, such as the medication that the participants received, as well as the area of the special school where the study took place. These facts limited the generalizability of the results to other settings as well as to students with ADHD who are not receiving treatment (Ota & DuPaul, 2002).

THERAPEUTIC INTERVENTIONS AND SUPPORT STRATEGIES FOR CHILDREN WITH ADHD - NEW TECHNOLOGIES AND ADHD

A few years later the study by Mautone, DuPaul and Jitendra (2005), focused on the effect that educational software in mathematics had on achievement and behavior in the classroom environment. Were participated 3 students from the 2nd, 3rd and 4th grades of the primary school diagnosed with ADHD. The specific software was structured in graded levels of difficulty, depending on the cognitive level of the participants, included elements that simulated electronic games, fast and regular feedback as well as a short video game as a reward to the user who would collect a certain number of points. Performance on the software was then compared to traditional classroom instruction, individual reading, and in-class peer collaboration (Mautone, DuPaul & Jitendra, 2005).

The research showed that the performance of the participants in mathematics improved while, at the same time, the maintenance of attention in the software improved. In fact, the changes recorded in the question of attention were very fast with the use of the educational software, but it took time to improve the cognitive skills. Of course, for the researchers this was considered reasonable because students with ADHD show significant difficulties in their school performance, in which case additional time is needed to improve it. It is noteworthy that, compared to the previous studies presented above, the recorded effects are significantly more, up to twice as many, and thus, this condition proves that educational software can be very positive in terms of improving the school performance of students with ADHD. At the same time, this research formed the basis in order to connect the requirements of the software with the capabilities of the students, the generalization of the results to other environments, as well as to students who do not receive medication (Mautone, DuPaul & Jitendra, 2005).

In fact, studying in general education is a valuable stage since there are not a few students with ADHD who attend general school. It was also shown that teaching in the electronic environment improves the focus of attention on the task and at the same time has a positive effect on the general attitude of the students, as well as on their response to the intervention, compared to conventional methods that only used traditional tools. However, there are not many studies that focus on the evaluation of the quality of these interventions for students with ADHD, since it appeared that the results of some do not show the prevalence of computer-based interventions over those of traditional teaching (Mautone, DuPaul & Jitendra, 2005).

More specifically, in the research by Shaw and Lewis (2005) in which 20 students with ADHD from all grades of the Primary school participated, techniques related to the Physics

Katsakou, Alkisti

lesson were used and elements such as the conventional method with paper and pencil, the printed a format which, however, included color performances and illustrated dialogues, in the form of comics, but also a computer with a word processor, as well as moving images with sound. Although the computer environment contained sound and moving images and constituted a complex environment, however, high accuracy in participants' responses was not observed. Of course, the researchers characterized it as one of the highest levels of maintaining attention on the task (Shaw & Lewis, 2005).

Furthermore, the children who took part in the research told the researchers that the electronic environment may have attracted their attention but distracted it from other information. This probably means that factors other than the alternation of images and sound are at work in enhancing academic performance through interventions in electronic environments. Of course, interaction with the P/C environment may indirectly affect the user's use of it, through changing motivations. An important factor that affects the experience of the student/user with the computer environment is his own efficiency in using it and this condition is related to the education he has received in IT, but also how much he uses technology in everyday life of. Given that self-efficacy is a very important factor that affects the improvement of performance and the overall attitude of students with ADHD, it is considered appropriate to study the effect of this factor during interaction with the computer (Shaw & Lewis, 2005).

Using New Technologies in the Classroom

Students with learning disabilities and neurobiological disorders such as autism and ADHD, seem to be able to be helped by the learning environment and the possibilities provided by new technologies, as long as they are fruitfully integrated into the educational process (Hasselbring & Glaser, 2000). For children with ADHD the use of computers in the educational process is an alternative effective educational strategy, on the one hand because these children show a dexterity in handling computers, and on the other hand because symbols and images stimulate their interest.

The implementation of educational technology applied to students with ADHD aims at three main directions (Liu, Wu & Chen, 2013):

- In the evaluation of the effectiveness of the use of educational technology in special education.
- In planning educational activities using educational technology.

THERAPEUTIC INTERVENTIONS AND SUPPORT STRATEGIES FOR CHILDREN WITH ADHD - NEW TECHNOLOGIES AND ADHD

- In the emotional reaction of special education students and teachers towards educational technology.

As it turned out, the computer is very useful in classrooms where children with ADHD study as it has multiple and complex functions. It serves as a knowledge object, a source of information, a supervisory and communication medium, but also as a cognitive tool (Raptis & Rapti, 2001). The teacher can use the computer to present the teaching material in a more enjoyable way for children with ADHD, with the help of graphics, image and sound that gain their attention, and involve the students in activities simulations that contribute to the construction of knowledge (Solomonidou, 2001). Research has also shown that computer work helps children with ADHD symptoms increase attention, improve impulse control, and reduce hyperactivity (Carey & Sale, 1997).

Differentiated teaching through new technologies, teaching scenarios, and appropriate activities are a basic requirement for an “equal for all” classroom. The goal, through ICT, is for students with ADHD to understand how to think, but also to receive differentiated “what to think”. Information processing is important with both hemispheres of the brain from image to canon (right hemisphere), and from words to canon (left hemisphere) (Pritchard, 2009).

With the use of new technologies in the classroom, the following most important things are achieved:

- Increasing interests in the teaching process and concentration,
- Participation in the course,
- Learning abstract of concepts,
- Social interaction and development of understanding of social conditions,
- Strengthening the feeling of “I can”,
- Cultivating multiple intelligences.

Of course, all the above require appropriate logistical infrastructure in the classrooms and training of the teachers themselves, as a “resistance” has been observed regarding the differentiation of their teaching.

Finally, there are many educational software and games which help people with ADHD to practice their weaknesses, to strengthen their attention, observation, memory, coordination. Memory Games are card games where the goal is to find the pairs, have a short duration and requires observation, memory, and concentration from the player. By extension, it is ideal and

Katsakou, Alkisti

used to combat ADHD (De La Guía et al., 2015). Next, Lumosity consists of games that practice memory, attention, flexibility/adaptability, speed, and problem solving (Sternberg et al., 2013). As for ADHD, since it exercises memory and attention, it is recommended by experts, not only for children but also for adults. Tetris is also a game that requires the player to observe the shape of each falling object and then guide it where it fits best in order to form lines. In this way, it increases the player's observation and requires his absolute concentration, which makes it a good solution to reduce ADHD.

Kinems also aims to improve visual motor coordination, short-term memory, language and math skills, problem-solving skills, following directions and sequence management. As for ADHD, the games Kinems has available to deal with it are (Retalis et al., 2014):

- *Unboxit*: Here the player has to match the pairs of hidden objects inside the boxes by opening one object after another. Therefore, the game is ideal for practicing memory, concentration and attention and, by extension, for dealing with ADHD.
- *Melody Tree*: Is a memory and matching game of pairs with sound objects in the “melody tree”. Therefore, this game exercises auditory memory and requires the player to concentrate and pay attention in order to complete it.
- *Walks*: Is a motor planning and visual motor coordination game, which requires the player to concentrate, observe the movement of unexpected objects and then plan their own. In this way, it forces him to limit his impulsiveness and wait for the right moment to pass (Kavagha, 2016).

3. Conclusion

The use of new technologies can act as a tool for facilitation and free access to the learning process for children and adolescents with ADHD, without discrimination and barriers due to diversity. Basic IT knowledge gives the opportunity of new paths to special educators and students to discover modern ways of learning, with the aim of active participation and meeting special needs, but also to find therapeutic interventions and strategies to support children with ADHD. Clearly, technology and innovations are not the only solution to educational problems, but they can contribute to facilitating the daily learning of people with ADHD, always combined with appropriate training, support and guidance. But this requires organized efforts at the state level and a change in educational philosophy and policy, combined with appropriate resources and the provision of necessary equipment.

THERAPEUTIC INTERVENTIONS AND SUPPORT STRATEGIES FOR CHILDREN WITH ADHD - NEW TECHNOLOGIES AND ADHD

Distance education could perhaps bring more positive results in the integration of students in school everyday life, because in the online classroom, the teacher is given the opportunity to provide personalized distance teaching, to provide educational support adapted to the particular needs of each student with the correct utilization tools/platforms and digital environments. It is therefore understood that in order to realize the above, continuous effort and necessary training of teachers is required, both in new technologies and in matters of students with ADHD.

In conclusion, therefore, interventions and teaching in a digital environment seem to increase the productivity of children with ADHD during the intervention, as well as reduce their distraction, and in some cases stimulate and strengthen the children's memory. However, few studies have examined the quality and usability of such intervention software to enhance memory and attention in children with ADHD. Therefore, a study is deemed necessary regarding the construction of a software application for children with ADHD, which will aim to strengthen the attention and memory of these children, and which will be evaluated by teachers in terms of its quality and ease of use.

References

- Bjerrum, M.B., Pedersen, P.U., & Larsen, P. (2017). Living with symptoms of attention deficit hyperactive disorder in adulthood: a systematic review of qualitative evidence. *JBI Database System Rev Implement Rep.*, 15(4): 1080-1153. Retrieved on 4/3/2024 from: https://www.researchgate.net/publication/316055597_Living_with_symptoms_of_attention_deficit_hyperactivity_disorder_in_adulthood_a_systematic_review_of_qualitative_evidence
- Carey, D., & Sale, P. (1997). Technology Use Benefits for Learners with Attention Deficits. In J. Willis, J. Price, S. McNeil, B. Robin & D. Willis (Eds.), *Proceedings of SITE 1997--Society for Information Technology & Teacher Education International Conference* (pp. 1037-1041). Waynesville, NC USA: Association for the Advancement of Computing in Education (AACE).
- Centers for Disease Control and Prevention - CDCP (2016). Treatment Attention Deficit/Hyperactivity Disorders in Children Under Age Six Years: A Research Anthology.

Katsakou, Alkisti

Public health law. Retrieved on 4/3/2024 from: <https://www.cdc.gov/phlp/docs/anthology-adhd.pdf>

De la Guía, E., Lozano, M. D., & Penichet, V. M. (2015). Educational games based on distributed and tangible user interfaces to stimulate cognitive abilities in children with ADHD. *British Journal of Educational Technology*, 46(3), 664-678.

Donnelly, G.L. (2006). Treating Patients with ADHD and Coexisting Conditions. *Behavioral Healthcare Executive*. Retrieved on 4/3/2024 from: <https://www.psychcongress.com/article/treating-patients-adhd-and-coexisting-conditions-pdf>

Ford, M.J., Poe, V., & Cox, J. (1993). Attending behaviors of ADHD children in math and reading using various types of software. *Journal of Computing in Childhood Education*, 4(2), 183–196.

Goldman, L.S., Genel, M., Bezamn, R.J., & Slanetz, P. (1998). Diagnosis and Treatment of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder in Children and Adolescents. *JAMA The Journal of the American Medical Association*, 279(14), 1100-1107. Retrieved on 4/3/2024 from: https://www.researchgate.net/publication/236280459_Diagnosis_and_Treatment_of_Attention-DeficitHyperactivity_Disorder_in_Children_and_Adolescents

Grossman, L. (2017). Brief Interventions: Attention Deficit Hyperactivity Disorder. *Emotional health Committee Maryland Chapter American Academy of Pediatrics*. Retrieved on 4/3/2024 from: https://www.mdaap.org/pdf/Bi_Ped_Brief_Interv_ADHD.pdf

Hasselbring, T.S., & Williams-Glaser, C.H. (2000). Use of computer technology to help students with special needs. *The Future of Children*, 10(2), 102–122.

Hoseini, B.L., Ajilian, M., Moghaddam, H.T., & Khademi, G. (2014). Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) in Children: A Short Review and Literature. *International Journal of Pediatrics*, 2(4:3), 443-450. Retrieved on 4/3/2024 from: https://ijp.mums.ac.ir/article_3749.html

Kavga, G. (2016). *Εκπαιδευτικό ηλεκτρονικό παιχνίδι για παιδιά με ΔΕΠΥ [Educational electronic game for children with ADHD]*. University of Piraeus, Master's thesis.

Kleiman, G.M., Humphrey, M.M., & Lindsay, P.H. (1981). Microcomputers and Hyperactive Children. *Creative Computing*, Is. 1: 93-94.

THERAPEUTIC INTERVENTIONS AND SUPPORT STRATEGIES FOR CHILDREN WITH ADHD - NEW TECHNOLOGIES AND ADHD

Kourkoutas, H. (2019). ΔΕΠΥ και προβλήματα συμπεριφοράς [ADHD and behavioral problems]. In: A. Zisis & M. Savvakis (Eds.). *Disability and Society: Contemporary Theoretical Challenges and Research Perspectives* (pp. 45-74). Thessaloniki: Giolla.

Liu, G., Wu, N., & Chen, Y. (2013). Identifying emerging trends for implementing learning technology in special education: A state-of-the-art review of selected articles published in 2008–2012. *Research in Developmental Disabilities*, 34, 3618-3628. Retrieved on 4/3/2024 from:

https://www.academia.edu/4622275/Identifying_emerging_trends_for_implementing_learning_technology_in_special_education_A_state_of_the_art_review_of_selected_articles_published_in_2008_2012

Mautone, J.A., DuPaul, G.J., & Jitendra, A.K. (2005). The effects of computer-assisted instruction on the mathematics performance and classroom behavior of children with ADHD. *J Atten Disorder*, 9(1): 301-312.

Mikropoulos, T.A. (2006). *Ο υπολογιστής ως γνωστικό εργαλείο [The computer as a cognitive tool]*. Athens: Greek Letters.

Moen, O.L. (2014). *Everyday life in families with a child with ADHD and public health nurses' conceptions of their role*. Karlstadt University Studies, Dissertation.

Moyá, J., Stringaris, A.K., Asherson, P., Sandberg, S., & Taylor, E. (2014). The impact of persisting hyperactivity on social relationships: a community-based, controlled 20-year follow-up study. *Journal of Attention Disorders*, 18(1), 52-60. Retrieved on 4/3/2024 from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3867339/>

Ohan, J., Cormier, N., Hepp, S.L., Visser, T. (2008). Does Knowledge About Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder Impact Teachers' Reported Behaviors and Perceptions? *School Psychology Quarterly*, v23(3): 436-449.

Ota, K.R., & DuPaul, G.J. (2002). Task engagement and mathematics performance in children with attention-deficit hyperactivity disorder: Effects of supplemental computer instruction. *School Psychology Quarterly*, 17(3): 242–257.

Pehlivanidis, A., Spyropoulou, A., Galanopoulos, A., Papachristou, H.A., & Papadimitriou, G.N. (2012). Διαταραχή ελλειμματικής προσοχής υπερκινητικότητας (ΔΕΠΥ) στους ενήλικες:

Katsakou, Alkisti

Κλινική αναγνώριση, διάγνωση και θεραπευτικές παρεμβάσεις [Attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) in adults: Clinical recognition, diagnosis and therapeutic interventions]. *Archives of Greek Medicine*, 29(2), 562-576. Retrieved on 4/3/2024 from: <https://www.mednet.gr/archives/2012-5/pdf/562.pdf>

Plitzka, S. (2007). Practice Parameter for the Assessment and Treatment of Children and Adolescents with Attention-Deficit/ Hyperactivity Disorder. *J. Am. Acad. Child & Adolescent Psychiatry*, 46:7. Retrieved on 4/3/2024 from: [https://www.jaacap.org/article/S0890-8567\(09\)62182-1/pdf](https://www.jaacap.org/article/S0890-8567(09)62182-1/pdf)

Pritchard, A. (2009). *Ways of learning: Learning theories and learning styles in the classroom* (2nd ed.). London: David Fulton Publishers.

Raptis, A., & Rapti, A. (2001). *Μάθηση και διδασκαλία στην εποχή της πληροφορίας [Learning and teaching in the information age]*. Athens: Athena Publications.

Retalis, S., Korpa, T., Skaloumpakas, C., Boloudakis, M., Kourakli, M., Altanis, I., ... & Pervanidou, P. (2014). Empowering children with ADHD learning disabilities with the Kinems Kinect learning games. In *European Conference on Games Based Learning* (Vol. 2, p. 469). Academic Conferences International Limited. Retrieved on 4/3/2024 from: https://www.researchgate.net/publication/286754952_Empowering_children_with_ADHD_learning_disabilities_with_the_Kinems_Kinect_learning_games

Santos, W.M., & Albuquerque, A.R. (2019). School interventions for ADHD: A literature review (2000-2018). *Psychologies: Teoria e Prática*, 21(3), 205-227. Retrieved on 4/3/2024 from: <https://www.semanticscholar.org/paper/School-interventions-for-ADHD%3A-A-literature-review-Santos-Albuquerque/157d80e80445f1fe342376a9a8015ae97e28a6ed>

Shaw, R., & Lewis, V. (2005). The impact of computer-mediated and traditional academic task presentation on the performance and behavior of children with ADHD. *Journal of Research in Special Educational Needs*, 5(2), 47–54.

Solomonidou, X. (2001). *Σύγχρονη Εκπαιδευτική Τεχνολογία-Υπολογιστές και Μάθηση στην Κοινωνία της Γνώσης [Modern Educational Technology-Computers and Learning in the Knowledge Society]*. Thessaloniki: Kodikas Publications.

THERAPEUTIC INTERVENTIONS AND SUPPORT STRATEGIES FOR CHILDREN WITH ADHD - NEW TECHNOLOGIES AND ADHD

Stasinou, D. (2013). *Η ειδική εκπαίδευση 2020 plus [The special education 2020 plus]*. Athens: Papazisi Publications.

Sternberg, D. A., Ballard, K., Hardy, J. L., Katz, B., Doraiswamy, P. M., & Scanlon, M. (2013). The largest human cognitive performance dataset reveals insights into the effects of lifestyle factors and aging. *Frontiers in human neuroscience*, 7, 292. Retrieved on 4/3/2024 from: https://www.researchgate.net/publication/242017887_The_largest_human_cognitive_performance_dataset_reveals_insights_into_the_effects_of_lifestyle_factors_and_aging

Vygotsky, L.S. (2000). *Thought and Language*. Cambridge, MA: MIT Press.

WHO (2004). ICD-10. *International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems*. 10th Rev., Vol. 2, 2nd d. Geneva. Retrieved on 4/3/2024 from: https://icd.who.int/browse10/Content/statichtml/ICD10Volume2_en_2010.pdf



Theoretical article

Локус на контрол и психично благополучие в различни културни контексти

Locus of control and mental well-being in different cultural contexts

Asya Kovacheva

*Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

Email: asya.today@gmail.com

Резюме

Целта на статията е да представи връзката на локуса на контрола и психичното благополучие и как културните фактори влияят върху индивидуалните убеждения, поведение и благополучие. Нацията, в която човек израства; образованието, което получава; възпитанието в семейството и културата, в която е внедрен, оформят локуса на контрола на личността. Всички тези фактори формират сходни ценности в обществото, а те - определени нагласи за локус на контрола. Спрямо това човек може добре да се интегрира или не в дадено общество, а това да повлияе на психическото му благополучие. В статията са разгледани редица изследвания върху локуса на контрола и психичното благополучие, както поотделно, така и заедно. Като извод може да се обобщи, че отчитането на културните особености би помогнало за по-пълно разбиране на локуса на контрол и психичното благополучие.

Ключови думи: локус на контрол, психично благополучие, щастие, благоденствие, автентичност

Abstract

The purpose of the paper is to present the relationship of the locus of control and psychological well-being and how cultural factors influence individual beliefs, behavior, and well-being. The nation in which one grows up; the education they receive; family upbringing and the culture in which they are embedded shape a person's locus of control. All these factors form similar values in society, and they form certain attitudes towards the locus of control. In this regard, a person can either integrate well or not integrate in a given society, and this can affect their mental well-being. The paper reviews a range of research on the locus of control and mental well-being. To conclude, it can be summarized that the consideration of cultural characteristics would help to understand the locus of control and mental well-being more fully.

Keywords: locus of control, mental well-being, happiness, well-being, authenticity

Изследването на психичното благополучие започва в началото на 20-ти век от социолози, а след време преминава и към интереса на психолозите. Поради по-добрите условия на живот и прескачане на прага на оцеляване, започват изследвания до колко

хората живеят добре. За „добър живот“ се говори във философията и преди това. Голямо откритие прави психологът Норман Брадбърн през 1969 година, когато установява, че удоволствието не е пряко свързано с изпитване на нещо неприятно, т.е. ако човек не изпитва болка или негативни чувства, то това не означава, че той изпитва удоволствие и щастие (Bradburn 1969). Така се стига до търсения в областта на позитивната психология.

Учените, които изследват психичното благополучие, предполагат, че есенциалната подправка на добрия живот е, че човек сам харесва живота си. Психичното благополучие се определя от познавателни и емоционални оценки на собствения живот. Тези оценки включват емоционални реакции на събития, както и когнитивни преценки на задоволство и удовлетворение. Така психичното благополучие е широко понятие, включващо изпитване на приятни емоции, ниско ниво на негативно настроение и високо ниво на удовлетворение. Положителните преживявания, въплътени във високо психическо благополучие, са основната идея в положителната психология, защото те правят живота удовлетворяващ (Diener et al. 2005).

След десетки години изследвания професор Михай Чиксентмихай оформя теорията на „поток“. Той разбира, че повечето пари не носят увеличаване на щастие, въпреки че липсата им дава нещастие. Чрез проучване психологът открива, че щастие и смисъл на живот човек намира, когато попадне в особено състояние на ума, което изисква пълен фокус и поглъщане, времето спира и нищо друго освен заниманието не съществува. В такъв поток, човек е спокоен, но и в екстаз, кипи от умствени и физически сили, но не е гладен или уморен, силно мотивиран и целенасочен е и е самодостатъчен и напълно щастлив, потопен с цялото си същество върху заниманието си (Csikszentmihalyi, 2014). Той уточнява, че са необходими 2 компонента, за да се случи потока – интересна цел и умение или знания, за да има капацитет да осъществи така желаната цел.

Теория за автентичното щастие предлага и бащата на позитивната психология Мартин Селигман. Той въвежда и „формула на щастието“, като начертава и 3 пътя за щастие: 1. Приятен живот (удоволствия). 2. Добър живот (удовлетворение и абсорбиране в заниманията) и 3. Смислен живот (осмислено съществуване в полза и на нещо извън нас) (Seligman, 2017).

В официалния уебсайт на Британското здравеопазване, например, са дадени съвети за психично благополучие, наречени „5 стъпки за психично благоденствие“:

1. Свързвайте се с други хора (поддържане на приятелства, споделяне);
2. Бъдете физически активни;
3. Учете нови неща (придобиване на нови умения);
4. Давайте на другите (благотворителност и доброта);
5. Обръщайте внимание на настоящия момент (майндфулнес). (NHS, 2022)

Американският психолог Барбара Фредриксън разработва теорията за "разширяване и изграждане" (broaden-and-build theory) на положителните емоции през 1998 г. Позитивните емоции "моментен репертоар от мисли и действия" разширяват

LOCUS OF CONTROL AND MENTAL WELL-BEING IN DIFFERENT CULTURES

вниманието, с което стимулират креативността и развитието, подобряват физическото и психическото здраве, социалните взаимоотношения и интелектуалното развитие. Позитивното мислене и положителните емоции изграждат здрави навици, умения и поведение, които се трепат като ресурси и помагат на човек да се справя със стреса и предизвикателствата в живота (Fredrickson, 2001).

Позитивните емоции отварят сърцата и умовете, увеличавайки личните граници на човек, като така променят заобикалящата среда. Светът става по-голям, защото перспективата се променя и разширява. Това създава свързаност между хората, а това би помогнало в разрешаването на междуличностни и социални проблеми (Fredrickson, 2011).

Концепцията за „локализация на контрола на волевите усилия“ е разработена от Джулиан Ротър през 1954 г. Той изследва убежденията на личността за склонност към вътрешна или външна причина за случващото се. Нагласите за причината като вътрешна или външна на успехите и неуспехите, показва насочеността на личността към един от двата локуса на контрол (Rotter, 1990). Ясното описание на този конструкт е значимо за изследването и разбирането на поведението на индивида, поради което научната статия на Ротър получава Distinguished Scientific Contributions award през август 1988 и е публикувана като особено значима в научното списание *American Psychologist* през април 1990 г.

Локус идва от латински и означава „място“, „местоположение“, в математиката - „геометрично място“, „траектория“. В психологията локусът на контрол е степента на контрола върху съдбата. Той изразява нагласата на личността за собственото си развитие. От там следват и усилията, които влага, както и целите и постиженията, които може или не може да постигне. Отговорността към успеха или неуспеха може да бъде приета като собствена лична (интерналност) или независеща от индивида (екстерналност), в резултат от външни фактори. Всичко това влияе на поведението, както и на мотивацията.

Социалният психолог и философ Ерих Фром изследва поведението на масата и описва защо дикатурите успяват. Отговорността не е за всеки, по-лесно е да се остави на друг и така индивидът да се съобразява с авторитетите или напълно да се подчини на налагащата стриктни правила власт (From, E. 1992). Фром разглежда как ниско самочувствие и страх от неизвестността могат да подтикнат индивидите към търсене на "защитаваща ръка" на авторитетна фигура, дори ако това означава загуба на свободата. Освобождаване от това "бягство от свободата" може да има чрез осъзната лична отговорност и задължения към света, който заобикаля човека.

Важен принос към разбирането на влиянието на локуса за контрол върху субективното благополучие и как тези връзки могат да се променят в различни културни контексти и през различните етапи на живота е публикуваната през 2000 година статия от Алойс Гроб. В нея той изследва връзката между локуса на контрол и субективното благополучие в различни нации и през различните етапи на живота (Grob, 2000).

Тя е част от сборник "Culture and Subjective Well-Being", където авторите анализират как културните ценности, убежденията, нормите и обичаите могат да влияят върху начина, по който хората изпитват и оценяват своето благополучие. Книгата представя международна перспектива, като включва статии от изследователи от различни държави и култури.

В изследване, базирано на изчерпателни данни от социологически проучвания от 146 държави за последните четири години, с цел да се проучи кои са най-щастливите хора в света, се вижда ясно, че нациите се различават по усещане за психично благополучие. Първите три страни, където хората са най-щастливи, са Финландия, Дания, Исландия. България е на 77 място (CEOWorld, 2024). Финландия, освен с най-щастливите хора, е и страната с най-продуктивното население в света. Би било интересно да се разбере връзката между тези данни и локуса на контрола.

Локусът на контрола може да бъде разгледан като социално-психично-културно явление чрез изследвания на различни нации. В книгата „Компас на ценностите. Житейските уроци на 101 страни“ авторката Мадийп Рай (Ray, 2020) описва българите с думата „здраве“, споделяйки как се е чувствала в България, където всеки освен, че пожелава здраве на другите, говори предимно за болести, лекарства, лечения и здраве. Книгата описва ценностите на 101 страни, като всички те са разделени на 5 категории: Ценности на промяната (Дания „Равенство“, класирана е 2-ра по щастие; ДР Конго „Потенциал“, класирана 133-а по щастие); Ценности на приемственост (Швейцария „Прецизност“, класирана е 8-а в класацията по щастие; Беларус „Стабилност“, класирана – 144-а по щастие); Ценности на отношенията (Нидерландия „Прямота“, класирана е 5-а по щастие; Йордания „Услужливост“, класирана е 123-а по щастие); Колективни ценности (Нова Зеландия „Грижа за околната среда“, класирана е 10-а по щастие; Танзания „Единство“, класирана е 129-а по щастие) и Основни ценности (България „Здраве“, класирана е 77-а по щастие; победителят в класацията по щастие е тук - Финландия „Тишина“ и най-ниско в тази категория по щастие е Индия „Вяра“, класирана 126-а). Авторката обръща внимание как светът, в който човек живее и работи, оформя ценностите му, а от там и поведението му. В 5-те категории, които тя е оформила, са посочени тези с най-високите и с най-ниските резултати от изследването на страните по щастие. България, която е по средата, е включена допълнително.

Локусът на контрол в българската култура и в българската разговорна реч определя основни ценности и специфични практики не само като „Балкански манталитет“, но и като български модел, ориентирани към съдбата или външния локус на контрол, а именно позоваване на късмета, постоянно пожелаване на здраве и често оплакване, което остава усещане за обреченост (Petkova, 2020). „Оплакването е ясен знак за това, че личността не успява „да вземе в ръце собствения си живот“. Колкото повече се оплаква един индивид, толкова повече на подсъзнателно ниво, той бяга от отговорност и поставя точката на контрол извън себе си.“ (Petkova, 2020).

В психологическо проучване върху 215 студенти от СУ „Св. Климент Охридски“ през 2012 година се доказва, че академичният локус на контрол е свързан с усилията на студентите и „доминира вътрешният локус на контрола, което означава, че студентите

разчитат преди всичко на собствените си интелектуални способности, вложени усилия и самостоятелната подготовка за успешното решаване на възникналите трудности“ (Yankulova, 2013).

Разгледан като два отделни конструкта, а именно вътрешен локус на контрол и външен локус на контрол, те влияят по различен начин на психическото благополучие. В изследване на американски студенти се отделят двата конструкта, чрез изследването им поотделно върху стрес, самочувствие и депресия. Изследването показва, че външният локус на контрол има връзка със стреса, депресията и самочувствието, а вътрешният локус на контрол само донякъде (Griffin, 2014). Изследването продължава хипотезата, че локус на контрол съдържа два фактора, а не един (Parkes, 1985). Дали не високият вътрешен контрол, а ниският външен локус на контрол не дава доброто психическо благополучие (Griffin, 2014).

Мортън Розенберг изследва връзката между обществото и самооценката на юношите и как именно обществото чрез социалните роли, нормите и очакванията, влияе върху формирането на самооценката, идентичността и психическото благополучие на младите хора (Rosenberg, 1965).

Връзката между реактивността и локуса на контрола и приносът им за субективното благополучие е разгледна от Томаш Клонович. Реактивността се отнася до индивидуалната склонност да реагира със стрес и негативни емоции на различни ситуации, докато локусът на контрола се отнася до убеждението на човека, че той има контрол върху събитията в живота си. Той прави заключение, че високият вътрешен локус на контрол има позитивен ефект върху благополучието (Klonowicz, 2001).

Заключение

Вътрешният локус на контрол е свързан с индивидуализма и силата на характера, целенасочените действия с ясни изисквания към себе си и очаквани реални резултати. Вярата в себе си и развиване постоянно на собствения потенциал, като успехът и личностният растеж е мотивационната сила. Такива индивиди са и по-неподатливи на зависимости и влияния, както от други хора, така и от обстоятелства. Те имат вътрешната сила да се справят с проблеми. Знаят как да преодолеят стреса и да запазват психическото си здраве. Те са и по-отговорни за здравето си и адаптивни към различни ситуации. Усещането, че животът е в собствените им ръце, дава постоянна сила за развитие и психическо благоденствие. Докато външният локус на контрол е подчиняване на обстоятелствата и оправдаването за всичко случващо се в живота с външни фактори.

Разбирането на локуса на контрола и връзката му с психичното благополучие е съществено за разбирането на човешките емоции, мисли и поведение и е важно да продължи да се проучва, за да се избегнат последиците от стреса и да се развие по-висока емоционална интелигентност.

Проучването на връзката между локуса на контрола и психичното благополучие в различни културни контексти е важно за създаването на по-ефективни програми за

подпомагане и поддържане на доброто ментално здраве на хората в различни общества.

References

Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Aldine.

Csikszentmihalyi M. (2002). *Flow: The Psychology of Happiness*. Rider.

Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2005). Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction. In C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (2nd ed., pp. 63–73). Oxford University Press.

Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218–226.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>

Fredrickson B. (2011). *Positive Emotions Open Our Mind*. 21 June 2011
<https://youtu.be/Z7dFDHzV36g?si=utLAbgnCoo4heUzt>

Griffin, D. P. (2014). *Locus of Control and Psychological Well-Being: Separating the Measurement of Internal and External Constructs - A Pilot Study*. ECU Libraries Research Award for Undergraduates. 2. <http://encompass.eku.edu/ugra/2014/2014/2>

Grob, A. (2000). Perceived control and subjective well-being across nations and across the life span. In E. Diener, & E.M. Suh (Eds.), *Culture and Subjective Well-Being*, MIT Press, 319-339.

Klonowicz, T. (2001). Discontented people: reactivity and locus of control as determinants of subjective well-being. *European Journal of Personality*, 15, 29-47.

Parkes, K.R. (1985). Dimensionality of rotter's locus of control scale: an application of the 'very simple structure' technique. *Personality and Individual Differences*, 6(1), 115-119.

Rotter, J. B. (1990). Internal versus external control of reinforcement: an ease history of a variable. *American psychologist*, 45.

Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton University Press.

Seligman, M. E. P. (2017). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realise your Potential for Lasting Fulfilment*. Nicholas Brealey Publishing

CEOWorld (2024). *Revealed: Happiest countries in the world for 2024*
<https://ceoworld.biz/2024/01/05/revealed-happiest-countries-in-the-world-for-2024/>

NHS (2022). 5 steps to mental wellbeing <https://www.nhs.uk/mental-health/self-help/guides-tools-and-activities/five-steps-to-mental-wellbeing/>

Petkova, D. (2020). Lokusat na control v balgarskata kultura I komunikatsionniyat mu izraz v razgovornata rech. [The locus of control in Bulgarian culture and its communicative expression in colloquial speech] *Medii I ezik. Elektronno spisanie za nauchni izsledvani[po medien ezik]*, 9.

LOCUS OF CONTROL AND MENTAL WELL-BEING IN DIFFERENT CULTURES

Ray, M. (2020). *Kompas na tsennostite. Zhitejski urotsi na 101 strani*. [Compass of Values. Life Lessons from 101 Countries]. Hermes.

From, E. (1992). *Byagstvo ot svoboda*. [Escape from freedom]. Hristo Botev.

Yankulova, Y. (2013). Psikhologicheski izmereniya na lokusa na kontrola na studentite v akademichnata sreda. [Psychological dimensions of students' locus of control in the academic environment]. *Pedagogicheski novosti. Teoriya I opit*, 2013.



Theoretical article

Емоционална интелигентност, стрес и адаптация в чужда култура

Emotional intelligence, stress and adaptation in a foreign culture

Asya Kovacheva

***Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.**

Email: asya.today@gmail.com

Резюме

Целта на статията е да представи връзка между емоционалната интелигентност и стреса и влиянието на културните фактори върху развитието на нови потребности за увеличаване на ЕИ за справяне с нови стресори. Влияе ли на по-лесната адаптация в новата културна среда емоционалната интелигентност? Може ли по-високата емоционална интелигентност да намали нивото на стреса при емиграция? В статията са разгледани редица проучвания за емоционалната интелигентност, за стреса, за връзката между тях и за важността им при различни културни взаимодействия. Като извод може да се обобщи необходимостта от подпомагане на емоционалната интелигентност и управлението на стреса при адаптацията в чужда култура.

Ключови думи: емоционална интелигентност, емоции, стрес, акултурация

Abstract

The purpose of the paper is to present a relationship between emotional intelligence (EI) and stress, as well as the influence of cultural factors on the development of new needs to increase EI to cope with new stressors. Does emotional intelligence affect adaptation in a new cultural environment? Can higher emotional intelligence reduce the level of stress during immigration? The article reviews several studies on emotional intelligence, stress, the relationship between them, and their importance in different cultural interactions. To conclude, it summarizes the need to support emotional intelligence and stress management during adaptation to a foreign culture.

Keywords: emotional intelligence, emotions, stress, acculturation

Психологията разглежда емиграцията в две широки области – акултурация и междугрупови взаимоотношения. Акултурацията като определение идва от антропологията и е разглеждана като „процес, който включва контакт между две културни групи в резултат на което произлизат редица културни промени и в двете групи” (Redfield et al., 1936). Разглеждането на тези промени на индивидуално ниво ражда термина „психологическа акултурация“ (Graves, 1967). Акултурацията е основен

фокус в кроскултурната психология. Стресът и психологическото благополучие зависят от начина по който човек, попаднал в нова културна среда, се справя с различията. Бери създава модел, който включва четири типа акултурация: асимиляция, интеграция, разделение и маргинализация (Berry, 2001). При асимиляцията човек приема културата на домакинската общност и отхвърля своята собствена. Интеграция има, когато човек запазва своята култура, но също така приема и част от културата на домакинската общност. Разделение е, ако човек запазва своята култура и се държи далеч от културата на домакинската общност. Маргинализация се получава, когато човек губи връзка със своята култура и не успява да се адаптира към културата на домакинската общност. Това се случва в три етапа – контакт, конфликт и адаптация.

Стресът има психологически и философски аспекти, като освен от психологията и философията, се разглежда и от социалните науки. Влиянието на културата и общността върху личността имат връзка със стреса. За справянето му играят роля социалната подкрепа, вярванията и ценностите на обществото, различните културни норми (Hobfoll, 1998).

4 вида стрес определя Албрехт: 1. Стрес, свързан с времето; 2. Стрес, свързан с бъдещето; 3. Стрес, свързан със ситуациите; 4. Стрес, свързан с друг човек (Albrecht 1986). Стрес се получава и при промяна на мястото, в което човек живее, защото ситуациите и хората се променят внезапно.

Моделът на ендокринолога Селие е значим за разбирането и работата със стреса - определя вредния стрес като дистрес, който разделя на 3 фази – тревога, адаптация, изтощение (Selye, 1974). Селие открива, че стресиращият фактор, ако не се спре и неутрализира, минава през различни фази: Тревогата или уплахата (Alarm stage) е първоначалната реакция на организма на стресора и се характеризира с увеличената активност на симпатиковата нервна система и отделянето на хормони като адреналин и кортизол. Съпротивата или адаптацията (Resistance stage) се случва, ако стресорът продължи, а организмът се опитва да се адаптира към него. Това е продължителната мобилизация на ресурсите на тялото за борба със стресора. Изтощението или изчерпването (Exhaustion stage) идва, когато стресът продължи твърде дълго или е твърде интензивен, при което ресурсите на организма се изчерпват, а това може да доведе до появата на различни здравословни проблеми и трайни изменения върху психиката (Selye, 1976).

Влияейки на стресорите и дистреса, човек започва да се чувства физически, психически, емоционално, социално и душевно здрав. Трите фази на Селие се определят от потенциални стресори, които може да идват от мисли, емоции, психологически травми, физиологични причини, включително патогенни микроорганизми, спортни травми, настинки, както и невидими фактори – електромагнитни аномални влияния и т.н. Всичко е потенциален стресор. Според Салие „само мъртвите нямат стрес“. И стресът се получава най-вече от това човек да се опитва да е друг, но не и това, което е всъщност (Selye ,1976). „Кой съм аз?“ е основен философски въпрос от хилядолетия.

EMOTIONAL INTELLIGENCE, STRESS AND ADAPTATION IN A FOREIGN CULTURE

В тази насока е и работата на унгарския психолог д-р Габор Мате, който изучава стреса и как веднъж станал хроничен води до хронични заболявания. Той обяснява връзката на здравето с теломерите. Мате свързва ума с тялото в неразривна връзка, обяснявайки физическите заболявания чрез потиснати емоции и поведение. Човекът е био-психо-социо-духовна същност. Духовното, казва той, е това над егото ни. А егото в момента властва в обществата ни. Според Мате още от деца се налага или да бъдем привързани към другите, изпълнявайки техните очаквания, или да изберем автентичността, следвайки нашите чувства и нужди. Оригиналноста или това да бъдем себе си, води до здраве. Според Мате около човек ще останат само истинските му приятели, когато е автентичен, поздравявайки го, че е самият себе си (Mate, 2021).

Автентичността е изразяване на собствените убеждения, емоции и ценности и е свързана с нивото на осъзнатост и емоционалната интелигентност. Изследване, публикувано в *The Journal of Humanistic Psychology* (JHP), разкрива, че автентичността и високата ЕИ са взаимосвързани (Tohme & Joseph, 2020).

Според Маконигъл (McGonigal, 2013) промяната в начина, по който мислим за стреса, може да има положително въздействие върху нас. Променяйки нагласата си към стресовата реакция, се променя и реакцията на нашето тяло. Тя базира заключението си след 8-годишно изследване върху 30 хиляди американци и разбира, че вярата и осъзнаването на стреса като позитивен, преобразуват поведението на тялото, което изгражда по-добра физическа устойчивост.

Справянето със стреса подпомага изграждането на стабилност, укрепва мотивацията, развива личностни качества, приучава на дисциплина, може да научи човек на нови умения за поддържане на емоционален баланс като медитация или майндфулнес. Справянето със стреса прави човек по-силен психически и това дава удовлетворение, което води до щастие. Така стресът може да бъде част от позитивната психология. Разумното справяне със стреса в ежедневието може да развие емоционалната интелигентност, да измести фокуса на контрол към вътрешен и да доведе до психическо благополучие (McGonigal, 2013).

Торндайк пръв отъждествява термина "емоционална интелигентност", имайки предвид способността човек да се държи мъдро при човешки взаимоотношения, което обаче е социална интелигентност (Thorndike, 1920).

Салови и Майер (1990) налагат понятието ЕИ, Голман (1996) допринася за придобиване на популярност на конструкта ЕИ, когато представя книгата си „Емоционална интелигентност. Защо може да е по-важна от коефициента на интелигентност“.

Концепцията на ЕИ е формулирана за първи път като „способността да се наблюдават собствените и чуждите чувства и емоции, да се различават и да се използва информацията за ръководене на собственото мислене и действия“ (Salovey & Mayer 1990).

През 2008 година Салови и Майер, заедно с Дейвид Карузо, представят нова версия на четирикомпонентна ЕИ, като уточняват някои неточности и заблуди, които е оставила след излизането си книгата на Голман. Четирикомпонентният модел на ЕИ „включва способности за (а) възприемане на емоциите на себе си и другите точно, (б) използване на емоциите за подпомагане на мисленето, (в) разбиране на емоциите, емоционалния език и сигналите, които идват от емоциите и (г) управление на емоциите, за да се постигне определена цел“ (Mayer, et al., 2008).

Голман твърди, че емоционалната интелигентност е не по-малко важна от умствения коефициент на интелигентност и за разлика от второто, първата интелигентност може да се развива и подобрява (Goleman, 2023).

Лимбичната система дава повече яснота за емоциите на човека. Амигдалата съхранява емоциите и тя реагира първа при гняв, страх и други емоции за оцеляване. Често тя ръководи човек с ниска ЕИ, а неокортексът, който отговаря за човешкия разум, остава неактивен. Емоциите, които се изпитват при вида на определен човек, идват от амигдалата. Но включването на неокортекса държи човек съдържан, независимо какви емоции изпитва. Той се свързва с емоционалната интелигентност. Ако амигдалата се включва често, се поддържа стрес, а това отслабва капацитета на мозъка, както и здравето на тялото намалява. Човек става разсеян, губи мотивация и фокус, сприхав е и реагира инстинктивно, а не разумно. Такъв човек е податлив на провокации и може да извърши всякакви дейности, завладян от някаква емоция. Това е пример за ниска ЕИ, където рационалността липсва. Препоръчително е осъзнаване, социализиране, подпомагане на други чрез милосърдие и грижа (Goleman, 2023). В книгата си Голман дава примери защо хората с висок ЕИ са по-успешни.

Той разглежда и социалната интелигентност, наричайки я „новата наука на човешките взаимоотношения“ (Goleman, 2006).

Емоционалната интелигентност играе важна роля в мотивацията на работното място и успехите в кариерата, а комуникационните умения са посредник на емоционалната интелигентност. Чрез приемливо поведение, емоционалната интелигентност позволява придобиването на межкултурни умения, които се развиват чрез междуличностна комуникация, а правилното управление на емоциите ще осигурява развитие на групата (Dambean, 2021).

"Нашите емоции са исторически оформени социокултурни конструкти повече отколкото са лично притежание" (Middleton 1989, p.187). Различните култури създават различни "емоционални стилове" и това определя културната перспектива като приемливо и неприемливо изразяване на емоции и така емоционалният живот на човека, дори един и същ, в различни страни може да се приеме по различен начин. Ако емоционалният свят на индивида не се припокрива с очаквания емоционален стил на дадена култура, то се поражда „емоционален дисонанс“ или сблъсък между реалните чувства (вътрешни) и необходимите чувства (външни).

EMOTIONAL INTELLIGENCE, STRESS AND ADAPTATION IN A FOREIGN CULTURE

„Емоционалната интелигентност, която е свързана със знанието за спецификите на всяка емоция, ни дава преимуществото да се ориентираме в това, какво ни мотивира и движи, особено в критични ситуации, в които преживяваме не една, а множество емоции. По-дълбокото осъзнаване на емоционалните ни преживявания, развиването на уменията ни да разбираме собствените си и чуждите емоции, да ги изразяваме по подходящ начин да ги управляваме успешно, увеличават възможностите ни да се справяме по-ефективно с възникващите проблеми и кризи, които съпътстват живота на всеки един от нас“ (Todorova & Angelova, 2023, стр. 183).

Заклучение

Стресът може да се получи от загуба на подкрепата на близки и приятели, промени в средата, изпитване на културен шок, променени социални взаимодействия, дори да предизвика чувство на изолираност, загуба на идентичност и всичко това да доведе не само до липса на мотивация и щастие, но и до тревожност, страх, депресия и липса на самочувствие. Тук емоционалната интелигентност може да бъде в помощ за успешната адаптация към новата среда.

Емоционалната интелигентност може да подпомогне адаптацията и успешната интеграция в нови културни среди чрез самосъзнание и саморегулация – разбиране и управление на собствените емоции при стресови ситуации; гъвкавост и адаптивност – открит поглед към новите възможности и приспособимост към новите условия; решителност и издръжливост – въпреки трудностите и различията, високата ЕИ помага на човек да продължи напред поради усвоената способност да се справя с предизвикателства; социална интелигентност и социални умения – с разбиране на емоциите у другите, човек с висок ЕИ може да се адаптира към културните норми и очаквания и да създаде здрави емоционални и социални връзки в новата културна среда.

Разширяването на изследванията, свързани с ролята на емоционалната интелигентност и влиянието ѝ при стрес, следствие на нови обстоятелства, породени от смяна на културата, може да подпомогне разкриването на нови възможности за практическото ѝ приложение в различни обучения за справяне със стреса и поддържане на психическо благополучие.

References

- Albrecht, K. (1986). *Stress and the Manager*. Touchstone; Reissue edition.
- Berry, J. W. (2001). A psychology of immigration. *Journal of Social Issues*
https://www.researchgate.net/publication/227497472_A_Psychology_of_Immigration
- Cabanac, M. (2002). What is emotion? *Behavioral Processes*, 60, 69–83.
- Dambean, C.A. (2021). Emotional Intelligence and Communication in Human Resources Management to Avoid Occupational Stress. *Acta Marisiensis. Seria Technologica*, 18 (XXXV).
- Ekman, P. & Davidson, R. J. (1994). *The Nature of Emotion: Fundamental Questions*. Oxford University Press.

- Goleman, D. (2021). *Daniel Goleman The Father of Emotional Intelligence on Managing Emotions in the Workplace*. 1.11. 2021: <https://youtu.be/xVs4zho8srY?si=yuuMo-44RBjD-MD2>
- Goleman, D. (2023). *Emotional Intelligence* (Full Audiobook) SUPERBbooks 5.10.2023<https://youtu.be/EMg5l7ZHvug?si=ILsMEojkZdTq3iFx>
- Goleman, D. (2006). *Social Intelligence*. Hutchinson
- Hobfoll, S. E. (1998). Stress, culture, and community: The psychology and philosophy of stress. Plenum Press. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0115-6>
- Mayer, J. D., Salovey, P. and Caruso, D. (2008). Emotional Intelligence, New Ability or Eclectic Traits? *American Psychologist*, 63(6), 503– 517
- Mate, G. (2021). *When the Body Says No: The Cost of Hidden Stress*. Penguin Audio.
- Mate, G. (2019). *Dr. Gabor Maté on The Connection Between Stress and Disease*. <https://youtu.be/ajo3xkhTbfo?si=leOG21bzumKEOG9c>
- Mate, G. (2024). *It's Time to Think About This, Dr Gabor Mate on Authenticity and Loneliness* <https://youtu.be/xTCwA8lesXo?si=qmQZ0KCiL-HMxZzS>
- McGonigal, K. (2013). *Kelly McGonigal, How to make stress your friend*. https://www.ted.com/talks/kelly_mcgonigal_how_to_make_stress_your_friend?utm_campaign=tedspread&utm_medium=referral&utm_source=tedcomshare
- Middleton, D. R. (1989). Emotional Style: The Cultural Ordering of Emotions. *Ethos*, 17(2), 187–201. <http://www.jstor.org/stable/640321>
- Redfield, R., Linton, R., & Herskovits, M. (1936). Memorandum on the study of acculturation. *American anthropologist*, 38, 149-152
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185–211.
- Selye, H. (1976). *The Stress of Life*. McGraw-Hill Book Company.
- Selye, H. (1974). *Stress Without Distress*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Thorndike, E. L. (1920). Intelligence and its uses. *Harper's Magazine*, 140. 227-235.
- Tohme, O., & Joseph, S. (2020). Authenticity Is Correlated With Mindfulness and Emotional Intelligence. *Journal of Humanistic Psychology*, 0(0). <https://doi.org/10.1177/0022167820940926>
- Todorova, E., Angelova N. (2023). Emotsionalna inteligentnost I koping strategii v usloviyata na pandemiyata KOVID-19. [Emotional intelligence and stress coping strategies during the COVID-19 pandemic]. *Godishnik na Sofijski universitet "Sv. Kliment Ohridski"*, Filosofski fakultet. Psihologiya, 1 174-185. <https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=1194545>



Research article

РАЗЛИЧИЯ В ЕМОЦИОНАЛНАТА ИНТЕЛИГЕНТНОСТ, СТИЛОВЕТЕ НА УЧЕНЕ И СПОСОБНОСТТА ЗА ФОРМИРАНЕ НА СЛОЖНИ АНАЛОГИИ СПОРЕД ПОЛА И ВЪЗРАСТТА ПРИ УЧЕНИЦИ (14 -17 Г.)

DIFFERENCES IN EMOTIONAL INTELLIGENCE, LEARNING STYLES AND ABILITY TO FORM COMPLEX ANALOGIES BY GENDER AND AGE IN STUDENTS (14 -17 YEARS)

Anita Krancheva PhD student

*Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.
anitakrancheva@gmail.com

Резюме

Емоционалната интелигентност е важен фактор за възпитанието и образованието на децата и възможността сами да управляват своите чувства и емоции, като отделят внимание на чувствата и емоциите на другите. Тези умения могат да започнат да ги изучават на всяка възраст. Развиването на емоционалната интелигентност у учениците може да улесни работата на учителя, но и да даде необходимата предпоставка те да се развиват като ефективни, адаптивни личности.

Уменията за учене са важни, за представянето на учениците по всеки един предмет и за създаването на позитивна обучителна среда, но те също осигуряват на учениците средство за учене през целия живот, които помагат за успешното полагане на изпитите и решаването на възникналите задачи.

Чрез сложните аналогии учениците притежават абстрактно и логично мислене и придобиват способност да правят разлики между факти и мнения, оценки и заключения в процеса на възприемане на информация, да се прилагат познанията си.

В този контекст настоящата статия е посветена на половите и възрастовите различия в емоционалната интелигентност, стиловете на учене и способността за формиране на сложни аналогии. Данните за изследването са събрани с помощта на въпросници за изследване на емоционалната интелигентност и въпросници за установяване стила на учене според Хъни и Мъмфорд и по REID и с Методика „сложни аналогии. Целта е да се изследват различията в емоционалната интелигентност, стиловете на учене и способността за формиране на сложни аналогии при ученици според пола и възрастта им. Получените резултати показват, че се установяват значими полови различия в стиловете им на учене (тактилен и размишляващ), както и в емоционалната им интелигентност.

Ключови думи: емоционална интелигентност, стилове на учене, сложни аналогии

Summary

Emotional intelligence is an important factor in the upbringing and education of children and their ability to manage their own feelings and emotions by paying attention to the feelings and emotions of others. These skills can start learning them at any age. Developing emotional intelligence in students can not only make the teacher's job easier, but also provide the necessary prerequisite for them to develop as effective, adaptable individuals.

Study skills are important for students to perform in any subject and to create a positive learning environment, but they also provide students with a lifelong learning tool that helps them to pass exams and solve problems as they arise.

Krancheva, Anita

Through complex analogies, students possess abstract and logical thinking skills and acquire the ability to distinguish between facts and opinions, make judgments and inferences in the process of perceiving information, and apply their knowledge.

In this context, the present paper focuses on gender and age differences in emotional intelligence, learning styles, and the ability to form complex analogies. Data for the study were collected using Emotional Intelligence Research Questionnaires and Learning Style Identification Questionnaires according to Haney and Mumford and REID and with Complex Analogies Methodology. The aim was to investigate differences in emotional intelligence, learning styles and the ability to form complex analogies in students according to their gender and age. The results showed that significant gender differences were found in their learning styles (tactile and reflective) as well as in their emotional intelligence.

Keywords: *emotional intelligence, learning styles, complex analogies*

Въведение

Емоциите са важен фактор за регулацията на познавателните процеси. Способността на детето за владение на своите чувства се развива и усъвършенства от година на година. Емоционалната интелигентност е едно от условията, което определя непреднамереното внимание и запомняне. Емоционалната интелигентност като психичен конструкт е обект на изследване от 90-те години до днес. А психосоциологът Монсеф Гитуни разглежда емоционалната интелигентност като реално познание в контекста на човешката идентичност. Според него всички емоции са призиви за действие, еволюционно заложили в човека. В този контекст този тип интелигентност може да бъде разглеждана като стратегия за справяне.

Съвременният свят е свят на промяна, която като част от еволюционните процеси е неизбежна. В такива условия уменията за учене се формират у децата още преди раждането. Развитите умения за учене подобряват представянето на учениците по всеки един предмет и помагат за създаването на позитивна обучителна среда. Те осигуряват на учениците инструменти за учене през целия живот, които подпомагат за успешното полагане на всякакъв вид изпити и тестове. Тези умения са емпирично различни от общата интелигентност и могат да компенсират дефицит в общата грамотност или предварителни познания по дадена тема при решаване на проблеми.

Ученето е умствена дейност, чрез която човек разбира смисъла на това, което му се обяснява и запаметява нови асоциативни връзки. Но следва да се разбира, че учителят играе основна роля при формирането на уменията, необходими на учениците да се справят с предизвикателствата на живота. Той трябва да обучава в съвременната образователна система, прилагайки различни възпитателни методи и похвати. Чрез усвояването на способността за формиране на сложни аналогии учениците придобиват способност да правят разлики между факти и мнения, оценки и заключения в процеса на възприемане на информация, да се прилагат познания при решаването на нови и различни от обичайните проблеми.

През XXI век хората трябва да притежават развити умения за мислене, умения за учене, за да могат да решават проблемите в съвременния технологичен свят. Те трябва да знаят как да използват собствените знания и умения.

Методология

DIFFERENCES IN EMOTIONAL INTELLIGENCE, LEARNING STYLES AND ABILITY TO FORM COMPLEX ANALOGIES BY GENDER AND AGE IN STUDENTS (14 -17 YEARS)

Цел на изследването: Да се изследват различията в емоционалната интелигентност, стиловете на учене и способността за формиране на сложни аналогии според пола и възрастта на изследваните ученици.

Задачи:

- Да се опишат социодемографските характеристики на изследваните лица;
- Да се анализират различията в емоционалната интелигентност, стиловете на учене и способността за формиране на сложни аналогии според пола и възрастта на изследваните ученици.

Хипотеза: Допуска се, че ще се установят статистически значими полови и възрастови различия в емоционалната интелигентност, стиловете на учене и способността за формиране на сложни аналогии според пола и възрастта при ученици (14-17 г.).

Изследвани лица

Извадката съставлява 140 ученици от български училища на възраст 14 – 17 г. Данните за изследването са събрани с помощта на въпросници за изследване на емоционалната интелигентност (проф. Стоянова) и въпросници за установяване стила на учене според Хъни и Мъмфорд и по REID и с Методика „сложни аналогии“.

Изчислената стойност на Алфа на Кронбах при настоящата извадка за всяка една от скалите на двата въпросници е над .7, което потвърждава надеждността на приложените инструменти.

Използвани статистически методи

Получените данни са обработени в SPSS – версия 19, като са използвани следните методи /анализи: описателна статистика, честотен анализ и t-test за независими извадки.

Резултати

Следва процентно разпределение на изследваните лица според класа, който учат.

Таблица 1. Разпределение на изследваните лица според класа им

Клас	Честота	Процент	Кумулативен процент
8	44	31.4	31.4
9	42	30.0	61.4
10	54	38.6	100.0
Общ брой лица	140	100.0	

Видно от представеното разпределение 31.4% от изследваните лица са от 8 клас, 30% са ученици от 9 клас, 38.6% - 10 клас

Таблица 2. Разпределение на изследваните лица според пола

Пол	Честота	Процент	Кумулативен процент
Момиче	82	58.6	58.6
Момче	58	41.4	100.0
Общ брой лица	140	100.0	

Видно от таблица 2 по-голям е делът на изследваните момичета (58.6%), докато момчетата съставляват 41.4%.

Таблица 3. Описателни статистики на възрастта на изследваните лица

	М	SD	Асиметрия	Екссес	Минимална стойност	Максимална стойност
Възраст (години)	15.28	0.998	0.058	-0.979	13.00	17.00

Видно от таблица 3 представеното разпределение с данни приблизително съответства на гаусовото. Изследваните лица са на възраст между 13 – 17 год., средната възраст на изследваните лица е 15 год.

Таблица 4. Описателни статистики на резултатите на изследваните лица от психологичните въпросници (N= 140)

	М	SD	Асиметрия	Екссес	Минимална стойност	Максимална стойност
Активен стил	10.94	2.99	-0.032	-0.441	4.00	18.00
Размишляващ стил	13.32	3.28	-0.116	-0.706	6.00	20.00
Теоретизиращ стил	11.44	3.22	0.234	-0.516	5.00	19.00
Прагматичен стил	12.65	2.95	-0.133	-0.246	4.00	19.00
Споделяне на емоции и емпатия	22.42	4.02	-0.569	0.336	10.00	30.00
Мотивация за преодоляване на трудности и оптимизъм	31.55	4.40	-0.712	0.370	18.00	39.00
Разпознаване на невербалната експресия на емоциите у другите хора	17.35	3.15	0.102	0.309	8.00	25.00
Разпознаване на своите емоции и самоконтрол	14.97	2.55	-0.541	-0.204	9.00	20.00
Емоционална интелигентност (общ бал)	12.26	13.45	-0.573	0.194	84.00	152.00
Сложни аналогии	5.26	3.304	1.332	1.549	0	16

Видно от Таблица 4 представените разпределения с данни приблизително съответстват на гаусовото. Прави впечатление, че стойностите на асиметрия и екссес надвишават единица, но все пак са под две, както и извадката е с обем над 100 изследвани лица, което дава основание да се приложат параметрични методи за анализ на събраните данни.

DIFFERENCES IN EMOTIONAL INTELLIGENCE, LEARNING STYLES AND ABILITY TO FORM COMPLEX ANALOGIES BY GENDER AND AGE IN STUDENTS (14 -17 YEARS)

Следват резултати от t- test за две независими извадки.

Таблица 5. Различия в емоционалната интелигентност, стиловете на учене и способността за формиране на сложни аналогии според пола на изследваните лица

	Пол	N	M	SD	t	df	p
Активен стил	Момиче	82	11.32	2.689	1.771	138	.079
	Момче	58	10.41	3.335			
Размишляващ стил	Момиче	82	13.80	3.187	2.064	138	.041
	Момче	58	12.66	3.327			
Теоретизиращ стил	Момиче	82	11.26	3.026	0.815	138	.417
	Момче	58	11.71	3.489			
Прагматичен стил	Момиче	82	12.65	2.852	0.017	138	.986
	Момче	58	12.66	3.126			
Споделяне на емоции и емпатия	Момиче	82	23.51	3.422	3.989	138	.000
	Момче	58	20.90	4.327			
Мотивация за преодоляване на трудности и оптимизъм	Момиче	82	32.35	3.976	2.597	138	.010
	Момче	58	30.43	4.754			
Разпознаване на невербалната експресия на емоциите у другите хора	Момиче	82	17.82	2.864	2.107	138	.037
	Момче	58	16.69	3.450			
Разпознаване на своите емоции и самоконтрол	Момиче	82	14.80	2.603	0.956	138	.341
	Момче	58	15.22	2.485			
Емоционална интелигентност (общ бал)	Момиче	82	124.96	11.847	2.895	138	.004
	Момче	58	118.45	14.731			
Сложни аналогии	Момиче	82	5.61	3.442	1.477	138	.142
	Момче	58	4.78	3.061			
Групово учене	Момиче	82	14.82	4.730	0.297	138	.767
	Момче	58	14.57	5.079			
Индивидуално учене	Момиче	82	17.44	4.134	0.211	138	.833
	Момче	58	17.28	4.976			
Визуален стил на учене	Момиче	82	14.82	4.670	0.400	138	.690
	Момче	58	14.50	4.543			

Слухов стил на учене	Момиче	82	17.83	4.160	0.710	138	.479
	Момче	58	17.31	4.394			
Тактилен стил на учене	Момиче	82	16.43	4.603	2.542	138	.012
	Момче	58	14.52	4.036			
Кинестетичен стил на учене	Момиче	82	18.56	4.122	1.632	138	.105
	Момче	58	17.43	3.907			

Видно от представената таблица по-горе се установяват статистически значими различия ($t_{(138)}=2.064$, $p=.041$) между изследваните момчета и момичета по отношение на прилагането на *размишляващ стил на учене*. По-конкретно момчетата ($M=13.80$, $SD=3.187$) имат по-изразени предпочитания към *размишляващия стил на учене* в сравнение с момчетата ($M=12.66$, $SD=3.327$). Резултатът означава, че момичетата на възраст 14-17 г. предпочитат в по-голяма степен сравнение с момчетата да събират информация, да проучват нещата из детайли, да правят преглед на това, което са научили.

По отношение на останалите (*активен, теоретизиращ и прагматичен*) *стилове за учене по Мъмфорд* не се установяват статистически значими полови различия при изследваните лица.

Видно от представената таблица по-горе се установяват статистически значими различия ($t_{(138)}=3.989$, $p<.001$) между изследваните момчета и момичета по отношение способността им за *споделяне на емоции и емпатия*. Изследваните момичета ($M=23.51$, $SD=3.422$) в по-голяма степен са *способни да споделят емоции и емпатия* в сравнение с момчетата ($M=20.90$, $SD=4.327$).

Установяват се и статистически значими различия ($t=2.597$, $p=.010$) между изследваните момчета и момичета по отношение *мотивацията им за преодоляване на трудности и оптимизъм*. Изследваните момичета са ($M=32.35$, $SD=3.976$) в по-голяма степен са *мотивирани за преодоляване на трудности и оптимизъм* в сравнение с момчетата ($M=30.43$, $SD=4.754$).

От представената таблица по-горе се установяват статистически значими различия ($t_{(138)}=2.107$, $p=.037$) между изследваните момчета и момичета по отношение способността им за *разпознаване на невербалната експресия на емоциите у другите хора*. Изследваните момичета ($M=17.82$, $SD=2.864$) в по-голяма степен са *способни да разпознават невербалната експресия на емоциите у другите хора* в сравнение с момчетата ($M=16.69$, $SD=3.450$).

Установяват се и статистически значими различия ($t_{(138)}=2.895$, $p<.004$) между изследваните момчета и момичета по отношение *емоционална интелигентност (общ бал)*. Изследваните момичета са ($M=124.96$, $SD=11.847$) в по-голяма степен притежават *емоционална интелигентност (общ бал)* в сравнение с момчетата ($M=118.45$, $SD=14.731$).

От представената таблица по-горе се установяват и статистически значими различия ($t_{(138)}=2.542$, $p=.012$) между изследваните момчета и момичета по отношение *тактилен стил на учене*. Изследваните момичета ($M=16.43$, $SD=4.603$) в по-голяма степен притежават *тактилен стил на учене* в сравнение с момчетата ($M=14.52$, $SD=4.036$). Резултатът означава, че момичетата на възраст 14-17 г. предпочитат в по-голяма степен сравнение с момчетата да съставят паметни записки, да използват материални макети, да подготвят опити и експерименти в лабораторни условия.

DIFFERENCES IN EMOTIONAL INTELLIGENCE, LEARNING STYLES AND ABILITY TO FORM COMPLEX ANALOGIES BY GENDER AND AGE IN STUDENTS (14 -17 YEARS)

От проведен анализ на влиянието на възрастта върху изследваните характеристики, не се установява статистически значими възрастови различия по отношение на стиловете на учене и емоционалната интелигентност при изследваните ученици ($p > .05$).

Дискусия

Настоящата статия е посветена на половите и възрастовите различия в емоционалната интелигентност, стиловете на учене и способността за формиране на сложни аналогии.

Получените резултати показват, че се установяват значими полови различия в стиловете на учене (тактилен и размишляващ), както и в емоционалната интелигентност.

Ограничения на изследването

Основно ограничение в проведеното изследване е фактът, че в извадката влизат ученици между 14 - 17 години, които учат в училища разположени в страната ни.

Заклучение

Настоящото изследване може да бъде от полза за психолозите, работещи с юноши на възраст 14 – 17 год., доколкото показва, че ще се установят статистически значими полови и възрастови различия в емоционалната интелигентност, стиловете на учене и способността за формиране на сложни аналогии според пола и възрастта на учениците, а от своя страна стиловете на учене са от съществено значение при прогнозирането на емоционалната интелигентност, а по този начин и на професионалната и личната реализация на учениците в обществото ни.

Литература

- Gutini M.(2005) Emotionalna inteligentnost
Guiruva V.,Dermendjieva, G.,G.,Georgiev,E and S. Varbanova(1997). Provokaciqtа ucheben process. Prakticheski saveti za universitetskiq prepodavatel.S., Askoni- Izdat
Plamenov. R.(1997). Sashnost I tehniki na ucheneto I prepodavaneto.
Stoyanov, V. and Neshev,P. (2003). Eksperimentalna psihologiq: Teoriq, praktikum. Varna: UI VSU”Chernorizec Hrabar”
Shvede,H.,Beelih,K.(1987).Tehnika na ucheneto I umstveniq trud.



Research article

FINANCIAL (IL)LITERACY OF GREEK TEENAGERS WITH ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD)

Bentsou Dimitra, Economist - educator, PhD student,
Department of Psychology, South-West University "Neofit Rilski"
email: d.bentsou@gmail.com

Abstract:

This study investigates the financial literacy of teenagers diagnosed with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). While financial literacy among the general population has garnered significant attention in recent years, little research has focused on understanding the financial knowledge, skills, and behaviors of teenagers with ADHD. Drawing on existing literature in psychology, education, and finance, this study examines how ADHD may impact teenagers's financial literacy development and their ability to manage money effectively. Factors such as impulsivity, inattention, and executive functioning deficits associated with ADHD influence financial decision-making skills reducing financial knowledge, the abilities for planning, information retrieval and evaluation, numerical solving skills, etc. Additionally, the role of educational interventions in promoting financial literacy in this population is considered. By shedding light on the unique challenges and needs of teenagers with ADHD in the realm of financial literacy, this research aims to inform educators, parents, and policymakers about strategies to enhance financial education and support for this vulnerable group.

Keywords: Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), education, financial (il)literacy, teenagers

Introduction

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) is a neurodevelopmental disorder affecting approximately 5.6% of teenagers worldwide, characterized by symptoms of impulsivity, hyperactivity, and inattention (Salari et al., 2023).

While ADHD has been extensively studied in relation to poorer academic performance (Henning et al., 2022; Polanczyk et al., 2012), social functioning (Shaw et al., 2012), quality of life (Danckaerts et al., 2010), and mental health outcomes (Polanczyk et al., 2012), relatively little attention has been given to its implications for financial literacy. Financial literacy, encompassing knowledge, skills, and attitudes related to managing money effectively, is increasingly recognized as a critical aspect of lifelong success and well-being (Badiggam, 2023). However, teenagers with ADHD may face unique challenges that impact their financial literacy development and financial decision-making abilities.

Understanding the intersection of ADHD and financial literacy is crucial for several reasons. First, individuals with ADHD often exhibit difficulties with impulse control, planning, and organization, which are essential components of effective financial management. These challenges may manifest in impulsive spending, difficulty budgeting, and a lack of foresight in financial decision-making. Second, the prevalence of ADHD suggests that a significant portion of the population may be at risk of experiencing financial difficulties due to underlying

FINANCIAL (IL)LITERACY OF GREEK TEENAGERS WITH ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD)

neurodevelopmental factors. Third, early interventions targeting financial literacy in teenagers with ADHD have the potential to mitigate adverse financial outcomes later in life and improve overall financial well-being.

Despite the potential significance of this issue, research on the financial literacy of teenagers with ADHD remains limited. Existing studies primarily focus on academic achievement and behavioral interventions (Henning et al., 2022; Polanczyk et al., 2012), overlooking the specific needs and challenges related to financial skills development in this population. Therefore, there is a critical gap in the literature that warrants further exploration.

This study aims to address this gap by examining the financial literacy of teenagers with ADHD. By investigating how ADHD symptoms influence financial knowledge, attitudes, and behaviors, this research seeks to identify potential areas of difficulty and inform the development of targeted interventions to improve financial outcomes for this vulnerable population. Through a comprehensive understanding of the relationship between ADHD and financial literacy, educators, parents, and policymakers can work together to implement effective strategies that promote financial competence and resilience in teenagers with ADHD.

ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder)

ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) is a developmental disorder rooted in organic causes, profoundly impacting various facets of child's functioning and posing persistent challenges for the child, their family, and broader social circles (Kakouros & Maniadaki, 2006). Individuals with ADHD exhibit deviations from the norm in attention focus, impulse control, and sometimes motor activity, presenting difficulties across diverse contexts that can profoundly affect academic performance, professional endeavors, and socio-emotional development over time (Papageorgiou, 2005).

In the United States, a national parental survey conducted in 2016 revealed that six out of ten children diagnosed with ADHD also grappled with at least one additional mental, emotional, or behavioral disorder, such as anxiety, depression, autism spectrum disorder, or Tourette syndrome (Danielson et al., 2018). Despite its well-documented symptoms of attention deficit, impulsivity, and hyperactivity, ADHD often goes undiagnosed or misattributed to other coexisting conditions, resulting in inadequate treatment that fails to address the disorder comprehensively (Panhellenic Association of People with ADHD, 2020).

ADHD manifests in three primary subtypes: predominantly inattentive, predominantly hyperactive-impulsive, and combined type, each presenting distinct patterns of symptomatology (Epstein & Loren, 2013; Wilens & Spencer, 2010). The etiology of ADHD is complex and multifactorial, involving genetic predispositions, heritability, and environmental influences (American Psychiatric Association, 2013; Kakouros & Maniadaki, 2006; Papageorgiou, 2005).

Notably, there is a significant familial component to ADHD, with a child bearing a 25% likelihood of inheriting the disorder from a parent who also has ADHD, and siblings also facing heightened susceptibility (American Academy of Pediatrics, 2019).

Financial illiteracy

Financial illiteracy encompasses a range of definitions. According to the OECD, financial literacy entails consumers', investors', and businesses' grasp of financial concepts and products, along with their capacity to evaluate financial risks and opportunities to make informed decisions, seek relevant assistance, and take effective actions to enhance their economic well-being (OECD, 2005). Another perspective defines financial literacy as

Bentsou, Dimitra

individuals' capability to comprehend, analyze, manage, and communicate about personal or business economic conditions affecting material well-being (Vitt, n.d). It also involves making economic choices, discussing economic issues, and planning for the future concerning economic decisions and events in the national or global economy (Lusardi & Mitchell, 2013; PRI - Policy Research Initiative, 2005).

The significance of financial literacy cannot be overstated, as it has the potential to elevate the standard of living (Lindsey-Taliefero et al., 2011). However, many individuals may fail to recognize or acknowledge their own financial illiteracy (Nofsinger, 2018). It is imperative for citizens and entrepreneurs to understand the necessity of comprehending financial matters, seeking financial education, and consulting accredited institutions for advice. Moreover, consumers should be cognizant of the ramifications of their actions and the contractual agreements they enter, enabling them to make informed and responsible decisions (Nofsinger, 2018).

Financial education should be practical rather than purely theoretical, especially for older consumers. Educational systems should tailor financial education to meet the diverse needs of consumers, which may vary based on factors such as age, income level, education level, family situation, attitudes, personal needs, interests, occupation, and more (Nofsinger, 2018). Consumers with lower incomes, in particular, often have limited access to information due to infrequent use of financial products, underscoring the critical need for financial education among this demographic.

Additionally, children and students require financial education, as proficiency in financial management and basic economic concepts is essential. A student's financial situation can impact their ability to complete their education and academic performance (Lyons, 2007).

Previous research conducted in Greece among adults with cognitive impairments revealed a negative influence of financial illiteracy on financial capacity (Giannouli & Tsolaki, 2021). Similarly, a study conducted in the Netherlands highlighted poor financial literacy among adults with ADHD, manifesting in various aspects of everyday financial knowledge and skills compared to adults without ADHD (Koerts et al., 2023). Another study in the USA found that adults diagnosed with ADHD during childhood had lower monthly incomes compared to their non-diagnosed peers, even if they no longer exhibited ADHD symptoms (Pelham et al., 2020).

Research methodology

The research carried out concerned high school students with ADHD and aimed to investigate the degree of illiteracy of the teenagers with ADHD.

The hypothesis of this study was that adolescents diagnosed with ADHD may have deficits in fundamental financial understanding. Financial literacy is critical to making wise monetary choices and achieving self-reliance. Therefore, the research aimed to ascertain whether teenagers had sufficient financial literacy to cope independently with finances. This study seeks to enhance the current understanding of the intersection between ADHD and financial literacy by providing valuable insights into the potential challenges facing this demographic group. Ultimately, it seeks to contribute valuable data that will enhance the existing body of knowledge about financial literacy and ADHD.

Research tool

The research methodology used a survey as the main instrument, which was administered to adolescents with ADHD who participated in the study. Particular attention was

FINANCIAL (IL)LITERACY OF GREEK TEENAGERS WITH ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD)

paid to the design and organization of the questionnaire structure, following established criteria for questionnaire design. This approach ensured that the research tool aligned with the findings from the literature review, while effectively addressing the research questions and objectives.

Based on the scientific literature, the domains tested for financial literacy were:

- **Planning:** Examined participants' propensity for budgeting and making deliberate spending decisions (Amagir et al., 2018; Taylor & Wagland, 2011; Totenhagen et al. 2015; Vieira, 2012) – measured with the questions «I plan what I spend my money on rather than spending somewhat spontaneously» (Prevett et al., 2020), “It is important to pay attention to the security of a website before making a transaction online (e.g. https sites, safety logo or certificate)” (OECD, 2022), “I set aside money for my goals” (Rojas-Vargas & Vega-Mendez, 2020);
- **Savings:** Evaluated individuals' habits regarding setting aside money for future needs (Amagir et al., 2018; Chen & Volpe, 2002; Furtuna, 2008; Lindsey-Taliefero et al., 2011; Lusardi, 2006; Refera et al., 2016; Taylor & Wagland, 2011; Totenhagen et al., 2015; Vieira, 2012) – measured with the question “I save some money I receive each month for a future need” (Vieira et al., 2020),
- **Lending and Credit:** Assessed understanding of interest rates and borrowing concepts (Chen & Volpe, 2002; Furtuna, 2008; Lindsey-Taliefero et al., 2011; Refera et al., 2016), credit (Amagir et al., 2018; Totenhagen et al., 2015) – measured with the question “You lend 25 euro to a friend one evening and he gives you 25 euro back the next day. How much interest has he paid on this loan?” (OECD, 2022)
- **Information Retrieval and Evaluation:** Investigated skills related to researching, utilizing, and scrutinizing financial information (Krechovská, 2015) – measured with the questions “Have you received education in subjects related to business, economics or finance as part of your school or university education?” (OECD, 2020), “Do you make day-to-day decisions about your own money?” (OECD, 2022), “I think that it is safe to shop online using public Wi-Fi networks (e.g., in cafés, airports, shopping malls)” (OECD, 2022), “When the inflation rate increases, the cost of living rises” (Vieira et al., 2020), “I compare prices when making a purchase” (Vieira et al., 2020), “I discuss with my family about how I spend our money” (Vieira et al., 2020),
- **Numerical Proficiency:** Tested ability to solve basic mathematical tasks related to financial scenarios (Krechovská, 2015) – measured with the question “Imagine that five friends are given a gift of 1,000E in total. If the friends have to share the money equally how much does each one get?” (OECD, 2022),
- **Legal Awareness:** Explored awareness of legal considerations when engaging in financial transactions (Krechovská, 2015) – measured with the question “I think it is important to read the terms and conditions when buying something online” (OECD, 2022).

Each domain was measured using specific questions tailored to assess corresponding skills and knowledge, as outlined in the literature.

Sample description

The sample consisted of 121 Greek teenagers with ADHD. Male teenagers predominated slightly (N = 80, 54.8%) compared to girls (N = 41, 36.9%).

Analyzing research data

Bentsou, Dimitra

The statistical program SPSS 29.0 for Windows (Statistical Package for Social Sciences) was used in order to do the necessary processing and analysis of the research data obtained from the questionnaire (Halikias, Manolossou & Lalou, 2015). Descriptive statistics and chi-square analysis were applied.

Results

Application of chi-square analysis established that the differences between the number of participants who chose each different option of answer to each question were statistically significant for all questions in the study ($p < .001$).

Regarding lending, in the question "You lend 25 euros to a friend in the evening and he gives you 25 euros the next day. How much interest has he paid on this loan?" only 4 (3.3%) answered correctly, 11 (9.1%) gave a wrong answer while 106 (87%) answered "I don't know". These results indicated insufficient financial literacy of 96.7% of the studied teenagers with ADHD in the area of lending.

About finding, using and evaluating information, to the question "Have you received training in business, finance or economics as part of your schooling?" only 18 (14.9%) answered positively while 103 (85.1%) answered negatively; to the question "Do you make daily decisions about your own money?" 14 (11.6%) answered positively, 101 (83.5%) answered negatively and 6 (5%) answered "I don't know". Regarding the statement "When inflation rises, so does the cost of living", 4 (3.3%) answered that it was correct, 83 (68.6%) answered that it was incorrect, and 34 (28.1%) did not know what to answer. The majority of the studied Greek teenagers with ADHD consider safe to make online purchases using public Wi-Fi networks (70.3%). Only 12.4% of the studied Greek teenagers with ADHD compared prices when making a purchase. Only 9.9% of the studied Greek teenagers with ADHD discussed with their families about how they spend their money. These results indicated insufficient financial literacy of more than 80% of the studied teenagers with ADHD in the area of finding, using and evaluating information regarding finances (information retrieval and evaluation).

Regarding solving numerical problems as an aspect of financial literacy, to the question "Imagine that five friends are given a gift of 1,000 E in total. If the friends have to share the money equally, how much does each one get?", only 6 (5%) answered correctly, 11 (9%) answered incorrectly, while 104 (86%) answered "I don't know". This finding indicates that 95% of the studied Greek adolescents with ADHD should further develop their numeracy proficiency as an aspect of financial literacy.

Regarding saving, only 14 Greek adolescents with ADHD (11.6%) saved money every month suggesting saving as an underdeveloped aspect of financial literacy in Greek adolescents with ADHD.

Regarding planning, the majority of the studied Greek ADHD adolescents did not plan what they spent their money on ($N = 101$, 83.5%). Regarding whether it is considered important to pay attention to the security of a website before making an online transaction, only 28.9% answered positively ($N = 35$). Besides, 94.2% ($N = 114$) did not set aside money for their goals. These findings indicate that more than 80% of Greek teenagers with ADHD should develop further their planning as an aspect of financial literacy.

Regarding orientation in the legal system, the majority of the studied Greek teenagers with ADHD considered not important to read the terms and conditions when buying something online ($N = 91$, 75.2%), that signalized a need for further development of this aspect of their financial literacy.

FINANCIAL (IL)LITERACY OF GREEK TEENAGERS WITH ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD)

The results suggest that Greek adolescents with ADHD would benefit from additional emphasis on enhancing their knowledge about lending (96.7% out of them), developing their numeracy proficiency (95% out of them), planning within the realm of financial literacy, finding, using and evaluating information regarding finances (80% out of them), orientation in the legal system (75% out of them).

Discussion

The research findings support the hypothesis that adolescents with ADHD show deficits in fundamental financial knowledge. In the sample of Greek adolescents with ADHD, a notable majority demonstrated insufficient skills in evaluating information about the prices and safety of online shopping, seeking spending guidance from family members, and having a rudimentary understanding of the legal framework surrounding financial issues.

Greek adolescents with ADHD should undergo additional development in various aspects of financial literacy, including gaining knowledge in business, economics, or finance, exercising autonomy in money management decisions, understanding specific financial terminology like inflation or lending, and improving proficiency in solving numerical problems related to finances.

Greek adolescents diagnosed with ADHD stand to benefit from comprehensive improvements in their financial literacy skills. This entails not only acquiring foundational knowledge in subjects such as business, economics, and finance but also actively engaging in decision-making processes concerning their finances. Strengthening their autonomy in managing money will empower them to navigate financial situations effectively. Moreover, a deepened understanding of specific financial terms like inflation and lending will equip them with the necessary vocabulary to comprehend and discuss financial matters confidently. Additionally, enhancing their proficiency in solving numerical problems related to finances will enable them to analyze and address financial challenges with greater ease and efficiency. Overall, investing in the holistic development of these various aspects of financial literacy will equip Greek adolescents with ADHD with essential skills for navigating the complexities of the financial world and achieving greater financial independence and stability.

Conclusions

In conclusion, this study sheds light on the financial literacy of teenagers with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) and underscores the importance of addressing this critical aspect of their development. The findings reveal that teenagers with ADHD may face unique challenges in acquiring and applying financial knowledge, with implications for their long-term financial well-being. Specifically, deficits in planning, impulse control, and attention regulation associated with ADHD may hinder their ability to make informed financial decisions and manage money effectively.

Teenagers with ADHD encounter some obstacles in learning about financial concepts and principles. This could be due to factors such as reduced attention span, difficulty focusing on complex tasks, or challenges with memory retention.

Even if teenagers with ADHD are able to acquire financial knowledge, they may struggle with applying it effectively in real-world situations. Impulsivity and difficulties with executive functioning can make it challenging for them to plan and make sound financial decisions.

The challenges faced by teenagers with ADHD in acquiring and applying financial knowledge can have significant implications for their long-term financial well-being. Poor

Bentsou, Dimitra

financial decision-making in childhood and adolescence may lead to difficulties managing finances as adults, potentially resulting in financial instability, debt, and other adverse outcomes.

Overall, this analysis underscores the importance of recognizing and addressing the unique challenges that teenagers with ADHD face in developing financial literacy skills. By understanding these challenges, educators, parents, and policymakers can implement targeted interventions to support the financial well-being of this population and mitigate potential long-term consequences. By incorporating strategies that accommodate their specific learning needs and provide structured support, educators, parents, and policymakers can help empower teenagers with ADHD to develop essential financial skills and foster greater independence in managing their finances.

Furthermore, the study underscores the importance of collaboration between various stakeholders, including healthcare professionals, educators, and financial literacy experts, in addressing the intersection of ADHD and financial literacy. By working together to identify and implement evidence-based interventions, we can better support the financial well-being of teenagers with ADHD and equip them with the skills they need to navigate the complexities of the modern financial landscape.

Overall, this research contributes to a deeper understanding of the challenges and opportunities related to financial literacy among teenagers with ADHD, laying the groundwork for future research and interventions aimed at promoting their financial competence and resilience.

References

- Amagir, A., Groot, W., Maassen van den Brink, H., & Wilschut, A. (2018). A review of financial-literacy education programs for children and adolescents. *Citizenship, Social and Economics Education*, 17(1), 56–80. <https://doi.org/10.1177/2047173417719555>
- American Academy of Pediatrics. (2019). *Causes of ADHD: What we know today*. <https://www.healthychildren.org/English/health-issues/conditions/adhd/Pages/Causes-of-ADHD.aspx>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: Fifth edition DSM-5™*. Arlington, VA: American Psychiatric Association. http://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/657/1/Diagnostic%20and%20statistical%20manual%20of%20mental%20disorders%20_%20DSM-5%20%28%20PDFDrive.com%20%29.pdf
- Badiggam, S. R. (2023). *Empowering students: The importance of financial literacy for lifelong success*. <https://www.linkedin.com/pulse/empowering-students-importance-financial-literacy-success-baddigam>
- Chen, H., & Volpe, R. P. (2002). Gender differences in personal financial literacy among college students. *Financial Services Review*, 11(3), 289-308.
- Danckaerts, M., Sonuga-Barke, E. J., Banaschewski, T., Buitelaar, J., Döpfner, M., Hollis, C., Santosh, P., Rothenberger, A., Sergeant, J., Steinhausen, H. C., Taylor, E., Zuddas, A., & Coghill, D. (2010). The quality of life of children with attention deficit/hyperactivity disorder: A systematic review. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 19(2), 83–105. <https://doi.org/10.1007/s00787-009-0046-3>
- Danielson, M. L., Bitsko, R. H., Ghandour, R. M., Holbrook, J. R., Kogan, M. D., & Blumberg, S. J. (2018). Prevalence of parent-reported ADHD diagnosis and associated treatment

FINANCIAL (IL)LITERACY OF GREEK TEENAGERS WITH ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD)

- among U.S. children and adolescents, 2016. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 47(2), 199-212. <https://doi.org/10.1080/15374416.2017.1417860>
- Epstein, J. N., & Loren, R. E. (2013). Changes in the Definition of ADHD in DSM-5: Subtle but Important. *Neuropsychiatry*, 3(5), 455–458. <https://doi.org/10.2217/npv.13.59>
- Furtuna, F. (2008). College students' personal financial literacy: Economic impact and public policy implications. *Undergraduate Economic Review*, 4(1), article 1, 1-32.
- Giannouli, V., & Tsolaki, M. (2021). Financial capacity and illiteracy: Does education matter in amnesic mild cognitive impairment?. *Journal of Alzheimer's Disease Reports*, 5(1), 715–719. <https://doi.org/10.3233/ADR-210033>
- Halikias, M., Manolesou, A., & Lalou, P. (2015). *Research Methodology and Introduction to Statistical Data Analysis with IBM SPSS STATISTICS*. Athens: Association of Greek Academic Libraries.
- Henning, C., Summerfeldt, L. J., & Parker, J. D. A. (2022). ADHD and academic success in university students: The important role of impaired attention. *Journal of Attention Disorders*, 26(6), 893–901. <https://doi.org/10.1177/10870547211036758>
- Kakouros, E., & Maniadaki, K. (2006). *Psychopathología paidiôn kai efívon: Mia anaptyxiakí proséngisi* [Psychopathology of children and adolescents: Development approach]. Typothito / Dardanos.
- Koerts, J., Bangma, D. F., Mette, C., Tucha, L., & Tucha, O. (2023). Strengths and weaknesses of everyday financial knowledge and judgment skills of adults with ADHD. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(5), 4656. <https://doi.org/10.3390/ijerph20054656>
- Krechovská, M. (2015). Financial literacy as a path to sustainability. *Trendy v podnikání – Business Trends*, 2, 3-12. <https://dspace5.zcu.cz/bitstream/11025/16747/1/Krechovska.pdf>
- Lindsey-Taliefero, D., Kelly, L., Brent, W., & Price, R. (2011). A review of Howard university's financial literacy curriculum. *American Journal of Business Education*, 4(10), 73-84.
- Lusardi, A. (2006). Financial literacy and financial education: Review and policy implications. *NFI Policy Brief*, 2006-PB-11. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.923437>
- Lusardi, A., & Mitchell, O. S. (2013). The economic importance of financial literacy: Theory and evidence. *NBER Working Paper Series*, Working Paper 18952. https://www.nber.org/system/files/working_papers/w18952/w18952.pdf
- Lyons, A. C. (2007). Credit practices and financial education needs of Midwest college students. *Networks Financial Institute Working Paper No. 2007-WP-23*. https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=1060801
- Nofsinger, J. R. (2018). *The Psychology of investing*. 6th edition. Routledge.
- OECD. (2005). *Improving financial literacy: Analysis of issues and policies*. OECD. https://read.oecd-ilibrary.org/finance-and-investment/improving-financial-literacy_9789264012578-en#page1
- OECD. (2020). *OECD/INFE survey instrument to measure the financial literacy of MSMEs. 2020 version*. <https://www.oecd.org/financial/education/2020-survey-to-measure-msme-financial-literacy.pdf>

Bentsou, Dimitra

- OECD. (2022). *OECD/INFE Toolkit for measuring financial literacy and financial inclusion 2022*. www.oecd.org/financial/education/2022-INFE-Toolkit-Measuring-Finlit-Financial-Inclusion.pdf
- Panhellenic Association of People with ADHD. (2020). *What is ADHD?* <https://www.adhdhellas.org/2013-09-13-13-14-13/ti-einai>
- Papageorgiou, B. (2005). Diatarachí elleimmatikís prosochís-yperkinitikótita [Attention Deficit Hyperactivity Disorder]. In V. Papageorgiou (Ed.), *Psychiatrikí paidión kai effívon* [Child and Adolescent Psychiatry] (pp. 142-148). Thessaloniki: University Studio Press.
- Pelham, W. E., Page, T. F., Altszuler, A. R., Gnagy, E. M., Molina, B. S. G., & Pelham, W. E. (2020). The long-term financial outcome of children diagnosed with ADHD. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 88(2), 160–171. <https://doi.org/10.1037/ccp0000461>
- Polanczyk, G. V., Casella, E. B., Miguel, E. C., & Reed, U. C. (2012). Attention deficit disorder/hyperactivity: A scientific overview. *Clinics (Sao Paulo, Brazil)*, 67(10), 1125–1126. [https://doi.org/10.6061/clinics/2012\(10\)01](https://doi.org/10.6061/clinics/2012(10)01)
- Prevett, P. S., Pampaka, M., Farnsworth, V. L., Kalambouka, A., & Shi, X. (2020). A situated learning approach to measuring financial literacy self-efficacy of youth. *Journal of Financial Counseling and Planning*, 31(2), 229-250. <http://dx.doi.org/10.1891/JFCP-18-00038>
- PRI - Policy Research Initiative. (2005). *Why financial capability matters: Synthesis report on Canadians and their money: A national symposium on financial capability held on June 9-10, 2005 in Ottawa as a part of PRI Project "New approaches for addressing poverty and exclusion."* https://www.canada.ca/content/dam/canada/financial-consumer-agency/migration/eng/resources/researchsurveys/documents/sedi-fcac_fincapability-eng.pdf
- Refera, M. K., Dhaliwal, N. K., & Kaur, J. (2016). Financial literacy for developing countries in Africa: A review of concept, significance and research opportunities. *Journal of African Studies and Development*, 8(1), 1-12.
- Rojas-Vargas, N. P., & Vega-Mendez, J. C. (2020). Development of a comprehensive financial literacy scale. *Ciencias Administrativas Teoría y Praxis*, 16(1), 87-111. <https://doi.org/10.46443/catyp.v16i1.253>
- Salari, N., Ghasemi, H., Abdoli, N., Rahmani, A., Shiri, M. H., Hashemian, A. H., Akbari, H., & Mohammadi, M. (2023). The global prevalence of ADHD in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. *Italian Journal of Pediatrics*, 49, 48. <https://doi.org/10.1186/s13052-023-01456-1>
- Shaw, M., Hodgkins, P., Caci, H., Young, S., Kahle, J., Woods, A. G., & Arnold, E. L. (2012). A systematic review and analysis of long-term outcomes in attention deficit hyperactivity disorder: effects of treatment and non-treatment. *BMC Medicine*, 10, 99 (2012). <https://doi.org/10.1186/1741-7015-10-99>
- Taylor, S., & Wagland, S. (2011). Financial literacy: A review of government policy and initiatives. *Australasian Accounting, Business and Finance Journal*, 5(2), 101-125.
- Totenhagen, C. J., Casper, D. M., Faber, K. M., Bosch, L. A., Wiggs, C. B., & Borden, L. M. (2015). Youth financial literacy: A review of key considerations and promising delivery methods. *Journal of Family and Economic Issues*, 36(2), 167-191. <https://doi.org/10.1007/s10834-014-9397-0>

**FINANCIAL (IL)LITERACY OF GREEK TEENAGERS WITH ATTENTION DEFICIT
HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD)**

- Vieira, E. F. S. (2012). What do we know about financial literacy? A literature review. *Marmara Journal of European Studies*, 20(2), 23–38.
- Vieira, K. M., de Jesus Moreira Júnior, F., & Potrich, A. C. G. (2020). Measuring financial literacy: Proposition of an instrument based on the Question Response Theory. *Universidade Federal de Santa Maria, Cientsia e natura*, 42(Commemorative Edition: Statistic), e38. <http://dx.doi.org/10.5902/2179460X39864>
- Vitt, L. (n.d.). *Financial literacy*. <https://www.mccneb.edu/Academics/Programs-of-Study/Accounting-Business-Administration-and-Legal/Financial-Studies/Financial-Literacy>
- Wilens, T. E., & Spencer, T. J. (2010). Understanding attention-deficit/hyperactivity disorder from childhood to adulthood. *Postgraduate Medicine*, 122(5), 97–109. <https://doi.org/10.3810/pgm.2010.09.2206>



Research article

FINANCIAL LITERACY AMONG GREEK TEENAGERS

Bentsou Dimitra, PhD student,

***Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.**

email: d.bentsou@gmail.com

Abstract:

Financial literacy is a mixture of knowledge, skills, abilities and experience that is acquired in the process of socialization, and it is necessary for coping with everyday situations in human life and as a part of specific occupations. A study among 136 Greek teenagers investigated their financial literacy by means of a survey including questions from the scientific literature regarding planning, savings, lending, information finding, using and evaluating, solving numerical tasks, and orientation in the legal system as some aspects of financial literacy. It was found that the studied Greek teenagers should develop mainly such components of financial literacy as savings, knowledge about some financial terms as interest, inflation, etc., independent decision-making regarding money, and solving numerical tasks that could be facilitated by further school training in the financial area.

Keywords: education, financial (il)literacy, teenagers.

Introduction

Financial illiteracy refers to the lack of understanding and skills about financial issues. Adolescents, as an age group in transition from childhood to adulthood, can be significantly affected by financial illiteracy. Adolescents often have not yet gained experience in financial activities and have not yet completed their education in financial matters. Moreover, education on financial issues may be neglected in schools. This can lead to a lack of awareness on topics such as managing a personal budget, understanding tax obligations, using credit cards, investing and other important financial issues.

To address financial illiteracy among adolescents, it is important to integrate financial education into educational programs. Schools and other educational institutions can provide information and resources to teach the basics of finance and build skills that will help adolescents in their daily lives and future financial well-being.

Theoretical framework

In recent years, the issue of financial literacy has gained prominence on the agendas of various entities, including businesses, government agencies, educators, community groups, organizations, and policymakers. Recognizing the importance of financial literacy extends beyond individual households and families; it also holds significance for entire communities. This is because individuals who are well-informed and financially literate tend to make more informed decisions for their families, thereby enhancing their financial security and overall

FINANCIAL LITERACY AMONG GREEK TEENAGERS

well-being. Strong and secure families, in turn, play a crucial role in promoting local community economic development.

The concern regarding financial (il)literacy first surfaced during the stock market opening in 1999 in the USA and it was further highlighted after the subprime mortgage crisis in 2008 (Ackert & Deaves, 2010). Financial illiteracy is a concept that has been defined in various ways. According to the OECD, it involves the amalgamation of consumers', investors', and businesses' understanding of financial concepts and products, along with their ability to assess financial risks and opportunities. This enables them to make informed decisions, know where to seek relevant assistance, and take effective actions to improve their economic well-being (OECD, 2005).

Financial illiteracy, the lack of understanding and familiarity with financial matters can have serious consequences for individuals and society as a whole. People who are not financially literate may receive fewer opportunities for financial success. A lack of understanding of the basic principles of financial management can lead to debt problems, lost investment opportunities and generally lower levels of financial well-being.

Financial illiteracy leads to waste of financial information and misuse of private savings (Ackert & Deaves, 2010). People who do not understand the management of their personal budget and their financial obligations are more exposed to the risk of bankruptcy. Other people may not choose the right product that best meets their needs because they find it difficult to compare products (Lin, 2002). Lack of financial literacy can be a barrier to participation in the economy. People may not be able to understand and take advantage of economic opportunities or engage in economic activities that could benefit them.

People may not realize or admit their financial illiteracy (Nofsinger, 2018). Citizens and entrepreneurs should know that they need to understand financial issues, that they need financial education and that they need to seek advice from accredited institutions. At the same time, consumers should be aware of the consequences of their actions and the contractual agreements they sign in order to make informed responsible decisions (Nofsinger, 2018). Education in financial management and basic financial concepts is especially important. Students' economic status can affect their ability to complete an education degree and their academic performance (Lyons, 2007).

Addressing economic illiteracy is therefore important to promoting economic prosperity and stability at the individual and societal level.

Research methodology

The research carried out concerned high school students and aimed to investigate the degree of illiteracy of the teenagers.

The main assumption of the research was that teenagers did not have basic financial knowledge. Financial literacy leads to correct financial decision making and independence (Charitha, 2018). It is therefore important to investigate whether adolescents are financially literate and can stand independently in the financial domain and it was the objective of the study. The present research is hoped to contribute to the collection of important information, which will enrich the existing literature on financial illiteracy.

Research tool

A survey was chosen as the research tool, which was distributed to the adolescents. The design and organization of the structure took into account the basic criteria for questionnaire

Bentsou, Dimitra

design, so that the questions would reflect the literature review on the one hand, and on the other hand, would respond to the research questions and serve the research objectives.

Based on the scientific literature, the domains tested for financial literacy were:

- planning (Amagir et al., 2018; Taylor & Wagland, 2011; Totenhagen et al. 2015; Vieira, 2012) – measured with the questions «I plan what I spend my money on rather than spending somewhat spontaneously» (Prevett et al., 2020), “It is important to pay attention to the security of a website before making a transaction online (e.g. https sites, safety logo or certificate)” (OECD, 2022), “I set aside money for my goals” (Rojas-Vargas & Vega-Mendez, 2020);
- savings (Amagir et al., 2018; Chen & Volpe, 1998; Furtuna, 2008; Lindsey-Taliefero et al., 2011; Lusardi, 2006; Refera et al., 2016; Taylor & Wagland, 2011; Totenhagen et al., 2015; Vieira, 2012) – measured with the question “I save some money I receive each month for a future need” (Vieira et al., 2020),
- lending (Chen & Volpe, 1998; Furtuna, 2008; Lindsey-Taliefero et al., 2011; Refera et al., 2016), credit (Amagir et al., 2018; Totenhagen et al., 2015) – measured with the question “You lend 25 euro to a friend one evening and he gives you 25 euro back the next day. How much interest has he paid on this loan?” (OECD, 2022)
- information finding, using and evaluating (Krechovská, 2015) – measured with the questions “Have you received education in subjects related to business, economics or finance as part of your school or university education?” (OECD, 2020), “Do you make day-to-day decisions about your own money?” (OECD, 2022), “I think that it is safe to shop online using public Wi-Fi networks (e.g., in cafés, airports, shopping malls)” (OECD, 2022), “When the inflation rate increases, the cost of living rises” (Vieira et al., 2020), “I compare prices when making a purchase” (Vieira et al., 2020), “I discuss with my family about how I spend our money” (Vieira et al., 2020),
- solving numerical tasks (Krechovská, 2015) – measured with the question “Imagine that five friends are given a gift of 1,000E in total. If the friends have to share the money equally how much does each one get?” (OECD, 2022)
- orientation in the legal system (Krechovská, 2015) – measured with the question “I think it is important to read the terms and conditions when buying something online” (OECD, 2022).

Sample description

The sample included 136 Greek teenagers attending general high school courses. Of them, 67 were male and 69 were female.

The process of analyzing research data

The statistical program SPSS 29.0 for Windows (Statistical Package for Social Sciences) was used in order to do the necessary processing and analysis of the research data obtained from the questionnaire (Halikias, Manolessou & Lalou, 2015). Descriptive statistics and chi-square analysis were applied.

Results

The statistical analysis and processing of the results led to very useful conclusions regarding the degree of illiteracy of adolescents. Chi-square analysis was applied, and it was established that the differences between the number of participants who chose each different

FINANCIAL LITERACY AMONG GREEK TEENAGERS

option of answer to each question were statistically significant for all questions in the study ($p < .001$).

Regarding planning, the majority of the studied Greek teenagers planned what they spent their money on instead of spending somewhat spontaneously (69.9%), considered important to pay attention to a website's security before making an online transaction (93.4%), but did not set aside money for their goals (68.4%). These findings reveal that planning skills as a component of financial literacy should be further developed in Greek teenagers, especially in relation with the savings component of financial literacy.

Regarding savings, the most studied Greek teenagers did not save any money each month (58.5%) that indicated savings as a not enough developed aspect of financial literacy among Greek adolescents.

Regarding lending, to the question "You lend 25 euros to a friend one night and he gives you 25 euros the next day. How much interest has he paid on this loan?" 37 (27.2%) answered correctly, 25 (18.4%) gave the wrong answer while 74 (54.4%) answered "I don't know." Greek teenagers' financial literacy should be further developed in the area of knowledge about lending.

Regarding information finding, using and evaluating, to the question "Have you received training in business, finance or economics related subjects as part of your school education?" only 22 responded positively (16.2%) while 114 (83.8%) responded negatively. To the question "Do you make daily decisions about your own money?" 46 (33.8%) responded positively, 85 (62.5%) responded negatively, and 5 answered "I don't know" (3.7%). Regarding the sentence "When inflation increases, the cost-of-living increases", 49 (36%) responded that it was correct, 54 (39.7%) responded that it was wrong and 33 (24.3%) did not know what to answer. These aspects of financial literacy (training in business, finance or economics, independent decision making about own money, knowledge about some financial terms such as inflation) should be further developed in Greek teenagers. However, the majority of the studied Greek teenagers did not consider safe to make online purchases using public Wi-Fi networks (65.2%), discussed with their family how they spent their money (61.1%), and compared prices when they made a purchase (80.1%). The most Greek teenagers in the sample seemed to report satisfactory abilities for evaluating information as part of financial literacy.

Regarding solving numerical tasks as an aspect of financial literacy, to the question "Imagine that five friends are given a gift of 1,000E in total. If the friends have to share the money equally how much does everyone get?", 45 (33.1%) answered correctly, 47 (40.9%) answered incorrectly, while 44 (32.2%) answered "I don't know." The Greek teenagers should further develop their abilities for solving numerical tasks as an aspect of financial literacy.

Regarding orientation in the legal system, the majority of the studied Greek teenagers considered important to read the terms and conditions when buying something online (87.5%), that signalized a good base for further development of this aspect of their financial literacy.

Discussion

The hypothesis that teenagers did not have basic financial knowledge was partly supported by the research findings. The most Greek teenagers in the sample seemed to report satisfactory abilities for evaluating information regarding prices and security of online purchases, seeking advice how to spend from their family, as well as they had some basic orientation in the legal system as part of their financial literacy.

Savings was not enough developed aspect of financial literacy among Greek adolescents. The planning skills as a component of financial literacy should be further developed in Greek teenagers, especially in relation with the savings component of financial

Bentsou, Dimitra

literacy. The aspects of financial literacy like training in business, finance or economics, independent decision making about own money, knowledge about some financial terms such as inflation or lending, solving numerical tasks should be further developed in Greek teenagers.

Conclusions

The survey captured the fact that teenagers nowadays are largely financially illiterate. Financial illiteracy among adolescents represents a serious challenge with broad implications for their individual and social well-being. This research demonstrates that as a result of financial illiteracy, adolescents experience difficulties in managing their finances, understanding taxes, loans and online shopping, which can lead to financial insecurity. Most teenagers need further development of some aspects of financial literacy such as savings, financial planning, price control, security and transaction/shopping conditions.

Financial illiteracy comes because of the lack of financial education in schools. It is characteristic that secondary education in Greece today lacks financial literacy courses for all students. It is important to integrate economic knowledge into the curriculum in order to equip young people with the necessary economic skills. Young people with limited financial literacy are not sufficiently informed about their employment options. This has an impact on their career decisions and their financial independence. It is characteristic that in our survey they themselves rate their knowledge quite low. Society must understand the importance of financial education and promote initiatives to combat financial illiteracy. This can be done through educational programmes, events and awareness-raising, as well as the introduction of financial education at all levels in the curriculum.

Addressing financial illiteracy among adolescents requires integrated efforts by society, education and government authorities to ensure financial awareness and ensure the financial well-being of young people.

References

- Ackert, L. F., & Deaves, R. (2010). *Behavioral finance: Psychology, decision making and markets*. Cengage Learning.
- Amagir, A., Groot, W., Maassen van den Brink, H., & Wilschut, A. (2018). A review of financial-literacy education programs for children and adolescents. *Citizenship, Social and Economics Education*, 17(1), 56–80. <https://doi.org/10.1177/2047173417719555>
- Charitha, K. L. (2018). Review of impact of financial literacy and self-confidence on customer decision of accepting financial advisory services. *International Journal of Advancement in Research & Technology*, 7(7), 217-224.
- Chen, H., & Volpe, R. P. (2002). Gender differences in personal financial literacy among college students. *Financial services review*, 11(3), 289-308.
- Furtuna, F. (2008). College students' personal financial literacy: Economic impact and public policy implications. *Undergraduate Economic Review*, 4(1), article 1, 1-32.
- Halikias, M., Manolesou, A., & Lalou, P. (2015). *Research Methodology and Introduction to Statistical Data Analysis with IBM SPSS STATISTICS*. Athens: Association of Greek Academic Libraries.
- Lin, Q. (2002). *Consumer information search when making investment decisions*. Master's degree thesis. University of Georgia. https://getd.libs.uga.edu/pdfs/lin_qihua_200205_ms.pdf

FINANCIAL LITERACY AMONG GREEK TEENAGERS

- Lindsey-Taliefero, D., Kelly, L., Brent, W., & Price, R. (2011). A Review of Howard university's financial literacy curriculum. *American Journal of Business Education*, 4(10), 73-84.
- Lusardi, A. (2006). Financial literacy and financial education: Review and policy implications. *NFI Policy Brief*, 2006-PB-11. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.923437>
- Lyons, A. C. (2007). Credit practices and financial education needs of Midwest college students. *Networks Financial Institute Working Paper No. 2007-WP-23*. https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=1060801
- Nofsinger, J. R. (2018). *The Psychology of investing*. 6th edition. Routledge.
- OECD. (2005). *Improving Financial Literacy: Analysis of Issues and Policies*. OECD. https://read.oecd-ilibrary.org/finance-and-investment/improving-financial-literacy_9789264012578-en#page1
- OECD. (2020). *OECD/INFE survey instrument to measure the financial literacy of MSMEs. 2020 version*. <https://www.oecd.org/financial/education/2020-survey-to-measure-msme-financial-literacy.pdf>
- OECD. (2022). *OECD/INFE Toolkit for measuring financial literacy and financial inclusion 2022*. www.oecd.org/financial/education/2022-INFE-Toolkit-Measuring-Finlit-Financial-Inclusion.pdf
- Prevett, P. S., Pampaka, M., Farnsworth, V. L., Kalambouka, A., & Shi, X. (2020). A situated learning approach to measuring financial literacy self-efficacy of youth. *Journal of Financial Counseling and Planning*, 31(2), 229-250. <http://dx.doi.org/10.1891/JFCP-18-00038>
- Refera, M. K., Dhaliwal, N. K., & Kaur, J. (2016). Financial literacy for developing countries in Africa: A review of concept, significance and research opportunities. *Journal of African Studies and Development*, 8(1), 1-12.
- Rojas-Vargas, N. P., & Vega-Mendez, J. C. (2020). Development of a comprehensive financial literacy scale. *Ciencias Administrativas Teoría y Praxis*, 16(1), 87-111. <https://doi.org/10.46443/catyp.v16i1.253>
- Taylor, S., & Wagland, S. (2011). Financial literacy: A review of government policy and initiatives. *Australasian Accounting, Business and Finance Journal*, 5(2), 101-125.
- Totenhagen, C. J., Casper, D. M., Faber, K. M., Bosch, L. A., Wiggs, C. B., & Borden, L. M. (2015). Youth financial literacy: A review of key considerations and promising delivery methods. *Journal of Family and Economic Issues*, 36(2), 167-191. <https://doi.org/10.1007/s10834-014-9397-0>
- Vieira, E. F. S. (2012). What do we know about financial literacy? A literature review. *Marmara Journal of European Studies*, 20(2), 23-38.
- Vieira, K. M., de Jesus Moreira Júnior, F., & Potrich, A. C. G. (2020). Measuring financial literacy: Proposition of an instrument based on the Question Response Theory. *Universidade Federal de Santa Maria, Cientsia e natura*, 42(Commemorative Edition: Statistic), e38. <http://dx.doi.org/10.5902/2179460X39864>



Research article

INFLUENCE OF STRESS AND JOB SATISFACTION ON THE DEVELOPMENT OF THE ‘BURNOUT SYNDROME’ IN TEACHERS FROM SCHOOLS IN THE REPUBLIC OF GREECE

Maria-Sara Koumoutsou, PhD student

Department of Psychology, SWU ‘Neofit Rilski’, Blagoevgrad - Bulgaria

Email: marsakou@gmail.com

Abstract

The multiplicity of teacher’s roles combined with unfavorable working conditions can create stress and professional burnout to him/her, with all that entails, also bring about negative effects on his/her health and on the quality of teaching, but also by extension on students’ progress, things that are considered critical and important.

This article is mentioned mainly in the results of a study, which investigates the effect of stress and job satisfaction on the development of the burnout syndrome of Greek teachers (permanent, substitute or hourly workers) of special education, who are working in primary and secondary schools.

Based on the purpose and objectives of the study arose four (4) research questions, which should be answered, as well as one (1) main and other twelve (12) secondary hypotheses, which would be confirmed or not. The survey was conducted during the period April - June 2023 and the uniform questionnaire included four (4) separate questionnaires, as follow: a) One with teachers’ demographics (5 questions), b) Oldenburg Burnout Inventory (OLBI) for measuring burnout (16 questions), c) Job Stress Measure (JSM) for assessing job stress (16 questions), and d) Minnesota Satisfaction Questionnaire (MSQ) for measuring employees’ satisfaction (20 questions). The above uniform questionnaire was distributed through various teachers’ social networks, survey management software named ‘Google form’, various emails, etc., through which were received 368 responses (282 - 76.6% from women and 86 - 23.4% from men), which originating from respective participating special education teachers. Finally, all the statistical procedures of this study were performed through the statistical IBM SPSS Statistics-Ver. 25 program.

Keywords: *Stress, job satisfaction, burnout syndrome, special education teachers.*

Introduction

INFLUENCE OF STRESS AND JOB SATISFACTION ON THE DEVELOPMENT OF THE 'BURNOUT SYNDROME' IN TEACHERS FROM SCHOOLS IN THE REPUBLIC OF GREECE

For the study and analysis of the phenomenon of job stress, a lot of research was done, and many theoretical models have been developed, which highlight the following major sources of it, as far as teachers are concerned:

- Students' behavior/learning problems (Varnava-Scura, 1996).
- Time pressure felt by teachers to complete school curriculum.
- Low school performance of students.
- Unsatisfactory working conditions and low salaries.

Also, the degree of satisfaction of a person of his profession is determining factor for the development of his social and family functioning, but also for the level of his mental health. And a teacher with low levels of satisfaction is driven to work burnout and acts as a discouragement to motivate and develop the creativity of his students (Moe, Pazzaglia & Ronconi, 2010). One of the most important causes of teachers' emotional burnout, is the development of negative relationships with students, as well as the general bad climate that prevails in the school classroom (Chang, 2009).

Teaching experience appears to have a positive effect on teachers' job satisfaction (Wang et al., 2018), and an enough important factor related to it is teachers' prestige, which emerges through social relationships. Regarding burnout, it is a phenomenon that has been studied for more than forty years (Maslach & Leiter, 2017), which is a common as well as a complex problem together that affects teachers emotionally, physically, and psychologically. Also, the prevailing working conditions (Sari, 2004), the lack of support from administration, bureaucracy (Billingsley, 2002), the increased demands of the role of the employee in special education, and relationships with parents (Kourkoutas et al., 2015) are significant factors to the exhaustion of teachers.

Burnout and job satisfaction of Greek teachers and special education teachers, affect their professional and personal life, has a direct and substantial impact on the teachers themselves, on key recipients of their services, students and a direct impact on their efficiency and the productivity in the education system. Job stress and burnout are the subject of this study, as well as their role in the mental and physical health of special education teachers. The present study also aims to investigate the factors of this burnout in special education teachers in the classrooms of the secondary education level.

Koumoutsou, Maria- Sara

Regarding the main content of this article, there are some theoretical references for job stress, job satisfaction, and burnout syndrome. Also, in this are mentioned the aim and tasks of the study, research hypotheses, sample, methods for collecting the research data, and the results of the research and the relationships between the above three variables.

1. Theoretical Part

Stress and Job Stress

Anxiety disorders are the most common group of psychiatric disorders, and 25% of people have at least once met the criteria for such a disorder. They have high individual and societal costs, as they tend to be chronic and cause disabilities and physical disorders. Workplace is one of the main factors causing stress, which is created when the demands of the work environment exceed the abilities that individuals possess to carry them out.

Anxiety is an unpleasant and undefined feeling, associated with a multitude of physical reactions, and is usually characterized as a state of excessive worry, or discomfort and fear (Eysenck, 1997). The World Health Organization (WHO) defines job stress as “[Job stress is] The reaction that people may have when faced with work demands or pressures for which they have no knowledge or skills, resulting in difficulty coping with their work” (Leka et al., 2003, p. 1). The common element of most definitions for job stress is the pressure that the person feels in his workplace, for a certain period time (Saridi et al., 2016).

For the interpretation and analysis of job stress, many theoretical models have been developed, which make it easier to understand the way in which this affects employees. Some of the most important of them are: General Adaptation Syndrome (GAS), Job Demand - Control - Support Model, Transactional Model of Stress, Cooper and Marshall’s Model of Job Stress, Transactional Model of Stress and Coping, Effort - Reward Imbalance Model (ERI), Job Demands - Resources Model (JD-R), and Person-Environment Fit Theory.

Most of the factors that contribute to the appearance of job stress converge in the conditions of work pressure, insecurity, excessive demands, combined with the individual's inability to respond according to his cognitive background and skill set, as well as the ability to control or support employees, constitute the most general framework of factors that trigger job stress (WHO, 2003). Along with the above, both individual and environmental factors should be considered, which contribute to the development of this phenomenon (Stefanidou et al., 2010).

INFLUENCE OF STRESS AND JOB SATISFACTION ON THE DEVELOPMENT OF THE 'BURNOUT SYNDROME' IN TEACHERS FROM SCHOOLS IN THE REPUBLIC OF GREECE

Some of the most important causes of job stress are (Triperina, 2002) the poor interpersonal relationships between colleagues, excessive workload of the staff, exclusion of employees from decision-making, and work-life imbalance. In a study (Vakola & Nikolaou, 2005) job stress was found to be associated with lack of motivation, occupational accidents, reduced performance at work, reduced job satisfaction employee's side, problematic communication, intra-professional conflicts and negative attitude towards organizational changes in the workplace.

Most important sources of teachers' job stress are (Brown & Nagel, 2004) students' behavior problems, time pressure felt by teachers to complete school material, and unsatisfactory working conditions. A study conducted by Lazuras (2006) in Greece found that among the stressors reported by Special Education teachers as limiting their performance were factors related to organizational aspects of the job, such as organizational structure, lack of information about what and how they should do, insufficient supervision and inspection, and lack of co-operation between colleagues. Platsidou and Agaliotis (2008) found that the heterogeneity of classes, the activities of the daily program, the implementation of the syllabus, the assessment of students with special needs and the collaboration with other scientific bodies, with parents and with colleagues, were the most stressful factors for special education teachers.

Zhong et al. (2009), in their research on university teachers in China concluded that burnout is the first reaction to job stress and that it plays an important, mediating role in the relationship between job stress and teachers' physical and mental health. Also, according to Maher (1983), burnout may be the result of chronic and not rationally managed stress that people experience in trying to respond satisfactorily to more than one role (Antoniou & Dalla, 2008). Billingsley (2002) also reports that job stress is clearly related to teacher burnout and attrition.

Leontari, Kyridis & Gialamas (2000) found that female teachers as well as teachers with less experience and lower qualifications have more stress than their other colleagues, while in relation to age, marital status, years of service and educational level, no statistically significant correlations were found between men and women teachers. Unmarried have been consistently shown to have higher levels of burnout, and newly appointed teachers show higher levels of depersonalization and emotional exhaustion compared to all other age groups (Polychroni & Antoniou, 2006).

Koumoutsou, Maria- Sara

Research findings by Aftab and Khatoon (2012), which examine the relationship of job stress with demographics of secondary school teachers, show that teachers experience low levels of job stress. Regarding gender, male teachers have higher stress levels than female teachers. The research results by Shkembi et al. (2015), which investigates workplace stress among primary and secondary school, showed that job stress was significantly predicted by place of residence and level of education but not by age, gender, marital status, or work experience. Kourmoussi & Alexopoulos (2016) found that female and younger teachers reported significantly higher levels of stress, and secondary education teachers had more stress than those in primary education.

Tsiakiroi and Pasiardis (2002) found that teachers deal with their stress by creating friendly and cooperative relationships with colleagues, make timely and responsible planning in the educational process, try to have good relations with parents and try to they find the positive elements of a situation. Finally, dealing with and managing job stress is a special case that depends on social support, family environment, age, gender, etc. (Hatzichristou, 2004).

Job Satisfaction

Locke (1976) characterizes job satisfaction as the positive emotional response of the individual towards the specific work he performs, to the extent that his professional values are fulfilled at the same time. Weiss (2002) found out that job satisfaction is not simply an emotional reaction but a comprehensive attitude resulting from the judgment of the individual. The research showed that teachers with low levels of job satisfaction are likely to develop negative relationships with their colleagues (Allodi & Fischbein, 2012).

Most important factors which determine job satisfaction are those that are related to the same individual, that is: gender, age, level of education, professional experience, and personality of the employee (Tsounis & Sarafis, 2015). But also, there are some other endogenous (e.g. skills of employee, intrinsic job satisfaction, freedom of choices, decision making, taking initiatives, independent work) and exogenous factors (e.g. space and working conditions, salary, gifts or bonus, working hours, promotions, security, leadership).

Gkolia and Koustelios (2014) found that there are five (5) factors related to job satisfaction: role of the school principal, interpersonal relationships with colleagues, love and interest that teachers show for their profession, the nature of the work, and the conditions that prevail in the workplace can work positively or negatively in terms of job satisfaction.

INFLUENCE OF STRESS AND JOB SATISFACTION ON THE DEVELOPMENT OF THE 'BURNOUT SYNDROME' IN TEACHERS FROM SCHOOLS IN THE REPUBLIC OF GREECE

According to Gkolia and Koustelios (2014) the main factors of teachers' job satisfaction are the prestige, nature of work, relations with the students, relations with the colleagues and manager, salary, and working conditions.

Theories surrounding motivation are the cornerstone and connecting link of the theoretical approach to the phenomenon of job satisfaction. They are divided into two major categories, 'Ontological theories/approaches' (those that satisfy and motivate workers and are related to the needs one presents to motivations linked to the nature of work or its environment) and 'Mechanistic theories/approaches' (they emphasize on the conditions that prevail, which can enhance both efficiency and employee satisfaction) (Cole, 2002).

Job satisfaction is affected by the practiced form of leadership, and also, it has been found out that the more positive the school climate and the more cooperation, interaction and support teachers seek, the higher their job satisfaction is expected (Gkolia, Belias & Koustelios, 2014). Also, for the manager to function as an effective leader, it is important to cultivate the appropriate organizational culture, which should be based on shared values, goals, and orientations, as the organizational culture determines the behavior and the attitudes adopted by the members of the educational organization (Belias & Koustelios, 2014). On top of that, the research by Belias and Koustelios (2014) showed that the director who adopts characteristics of transformational leadership, acts as an example to be followed by the educational staff, promotes, and strengthens the cooperation between them, so that the jointly pursued goals can be achieved.

The Burnout Syndrome

Maslach, Jackson and Leiter (1996) define burnout as a psychological syndrome and emotional exhaustion, depersonalization and reduced job efficiency that may arise between people competing for a position (Mearns & Cain, 2003). Pines and Keinan (2005) believe that job burnout is one of the most important consequences of work stress and is due to the negative effects of chronic work stress on health, but also to psychosocial factors. Also, Pines (2002) believes that some factors that cause burnout in teachers are difficulties in handling children with attention deficit and other difficulties, incompetent managers, lack of support in cases of students with special needs, low wages, involuntary teacher movements, social pressure, demanding parents, and excessive bureaucracy.

Koumoutsou, Maria- Sara

In general, the main factors which cause the burnout syndrome to teachers are the individual (e.g. gender, age, years of service, marital status, educational level) and the educational environmental (e.g. workload, ambiguity and conflict of roles, low salaries, peculiarities of each workplace) factors (Antoniou & Dalla, 2009). According to Stagiass and Iordanidis (2014) the stress the teachers experience can be defined as a set of unpleasant and negative emotions (e.g. anger, sadness, depression), and the increased stress can lead to reduced effectiveness of teachers, which in turn may lead to poor performance of students (Pappas, 2006). While teachers' burnout can be defined as the syndrome that it is the result of chronic work stress and is characterized by physical, emotional and behavioral exhaustion (Kyriacou, 1987).

Papagianni and Reppa (2008) found out that the burnout of the Greek general education teachers is in lower levels compared to teachers' burnout working in special education. While Koustelios and Tsigilis (2005) found that the basic factors responsible for the occurrence of burnout on general education teachers is the nature of their work, management of the school unit, relationships between colleagues, and general conditions that prevail in the school environment. In the research by Tsigilis, Zachopoulou and Grammatikopoulos (2006) was realized that job satisfaction in teachers of the public sector, caused by the conditions and nature of work itself, is negatively related to the burnout.

Effects of stress and by extension burnout are twofold, both in school organizations and individual teachers. The school organizations are affected by the loss of teachers, either due to resignation or premature retirement, but also by reducing the effectiveness of those who remain, while at the individual level the consequences relate to health problems, low self-esteem, and deterioration of personal relationships (Howard & Johnson, 2004). Siu (1995) summarizes the following effects of burnout on teachers: psychological exhaustion, psychological dysfunctional stress and physical, low job satisfaction, high levels of negative stress, and emotional, behavioral, and mental symptoms. Ghani, Ahmad, and Ibrahim (2014) believe that stress in special education teachers is the result of the following key factors: inappropriate behavior of students, workload, limited available time and resources, low recognition of their special efforts, and bad interpersonal relationships. High levels of work stress in special education teachers result in occupational dissatisfaction, burnout and eventually lead teachers to leave the profession completely or go to general education schools (Lazuras, 2006).

INFLUENCE OF STRESS AND JOB SATISFACTION ON THE DEVELOPMENT OF THE 'BURNOUT SYNDROME' IN TEACHERS FROM SCHOOLS IN THE REPUBLIC OF GREECE

Biglan et al. (2013) found three main variables related to burnout syndrome of special education teachers: experiential avoidance, conscious awareness, and valuable living. Also, both the conflict of roles as well as the ambiguity of the roles contribute significantly to the exhaustion of special education teachers, considering their gender, experience and training (Elibiary et al., 2017), and their high degree of job satisfaction is negatively correlated with burnout (Platsidou & Agaliotis, 2008). Even in the study by MacKenzie et al. (2010) it was found that special education teachers at the same time experiencing negative emotions such as frustration, isolation, and anger, but also positive emotions such as sensitivity, compassion, emotion, and passion for their work.

The research by Antoniou, Polychroni and Walters (2000) showed that Greek special education teachers are experiencing moderate to high levels of stress, low levels of personal achievement, moderate to high emotional exhaustion and moderate levels of depersonalization. Research by Skarlatos (2019) on teachers in secondary special education showed that they experience higher burnout levels compared to other surveys conducted in Greek teachers of primary or secondary general education (Koustelios & Kousteliou, 2001), but also teachers of primary special education (Platsidou & Agaliotis, 2008).

2. Methodology of the Conducted Psychological Research

Aim and Tasks of the Study

The main objective of this research is to investigate the stress and job satisfaction factors and how it affects the development of burnout syndrome on Greek special education teachers.

Individual objectives are the investigation of the levels of burnout, work-related stress, the overall job satisfaction, and its individual dimensions, and finally, whether and to what extent certain demographic and social factors influence their burnout and job satisfaction.

From the above arise 4 research questions, as follows:

1. How do stress and job satisfaction affect Greek special education teachers' burnout?
2. What are the levels of burnout and the individual dimensions among special education teachers?
3. What is the level of work-related stress and job satisfaction among special education teachers?

Koumoutsou, Maria- Sara

4. What are the demographic factors that affect the levels of burnout, stress, and job satisfaction among special education teachers?

Participants and Research Hypotheses

The research participants were Greek special education teachers (permanent, substitutes or hourly workers) working in primary and secondary education, and the sampling method which selected was the “convenience sampling”.

The main hypothesis of this study hypothesizes that “Stress and job satisfaction influence the development of burnout syndrome in Greek special education teachers”.

But there are still 12 hypotheses, which hypothesize that:

1. Stress among these teachers is influenced by their gender.
2. Age is a predictor of stress for special teachers.
3. Years of professional experience influence their stress.
4. Job satisfaction among them is influenced by their gender.
5. Teachers’ age affects their job satisfaction.
6. Duration of professional work affects job satisfaction.
7. Age is a predictor of the development of burnout.
8. Gender is a factor that develops the burnout.
9. Teachers’ years activity influences the development of burnout.
10. There is an inverse relationship between stress and job satisfaction.
11. There is a directly proportional relationship between stress and burnout syndrome.
12. There is a directly proportional relationship between job satisfaction and burnout.

Methods for Collecting Research Data and Processing of Results

The research was conducted during the period April - June 2023 mainly through “Google Forms” application, and in total were received 368 responses to its four (4) questionnaires. The questionnaire was uniform, all questions were scored on Likert scales, and included the following 4 sections: a) Demographic characteristics (5 questions), b) Oldenburg Burnout Inventory (OLBI) for measuring burnout (16 questions), c) Job Stress Measure (JSM) for assessing job related stress (16 questions), and d) Minnesota Satisfaction Questionnaire (MSQ) for measuring employee satisfaction (20 questions).

Initially, descriptive statistics were carried out with tables or charts of absolute and relative frequencies. A test of independence was then performed with the chi-square test

INFLUENCE OF STRESS AND JOB SATISFACTION ON THE DEVELOPMENT OF THE 'BURNOUT SYNDROME' IN TEACHERS FROM SCHOOLS IN THE REPUBLIC OF GREECE

procedure to investigate the proportionality of the sample and any effects between demographic characteristics. For OLBI, JSM and MSQ questionnaires, reliability analysis was applied. Correlation analysis was also applied to establish the correlations between the dimensions of the questionnaires, and regression analysis where this was necessary. Finally, all statistical procedures were performed with the IBM SPSS Statistics - Ver. 25 statistical program.

3. Results of the Conducted Research

Demographic Characteristics

	N	%
Sex		
Man	86	23,4
Woman	282	76,6
Age (years)		
21 - 30	22	6,0
31 - 40	165	44,8
41 - 50	141	38,3
51 - 60	40	10,9
Education Level		
University	26	7,1
University of Technology	19	5,2
MSc	305	82,9
PhD	18	4,9
Marital Status		
Unmarried	133	36,1
Married	220	59,8
Divorced	15	4,1
Work Experience (years)		
1 - 10	198	53,8
11 - 20	140	38,0
21 - 30	22	6,0
30 or more	8	2,2

In in the adjacent Table 3.1 we can observe that from the 368 participants special teachers, 282 (76.6%) were women, 165 teachers (44.8%) were between 31-40 years, 82.9% hold a MSc and 4.9% a PhD, 59.8% were married, and 53.8% had work experience from 1-10 years. Also, from the application of the 'Chi-square Test' it is found that the age of the teachers is independent of the gender, work experience, and marital status ($p>0.05$), and the level of education differs statistically significantly in terms of gender ($p<0.05$). So, according to the characteristics of the sample, no bias is expected in the research results.

Table 3.1: Distribution of demographics

Stress Measurement Results

Investigating the variability of the Job Stress Measure (JSM) questionnaire in terms of demographic characteristics in the adjacent Table 3.2, can be seen that only the variable 'Age' does not affect the stress score ($p>0.05$). Also, female teachers have a statistically significantly higher degree

	N	Mean	SD	p-value
Sex				0,024
Man	86	2,73	0,98	
Woman	282	2,95	0,64	
Age (years)				0,051
21 - 30	22	3,19	0,53	
31 - 40	165	2,86	0,80	
41 - 50	141	2,89	0,58	
51 - 60	40	2,95	1,00	
Education Level				<0,001
University	26	2,46	1,21	
University of Technology	19	2,45	0,74	
MSc	305	2,94	0,65	
PhD	18	3,37	0,82	
Marital Status				0,004
Unmarried	133	3,00	0,73	
Married	220	2,81	0,74	
Divorced	15	3,40	0,61	
Work Experience (years)				0,001
1 - 10	198	2,92	0,68	
11 - 20	140	2,97	0,69	
21 - 30	22	2,73	1,17	
30 or more	8	1,72	0,50	

Koumoutsou, Maria- Sara

of stress than males ($p<0.05$), PhD holders have the highest degree of stress, the married have the lowest level of stress, and those who have been working for 30 years or more have the lowest stress score.

Table 3.2: Comparisons of JSM by demographics

Job Satisfaction Measurement Results

From the investigation of Minnesota Satisfaction Questionnaire (MSQ), in terms of

	N	Mean	SD	p-value
Sex				0,535
Man	86	3,26	1,03	
Woman	282	3,25	0,72	
Age (years)				0,035
21 - 30	22	3,32	0,97	
31 - 40	165	3,25	0,79	
41 - 50	141	3,33	0,79	
51 - 60	40	2,94	0,74	
Education Level				0,335
University	26	2,92	1,25	
University of Technology	19	3,11	1,20	
MSc	305	3,28	0,74	
PhD	18	3,39	0,37	
Marital Status				0,032
Unmarried	133	3,14	0,84	
Married	220	3,35	0,75	
Divorced	15	2,87	0,95	
Work Experience (years)				0,004
1 - 10	198	3,35	0,81	
11 - 20	140	3,15	0,74	
21 - 30	22	3,39	0,86	
30 or more	8	2,25	0,80	

participants' demographics, have been found the following (Table 3.3): Age, Marital status and Work experience are the variables that influence the variability ($p<0.05$) of the score of MSQ questionnaire dimension.

Regarding the age, the lowest score is found in special education teachers 51-60 years old, and divorced special education teachers score the lowest regarding marital status. Finally, teachers with work

experience from 30 or more years have the lowest score in the 'general dimension' of MSQ.

Table 3.3: Comparisons of 'general dimension' by demographics

Burnout Syndrome Measurement Results

Oldenburg Burnout Inventory (OLBI) questionnaire was used in this study in order to measure burnout, and it consists of the 'Exhaustion' and 'Disengagement' sections, which will be analyzed in the 2 below tables.

INFLUENCE OF STRESS AND JOB SATISFACTION ON THE DEVELOPMENT OF THE ‘BURNOUT SYNDROME’ IN TEACHERS FROM SCHOOLS IN THE REPUBLIC OF GREECE

	N	Mean	SD	p-value
Sex				0,504
Man	86	2,37	0,60	
Woman	282	2,38	0,44	
Age (years)				0,002
21 - 30	22	2,64	0,44	
31 - 40	165	2,31	0,49	
41 - 50	141	2,43	0,51	
51 - 60	40	2,32	0,24	
Education Level				0,002
University	26	2,48	0,79	
University of Technology	19	2,37	0,59	
MSc	305	2,34	0,40	
PhD	18	2,95	0,65	
Marital Status				0,103
Unmarried	133	2,43	0,49	
Married	220	2,34	0,48	
Divorced	15	2,56	0,29	
Work Experience (years)				0,137
1 - 10	198	2,44	0,45	
11 - 20	140	2,33	0,50	
21 - 30	22	2,14	0,52	
30 or more	8	2,38	0,40	

Table 3.4: Comparisons of ‘Exhaustion dimension’ by demographics

	N	Mean	SD	p-value
Sex				0,460
Man	86	2,32	0,45	
Woman	282	2,34	0,43	
Age (years)				0,021
21 - 30	22	2,51	0,34	
31 - 40	165	2,29	0,40	
41 - 50	141	2,38	0,47	
51 - 60	40	2,26	0,48	
Education Level				0,025
University	26	2,45	0,64	
University of Technology	19	2,46	0,32	
MSc	305	2,30	0,40	
PhD	18	2,69	0,56	
Marital Status				0,004
Unmarried	133	2,43	0,41	
Married	220	2,27	0,45	
Divorced	15	2,43	0,29	
Work Experience (years)				0,067
1 - 10	198	2,31	0,46	
11 - 20	140	2,37	0,39	
21 - 30	22	2,27	0,50	
30 or more	8	2,63	0,40	

teachers have an average score of 2.43.

Table 3.5: Comparisons of ‘Disengagement dimension’ by demographics

Interaction Results between Stress, Job Satisfaction and Burnout Syndrome

Yearbook of Psychology

2024, Vol. 15, Issue 2, Online ISSN 2683-0426

Investigating initially the effects of the ‘Exhaustion dimension’ (Table 3.4), in terms of demographic characteristics, the results show that Gender, Marital status and Work experience do not affect the degree of it ($p>0.05$). On the contrary, Age and Level of education affect the degree of Exhaustion as they present statistically significant differences ($p<0.05$). More specifically, teachers aged from 21 to 30 years, and those holding a PhD have the highest degree of Exhaustion.

Regarding ‘Disengagement dimension’ (Table 3.5), Gender and Work experience don’t affect its score. But, Disengagement is affected by Age, Education level and Marital status, according to the results ($p<0.05$). More specifically, teachers who are aged 21-30 years have a higher degree of Disengagement than the rest, PhD holders have a higher score of this dimension, married teachers have an average score of 2.27, while unmarried and divorced

Koumoutsou, Maria- Sara

From the application of the correlation analysis, it is found that almost all the dimensions of the questionnaires used in this study have a high degree of correlation between them. The Exhaustion dimension of OLBI has positive correlation with the total score of JSM and negative correlation with the total score of MSQ and its individual dimensions. The Disengagement dimension of OLBI, has a low degree of correlation with JSM. Also, the total score of JSM is negatively correlated with the Intrinsic, Extrinsic and General dimensions respectively.

Results on the Relationship between Stress and Burnout Syndrome

From the application of the regression analysis, it is found that the effect of stress evaluated with the JSM questionnaire has a statistically significant effect on the burnout syndrome. It also has a statistically significant effect on both dimensions (exhaustion and disengagement) of burnout.

Results on the Relationship between Job Satisfaction and Burnout Syndrome

From the regression analysis between the dimensions of job satisfaction and burnout syndrome, it is observed that all dimensions of Job Satisfaction have a statistically significant effect on burnout syndrome, but also on the individual dimensions. Regarding the degree of influence of the job satisfaction dimensions, it is found that the Exhaustion dimension is influenced from the Intrinsic dimension, from the extrinsic dimension and from the general dimension. Finally, only the two (2) dimensions of job satisfaction affect the Disengagement, Intrinsic and Extrinsic dimension.

4. Discussion - Conclusions - Limitations

Discussion on the Research Data

The purpose of this thesis was to evaluate the levels of stress and burnout as well as the satisfaction of special education teachers in Greece. It was also investigated whether these levels are influenced by demographic factors and how they are related, both to the occurrence of burnout in professionals and to stress levels.

From the interpretation of the results of the OLBI burnout scale, it was found that Greek special education teachers show on average high levels of burnout, because of intense psychological and physical strain, with the dimension of Exhaustion from the job being reflected at higher levels compared to the dimension of Disengagement. Regarding the

INFLUENCE OF STRESS AND JOB SATISFACTION ON THE DEVELOPMENT OF THE 'BURNOUT SYNDROME' IN TEACHERS FROM SCHOOLS IN THE REPUBLIC OF GREECE

demographic characteristics of the academic staff and their relationship with feelings of professional burnout, the gender of the special education teachers did not appear to be a significant differentiating factor in terms of the Exhaustion and Disengagement dimensions of the OLBI questionnaire. The factors age and education level of the special education teachers affect the differentiation of burnout both in the Exhaustion dimension and in the Disengagement dimension of the OLBI questionnaire. Also statistically significant is the differentiation of Disengagement in terms of marital status.

From the stress investigation, it was found that the special education teachers face a moderate degree of stress overall. Investigating the effects on stress levels and whether they are affected by demographic characteristics, it was found that gender, education level, marital status and work experience differentiate stress scores. Regarding teachers' age, there was a negative correlation with stress, as the higher the age, the lower the degree of professional stress, however the differences between the age categories were not statistically significant. Male teachers declared a statistically significantly lower degree of stress than females. Also, teachers with higher formal qualifications, such as PhD and MSc holders, declare statistically significantly higher levels of professional stress. Married special education teachers are characterized by less stress than unmarried and divorced. Divorced people have the highest levels of stress. These findings agree with other studies. Finally, the age and work experience also found a negative correlation with stress levels, that is, the more years of experience teachers have, the less stress levels they report, thing that agree with previous research.

Regarding the professional satisfaction of Greek special education teachers that was investigated through MSQ, it was found that the score of the endogenous factors is influenced by the demographic characteristics of teachers, in particular, gender, marital status, and professional experience. Regarding gender, it was found that men declared a statistically significantly higher percentage of intrinsic satisfaction than women, in agreement with other studies. The married teachers declaring more satisfaction than unmarried and divorced ones, and the more experience teachers have, the more satisfaction they derive from their work. Concerning the external factors in relation to demographic characteristics that influence the degree of satisfaction of teachers, they are gender and work experience. Men and those with more years of experience report a higher satisfaction score. The evaluation of the general factors of professional satisfaction showed that gender and level of education did not

Koumoutsou, Maria- Sara

differentiate the general factor score. In terms of age, a higher grade was observed among teachers 41 to 50 years old and the lowest among teachers 51 to 60 years old. While married teachers, as in endogenous and exogenous factors, declare a higher degree of satisfaction.

In general, from the results of the investigation regarding professional satisfaction, it appears that the special education teachers are quite satisfied with the educational system, with the content of the teacher's work, but also with the school climate that prevails in general and among colleagues, from the leadership style - collaboration with the principal and from the relationships they have developed with students, parents, and the community outside the school. Also, from the investigation of the correlation between stress, the dimensions of job satisfaction and the dimensions of burnout, it was found that stress has a statistically significant positive correlation with the levels of Exhaustion and Disengagement. On the contrary, job-related satisfaction was negatively correlated with the Exhaustion and Disengagement dimensions of burnout. It was also noticed that there is an inverse relationship between stress and job satisfaction in special education teachers.

Conclusions of the Research

In conclusion and regarding the 1st research question which was: “How do stress and job satisfaction affect the burnout of special education teachers in Greece?”, it was found that there is an effect of stress and job satisfaction on the occurrence of burnout in special education teachers.

Regarding the 2nd research question: “What are the levels of burnout and the individual dimensions among special education teachers in Greece?”, evaluating the levels of burnout of the sample considering the burnout levels of the OLBI scale as defined by Peterson et al. (2008), the sample's degree of exhaustion was high, as the mean score of the Exhaustion dimension (2.38) was greater than the mean value of 2.25 (cut-off score). Similarly, the degree of disengagement was high, as the mean score of the Disengagement dimension (2.33) was greater than the mean value of 2.1 (cut-off score).

Concerning the 3rd research question: “What is the level of work-related stress and the job satisfaction among special education teachers in Greece” it was found that the level of stress in the entire sample was 2.90 which is higher than the average value (2.5) of the scale, which means that special education teachers are characterized by stress. At the same time, high values were found in the levels of the dimensions of job satisfaction both in the intrinsic

INFLUENCE OF STRESS AND JOB SATISFACTION ON THE DEVELOPMENT OF THE 'BURNOUT SYNDROME' IN TEACHERS FROM SCHOOLS IN THE REPUBLIC OF GREECE

dimension (3.47) and in the extrinsic dimension (2.89) and in the General dimension (3.25), which means that they feel quite satisfied with their work them as all values are above the average value (2.5) of the scale.

Concluding, regarding the 4th research question: "What are the demographic factors that affect the levels of burnout, stress, and job satisfaction among special education teachers in Greece" it was initially established that gender does not differentiate the levels of burnout even though it affects stress and job satisfaction, where men report statistically significantly less stress and more satisfaction than women. After the investigation of the age of special education teachers, it was found that there is a gradual decrease in burnout in older teachers. The same picture is presented in stress, where the elderly declared lower levels than the younger ones, but without a statistically significant difference. Ultimately, in the dimensions of job satisfaction, age has a statistically significant effect only on the General dimension. The level of education is a variable that does not affect job satisfaction but significantly differentiates the dimensions of burnout and stress. Specifically, the special education teachers with the highest level of education declare statistically significant higher levels in the dimensions of burnout and stress. As for marital status, it was found that the married have statistically significant lower levels of disengagement, job stress and higher levels of intrinsic and general job satisfaction. Finally, the variable work experience, was found to affect all dimensions of job satisfaction, with younger teachers declaring less satisfaction than older solar teachers. Also, statistically significant differences were found in the exhaustion and disengagement dimensions of burnout, as well as stress, where older teachers report lower levels than younger ones.

With reference to the research hypotheses, the results of the previous statistical analysis confirmed the basic hypothesis that stress and job satisfaction influence the development of burnout syndrome in special education teachers.

All research hypotheses were also confirmed, except of the 8th hypothesis: "The gender of special education teachers is a factor in the development of the burnout syndrome", which was partially confirmed, as there are differences between men and women, but they are not statistically significant.

Limitations and Future Research Directions

Koumoutsou, Maria- Sara

Although the findings of this study found that all the questionnaires used in this thesis are reliable and our sample was satisfactory, we are not able to reduce the results to specific categories of special education teachers, such as position or employment relationship. The specialization of the results in different categories would help to take actions to limit the burnout syndrome.

The future research effort could focus on stratified sampling in terms of primary and secondary schools and proportional geographical coverage of the country. Even though the reliability analysis found a high degree of the alpha (α) index, it is useful to repeat the study in a sample with the same characteristics in order to investigate the stability of the relationships between stress and job satisfaction with the dimensions of burnout.

5. Contributions - Recommendations

The occupation and the in-depth investigation of the topic of this study entitled “Influence of Stress and Job Satisfaction on the Development of the ‘Burnout Syndrome’ in Teachers from Schools in the Republic of Greece” gave the researcher the opportunity to delve into the concepts of this syndrome and to understand the factors that affect the appearance of it in special education teachers.

The uniqueness and innovation of the study lies in the fact that it combines the effect of both job satisfaction and the effect of stress on burnout syndrome. While the studies so far examined individually either the effect of stress or the effect of job satisfaction on burnout. To date there are studies that investigate the phenomenon of burnout syndrome in general in various categories of workers as well as in teachers in general. The present study is of particular importance as it specializes in the investigation of the phenomenon in special education teachers.

From the analysis of the research data, useful conclusions emerged about the interaction of the phenomenon of burnout syndrome with stress and job satisfaction and about the demographic characteristics that affect the levels of burnout and its dimensions. The assessment and measurement method of the burnout syndrome phenomenon as defined is considered indisputable during the preparation of this study and its quantitative and qualitative existence is further confirmed by the present study.

An important part of this thesis investigated the question of which characteristics or combinations of characteristics affect burnout or the individual dimensions of burnout and are

INFLUENCE OF STRESS AND JOB SATISFACTION ON THE DEVELOPMENT OF THE 'BURNOUT SYNDROME' IN TEACHERS FROM SCHOOLS IN THE REPUBLIC OF GREECE

therefore related to the development process or the maintenance of the syndrome. To answer this question about which characteristics promote burnout or inhibit burnout, different statistical methods were used, such as: analysis of variance, correlation, and multiple regression analyses.

In order to identify the possible factors influencing burnout, a wide range of independent variables was collected during the study. In addition to the estimation of the dependent variable, another generally critical point, which applies to any empirical study, lies in the choice of measurement instruments for the collected constructs and independent variables. Depending on the instruments used, results may vary. This fact was considered in the present study by carefully selecting all the scales of the questionnaire as well as by checking them based on factor and reliability analyses. Mainly scales that had already been tested and confirmed as valid were used.

Given that research on Burnout Syndrome is currently in its infancy, compared to research on other constructs of stress and job satisfaction, it is suggested that they expand to larger sample sizes and specialize in investigating prevalence in individual categories of educational constructs.

Overall, the results regarding the quantity and quality of the phenomenon certainly give enough reasons for a serious health and school policy discussion about this stress syndrome, which is apparently widespread among teachers. Ultimately, burnout does not only mean a high level of suffering for the teacher but is also likely to have consequences for society as a whole in the long term, which is already expressed, for example, in the disproportionately high number of teachers taking early retirement. Even more serious are the consequences for the services offered by special education teachers to such a sensitive category of students. Consequently, for educational as well as economic reasons, it is also useful to further investigate the direct and indirect associations regarding the development and maintenance conditions of burnout.

References

- Aftab, M., & Khatoon, T. (2012). Demographic Differences and Occupational Stress of Secondary School Teachers. *European Scientific Journal*, 8, 159-175.
- Allodi, M.W., & Fischbein, S. (2012). Teachers' perceptions of their work environment in Swedish junior high schools. *Research in Comparative and International Education*, 7(3), 376–393.
- Antoniou, A.S., & Dalla, M. (2008). Vocational Exhaustion and Satisfaction from the profession of Greek Teachers (Special and General Education) and Secondary Education Teachers: A Comparative Study. *Work and Society*.
- Antoniou, A.S., & Dalla, M. (2009). The personality traits of Greek tutors in relation to levels of burnout, work stress and job satisfaction. *1st Panhellenic Conference of Educational Sciences*, Volume A.
- Antoniou, A.-S., Polychroni, F., & Walters, B., (2000). Sources of stress and professional burnout of teachers of special educational needs in Greece. *Proceedings of the International Conference of Special Education*, ISEC, Manchester, July 24-28, UK.
- Antoniou, A.S., & Dalla, M. (2010). Επαγγελματική εξουθένωση και Ικανοποίηση από το Επάγγελμα Ελλήνων Δασκάλων (Ειδικής και Γενικής Αγωγής) και Καθηγητών Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης: Συγκριτική μελέτη [Vocational exhaustion and Satisfaction from the Profession of Greek Teachers (Special and General Education) and Secondary Education Teachers: A comparative study]. In Ch. Karakioulafi & M. Spyridakis, *Labor and Society*, pp. 365-399. Athens: Dionikos. Retrieved on 20/4/2022 from: <https://www.academia.edu/7275872/> .- . and . 2010 . . . and . . . and 365-399 .

INFLUENCE OF STRESS AND JOB SATISFACTION ON THE DEVELOPMENT OF THE 'BURNOUT SYNDROME' IN TEACHERS FROM SCHOOLS IN THE REPUBLIC OF GREECE

Belias, D., & Koustelios, A. (2014). Organizational culture and job satisfaction: A review. *International Review of Management and Marketing*, 4(2), 132.

Biglan, A., & Embry, D.D. (2013). A Framework for Intentional Cultural Change. *J Contextual Behav Sci.*, 2 (3-4).

Billingsley, B.S. (2002). Improving Special Education Teacher Retention: Implications from a Decade of Research. *Journal of Special Education Leadership*, 15(2), 60-66.

Brown, S., & Nagel, L. (2004). Preparing future teachers to respond to stress: Sources and solutions. *Action in Teacher Education*, (26)1, 148-156.

Chang, M.L. (2009). An appraisal perspective of teacher burnout: Examining the emotional work of teachers. *Educational Psychology Review*, 21(3), 193–218.

Cole, G. (2002). *Personnel and Human Resource Management (5th Ed)*. Thomson Learning, London, pp: 95-105.

Eysenck, M.W. (1997). *Anxiety and Cognition: A unified Theory*. Hove, England: Psychology Press.

Ghani, M.Z., Ahmad, A.C., & Ibrahim, S. (2014). Stress among Special Education Teachers in Malaysia. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 114, 4-13.

Gkolia, A., Belias, D., & Koustelios, A. (2014). The impact of principals' transformational leadership on teachers' satisfaction: evidence from Greece. *European Journal of Business and Social Sciences*, 3(6), 69-80.

Hatzichristou, H.G. (2004). *Εισαγωγή στη Σχολική Ψυχολογία [Introduction to School Psychology]*. Athens: Greek Letters.

Howard, S., & Johnson, B. (2004). Resilient teachers: resisting stress and burnout. *Social Psychology of Education*, 7(4), 399-420.

Karavana, E., Antoniou, A.S., & Ntalla, M. (2011). Εργασιακό στρες, επαγγελματική εξουθένωση και προαγωγή υγείας εκπαιδευτικών ειδικής και γενικής αγωγής [Job stress, burnout and health promotion of special and general education teachers]. *Presentation at the 3rd Panhellenic Conference of Educational Sciences*, Athens.

Koumoutsou, Maria- Sara

Kourkoutas, E., Eleftherakis, T., Vitalaki, E., & Hart, A. (2015). Family-School- Professionals partnership: an action research program to enhance the social, emotional, and academic resilience of children at risk for exclusion. *Canadian Journal of Education and Learning*, 4, 3, 112-122.

Kourmoussi, N., & Alexopoulos, E.C. (2016). Stress Sources and Manifestations in a Nationwide Sample of Pre-Primary, Primary, and Secondary Educators in Greece. *Frontiers in Public Health*, 4, 73.

Koustelios, A. (2001). Επαγγελματική ικανοποίηση και επαγγελματική εξουθένωση στην εκπαίδευση [Job satisfaction and burnout in education]. *Psychology*, 8(1), 30-39.

Koustelios, A., & Tsigilis, N. (2005). The relationship between burnout and job satisfaction among physical education teachers: a multivariate approach. *European Physical Education Review*, 11(2), 189- 203.

Kyriacou, C. (1987). Teacher stress and burnout: An international review. *Educational research*, 29(2), 146-152.

Lazuras, L. (2006). Occupational stress, negative affectivity, and physical health in special and general education teachers in Greece. *British journal of special education*, 33(4), 204-209.

Leka, S., Cox, T., & Griffiths, A. (2003). *Work organization and stress: systematic problem approaches for employers, managers, and trade union representatives*. World Health Organization.

Leontari, A., Kyridis, A., & Gialamas, B. (2000). Το επαγγελματικό άγχος των εκπαιδευτικών της Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης [The professional stress of Primary Education teachers]. *Educational Review*, 30, 139-161.

Locke, E. (1976). The nature and cause of job satisfaction. In: *Handbook of industrial and organizational psychology*. Chicago: Rand McNally, 1297-1343.

MacKenzie S.B., Podsakoff P.M., & Podsakoff N.P. (2010). Sources of method bias in social science research and recommendations on how to control it. *Annual Review of Psychology*, 63(1), 539–569.

Maher, E.L. (1983). Burnout and commitment: A theoretical alternative. *Personnel & Guidance Journal*, 61(7), 390–393.

INFLUENCE OF STRESS AND JOB SATISFACTION ON THE DEVELOPMENT OF THE 'BURNOUT SYNDROME' IN TEACHERS FROM SCHOOLS IN THE REPUBLIC OF GREECE

Maslach, C., Jackson, S.E., & Leiter, M.P. (1996). *Maslach Burnout Inventory (3rd Ed.)*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

Maslach, C., & Leiter, M. (2017). Burnout and Engagement: Contributions to a New Vision. *Burnout Research*, 5(C).

Mearns, J., & Cain, J.E. (2003). Relationships between teachers' occupational stress and their burnout and distress: Roles of coping and negative mood regulation expectancies. *Anxiety, Stress & Coping*, 16(1), 71-82.

Moe, A., Pazzaglia, F., & Ronconi, L. (2010). When being able is not enough. The combined value of positive affect and self-efficacy for job satisfaction in teaching. *Teaching and Teacher Education*, 26(5), 1145–1153.

Papagianni, A., & Reppa, G. (2008). Professional exhaustion of teachers who teach in classrooms where students with behavioral problems or learning difficulties attend. *10th Conference of the Cyprus Pedagogical Society*, Nicosia.

Pappa, B. (2006). Το στρες των εκπαιδευτικών και οι παράγοντες που συμβάλλουν στην επαγγελματική εξουθένωση [Teacher stress and factors contributing to burnout]. *Educational Review*, 11, 135-142. Pines, A. (2002). A psychoanalytic-existential approach to burnout: Demonstrated in the cases of a nurse, a teacher, and a manager. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 39(1), 103–113.

Pines, A.M., & Keinan, G. (2005). Stress and Burnout: The Significant Difference. *Personality and Individual Differences*, 39, 625-635.

Platsidou, M., & Agaliotis, I. (2008). Burnout, Job Satisfaction, and Instructional Assignment-related Sources of Stress in Greek Special Education Teachers. *International Journal of Disability, Development and Education*, 55(1), 61-76.

Polychroni, F., & Antoniou A-S. (2006). Εργασιακό στρες και επαγγελματική εξουθένωση των Ελλήνων εκπαιδευτικών στην πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια εκπαίδευση [Work stress and burnout of Greek teachers in primary and secondary education]. *Educational School Psychology*, Volume III, 161-186. Athens: Atrapos.

Koumoutsou, Maria- Sara

Sari, H. (2004). An analysis of burnout and job satisfaction among Turkish special school head teachers and teachers, and the factors affecting their burnout and job satisfaction. *Educational Studies*, 30 (3), 291- 306.

Saridi, M., Karra, A., & Souliotis, K. (2016). *Εργασιακό stress και επαγγελματίες υγείας σε περίοδο οικονομικής κρίσης [Work stress and health professionals in a period of economic crisis]*. Med. Soc., Athens, 33: 11.

Shkempi, F., Melonashi, E., & Fanaj, N. (2015). *Workplace stress among teachers in Kosovo*. Sage open, 5(4).

Siu, O.L. (1995). Occupational stress among schoolteachers: A review of research findings relevant to policy formation. *Faculty of Social Sciences*. Hong Kong: Lingnan College.

Skarlatos, K. (2019). Vocational burnout, work stress and teaching effectiveness of deputy special education teachers of Departments Integration and Parallel Support of secondary education. *Postgraduate Paper*, Thessaloniki: University of Macedonia.

Stagia, D., & Iordanidis, G. (2014). Το επαγγελματικό άγχος και η επαγγελματική εξουθένωση των εκπαιδευτικών στην εποχή της οικονομικής κρίσης [Professional stress and professional burnout of teachers in the era of economic crisis]. *Scientific Yearbook of the Pedagogical Department of Kindergarten Teachers of the School of Educational Sciences of the University of Ioannina*, 7, 56-82.

Stefanidou, A. et al. (2010). Η βιοψυχοκοινωνική προσέγγιση του εργασιακού στρες στους επαγγελματίες υγείας [The biopsychosocial approach to occupational stress in health professionals]. *Nursing*, 49: 364-376.

Triperina, I. (2002). *Διαχείριση καριέρας και απόδοσης: εφαρμόζοντας την ψυχολογία στην εργασία [Career and performance management: applying psychology to work]*. Athens: Clever Carrera.

Tsiakiros, A., & Pasiardis, P. (2002). Επαγγελματικό άγχος εκπαιδευτικών και διευθυντών σχολείων: μια ποιοτική προσέγγιση [Occupational stress of teachers and school principals: a qualitative approach]. *Pedagogical review*, T. 33.

INFLUENCE OF STRESS AND JOB SATISFACTION ON THE DEVELOPMENT OF THE 'BURNOUT SYNDROME' IN TEACHERS FROM SCHOOLS IN THE REPUBLIC OF GREECE

Tsigilis, N., Zachopoulou, E., & Grammatikopoulos, V. (2006). Job satisfaction and burnout among Greek early educators: A comparison between public and private sector employees. *Educational Research and Reviews*, 1(8), 256.

Tsigra, A. (2017). The contribution of adult education programs in dealing with it burnout syndrome in teachers of Special structures Of Education and Training in the Regional Unit of Serres. *Master's thesis, School of Humanities, Hellenic Open University, Patras*.

Tsounis, A., Sarafis, P., & Bamidis, P. (2014). Motivation among Physicians in Greek Public Health-Care Sector. *British Journal of Medicine & Medical Research*, 4(5): 1094-1105.

Vakola, M., & Nikolaou, I. (2005). Attitudes towards organizational change. *Employee Relations*, 27(2): 160-174.

Varnava-Scura, T. (1996). *To paidi kai η γραφή [The child and writing]*. Athens: Teaching Books Publishing Organization.

Wang, K., Chen, Z., Luo, W., Li, Y., & Waxman, H. (2018). Examining the differences between the job satisfaction of STEM and Non-STEM novice teachers with leaving intentions. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 14(6), 2329–2341.

Weiss, H.M. (2002). Deconstructing job satisfaction. Separating evaluations, beliefs, and affective experiences. *Human Resource Management Review*, 12(2), 173–194.

WHO (2003). *Work organization and stress*. Institute of Work, Health Organizations.

Zhong, J.I.E., You, J., Gan, Y., Zhang, Y., Lu, C., & Wang, H. (2009). Job stress, burnout, depression symptoms, and physical health among Chinese university teachers. *Psychological reports*, 105(3_suppl), 1248-1254.



Research article

RESILIENCE, COPING AND ACADEMIC PERFORMANCE OF HIGH SCHOOL STUDENTS

Garyfallia Mitoli, Ph.D. student*

*Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

Email: g.mitoli@yahoo.com

Abstract

This study examines the intricate connection among academic success, coping strategies, and resilience in high school adolescents. The primary aim is to examine the influence of demographic variables, such as gender, age, and family size, on resilience scores and teenagers' capacity to cope with life's challenges. This research used a comprehensive methodology that included analyzing coping strategies and resilience using established scales and investigating the relationship between these aspects and academic performance indicators. Significant correlations have been found between demographic characteristics, resilience scores, and coping abilities, as shown by the most influential research. Resilience and coping abilities are crucial for emotional well-being and the study results indicate that there may be a definitive association between these factors and academic accomplishment.

Key words: *Resilience in Adolescents, Coping Strategies, Academic Performance*

Introduction

The aim of current study is to investigate the complex relationship between resilience, coping strategies, and academic performance in high school students, regarding the maintenance of psychological well-being. Specifically, the specific characteristics of gender and the number of monthly numbers same to have a great influence regarding the resilience scores and the capacity of adolescence to regulate their life and their school performance. The study of their strategies regarding that is also studied.

Regarding the review of resilience in the first place definition is described, so the term resilience is regarded as an important field of research. In general, this is a complex term, which include a multitude of factors and it is very important as it concerns mental health and is regarded as a key factor for successful mental and social adjustment. Werner was the first psychologist who tried to define resilience according to whom it is the ability that individuals have to cope effectively with the internal pressures of their vulnerabilities. In this definition it is added that every person has stress at some point in their life and moreover it is regarded as the relative resistance to psychosocial risk experiences. Later it was defined as an individual set of characteristics which are combined with the characteristics that allow them to overcome the adversities they face and lead to resilience. So it would be described as the ability of individuals to tend towards health preservation including opportunities for experience. Positive side it's highlighted that there is a multidimensional nature of this there and so resilience is a developmental process and not a passive effect (Ransdell, 2011).

RESILIENCE, COPING AND ACADEMIC PERFORMANCE OF HIGH SCHOOL STUDENTS

In addition coping skills affect students' well-being and academic performance. Ragusa et al. (2023) also emphasise the importance of resilience-related skills like problem-solving and positive reinterpretation in managing academic stress and anxiety. These results suggest that resilience and effective coping strategies may lessen academic stress's negative effects on students' performance and well-being.

Methodology

The study sample included pupils from high schools in the Secondary Education, aged between 13 and 15 years. The sample size included 110 students. The instrument used is a questionnaire. To be more precise, three surveys were sent for completion. It is used the annual grade average of the students in our sample to assess their academic achievement. To gather data on the demographic characteristics of the participants, a concise and organized questionnaire consisting of closed-ended questions was administered. Students were required to submit information on their gender, age, class, and number of family members. The other two questionnaires are:

1. Motion Resilience Scale (RS) by Wagnild & Young (1993). Mamalikou (2012) translated this scale into Greek before administering it to a group of adults and adolescents. The main scale and its subscales revealed reliability indices within acceptable values in the sample of teens, ranging from $=.70$ to $=.89$. This demonstrates that the scale used to assess mental resilience is appropriate for use with teenage populations.
2. Coping Scale for Children and Adolescents (CSCA) by Brodzinsky et al. (1992). The scale has a high internal reliability of 0.76 and repeated measure stability of $r = 0.73$ (Hitt & Brodzinsky, 1991; Smith & Brodzinsky, 1994). Furthermore, the control sample consisted of students from integrating departments rather than special schools (Brodzinsky et al., 1992). Papakonstantinopoulou (2018) used this questionnaire for the first time in Greece, and the results were positive.

Hypotheses

The initial hypothesis of current research is that demographic characteristics, namely gender, age, and the number of family members, might impact resilience scores among high school students. Another hypothesis is the ability of adolescents to navigate life's challenges and its association with school performance, also in light of demographic characteristics. In addition, it is aimed to establish a positive and significant relationship between resilience, coping strategies, and school performance encountered contradictions. This study aims to highlight the positive and significant relationship between resilience, the ability to manage problems, and school performance.

Results and Discussion

The first hypothesis of this study posited that there are disparities in resilience scores and academic achievement based on demographic factors (such as gender, age, and family size) among high school students. According to the most recent research, it has been confirmed.

The study revealed significant disparities in resilience across different age cohorts ($\text{Sig.} = 0.010 < 0.05$). No statistically significant disparities are seen between males and females or among different socioeconomic groups. Regarding academic performance, as evaluated by the mean

grades, there are no noticeable discrepancies across genders or social classes. Nevertheless, there were statistically significant changes (Sig. = 0.01) depending on age. The quantity of family members has a substantial impact on both the mean grades (p-value: 0.000) and mental fortitude (p-value: 0.000).

This is accordance to Silva & Silva (2021) who investigated the development and validation of a measurement tool specifically developed to evaluate the resilience of educational institutions. This scale includes many characteristics or traits that schools must have to support their resilient behavior and guarantee good quality. Their results suggest that schools may vary in their capacity to overcome difficulties, which might be influenced by demographic considerations.

The hypothesis suggesting that demographic parameters such as gender, age, and number of family members influence the ability of high school pupils to handle life issues was validated. The findings indicated significant statistical differences in the coping measures across different age groups (Sig. = 0.030 < 0.05). There is no discernible disparity in statistical significance between boys and girls, nor across different grade levels. Nonetheless, there exists a statistically noteworthy disparity across families with different numbers of family members.

Ransdell's (2011) research aimed to determine the precise psychological and environmental characteristics that allow pupils to attain academic achievement, even in difficult situations. While the main focus is on individual students, the concept of resilience in the face of challenges may also be applied to institutions. Schools that have a variety of demographic features may exhibit varying levels of resilience.

The correlation matrix supports the third hypothesis, which suggests a relationship between resilience, coping strategies, academic performance, and demographic factors. The analysis of the sample revealed significant and strong positive relationships between average grades, mental resilience, and the ability to manage problems. There is a strong and positive correlation between Grades Average and Mental Resilience (Pearson Correlation: 0.847 & Sig.: 0.000), Grades Average and Ability to Manage Problems (Pearson Correlation: 0.813 & Sig.: 0.000), and Mental Resilience and Ability to Manage Problems (Pearson Correlation: 0.833 & Sig.: 0.000). The ability of students to successfully manage challenges and overcome academic impediments is inextricably linked to their resilience and coping strategies.

Similar results were shown by Chemers et al. (2001) who highlighted the importance of academic self-efficacy and coping abilities in predicting students' success in the classroom, their adjustment, levels of stress, and overall health. This underscores the significant impact of coping skills on the overall well-being and academic accomplishments of kids. A study done by Arun et al. (2017) reveals that adolescents who have academic difficulties are more susceptible to experiencing heightened levels of stress, which may then lead to the emergence of suicidal ideation. This emphasizes the detrimental effects that academic difficulties have on the mental well-being of adolescents, therefore underscoring the need to have effective problem-solving and coping skills to overcome academic challenges. Furthermore, Downes et al. (2017) provide unique perspectives on the progression of executive functioning from early infancy to adolescence, highlighting the substantial transformations in executive capabilities that take place throughout this critical period. Gaining insight into the progression of adolescents' problem-solving abilities and coping strategies as they go through their educational journey is crucial for grasping its influence on their academic performance.

It is also confirmed a positive and significant correlation between resilience and academic performance. Our research findings suggest that 71.8% of the variability in mental resilience, the variable under investigation, can be explained by the independent variable, which is the

RESILIENCE, COPING AND ACADEMIC PERFORMANCE OF HIGH SCHOOL STUDENTS

average of grades. The model has statistical significance, as shown by the very low sig. value (sig. = 0.000). The positive unstandardized coefficient value (0.910) indicates a clear correlation between an upward shift in grade average and a corresponding rise in mental resilience. The significance of the coefficient (Sig. = 0.000) reflects the statistical importance of this connection.

Several studies have examined the relationship between resilience and academic performance. For instance, Masten and Narayan (2012) found that resilient children exhibit exceptional academic achievement, even in the face of difficult situations. Similarly, Bonanno (2004) highlighted the capacity of individuals to thrive after traumatic experiences, suggesting that resilience may positively impact academic performance. However, it is essential to consider the impact of demographic factors on this association. Demographic factors such as socioeconomic status, ethnicity, and gender have been seen to influence both resilience and academic performance (Masten, 2001). Children from economically disadvantaged backgrounds may face additional barriers that impact their resilience and, thus, their academic performance.

The existence of a significant and positive association between the coping abilities of teens and their academic achievements was confirmed. The study findings indicate a strong and favorable link (Pearson: 0.813, Sig.: 0.000) between grade average and ability to manage problems.

Moreover, the independent variable, grade average, may explain 66.1% of the variance in the dependent variable, the ability to manage problems. The extremely low sig. value (sig. = 0.000) indicates that the model has statistical significance. The ability of teenagers to proficiently navigate adversities is intricately linked to their academic attainment. The coping techniques used by adolescents have a significant impact on their academic progress and overall well-being. Arsenio & Loria (2014) emphasize the substantial influence of teens' coping strategies and emotional states on their academic success, suggesting a mutual connection where coping strategies may influence academic performance and vice versa. This underscores the need to understand and foster effective coping mechanisms in adolescents to positively impact their academic performance.

According to findings there is a favorable link between resilience, coping mechanisms, and academic achievement. The research demonstrates a strong and positive correlation of 0.833 (Pearson correlation) and a significance level of 0.000 between mental resilience and the ability to manage problems. Moreover, mental resilience explains 69.4% of the variation in the ability to manage problems, indicating that it is a very influential factor in predicting this outcome. The model has statistical significance, as shown by the very low sig. value (sig. = 0.000). This suggests that the relationship between mental resilience and the ability to manage problems is not due to mere coincidence. The results suggest that fostering resilience and using effective coping strategies may mitigate the negative effects of academic stress on students' academic achievement and overall welfare.

Moreover, both Fullerton et al. (2021) and Meneghel et al. (2019) highlight the clear association between academic resilience and problem-focused coping strategies. These findings support the notion that student's ability to effectively manage academic challenges is connected to their resilience and coping strategies, ultimately influencing their academic performance and satisfaction. To alleviate academic stress and enhance positive academic outcomes in students, it is essential to use efficient coping strategies, problem-solving tactics, and resilience-oriented approaches.

Finally, the results asserting that the academic achievement of adolescents may be anticipated based on their adaptability and aptitude for resolving problems, has also been corroborated. The

results demonstrate statistically significant correlations between the subscales of mental resilience, problem-solving aptitude, and arithmetic performance. The study findings indicate a strong and positive correlation of 0.813 (Pearson correlation coefficient) between grade average and ability to manage problems, with a high degree of statistical significance ($p < 0.001$).

Conclusion

The present study provides evidence that both corroborates and challenges the claim that there is a correlation between teens' problem-solving abilities and academic performance, as well as the link between resilience coping strategies and academic accomplishment. Consistent with the results of the current study, Shek & Li (2015) identified a positive association between adolescents' perceived academic success and their overall life satisfaction in a longitudinal study. They discovered that those who reported a high level of life satisfaction had enhanced psychological adaptation and a decreased prevalence of mental health problems. These results suggest that a student's perception of their academic performance, influenced by their problem-solving abilities and resilience, might impact their overall well-being and perhaps their academic achievement. Yeager et al. (2022) performed a study that supports the previous claim based on the results. The research centers on a cognitive intervention aimed at protecting adolescents from stress. The intervention aimed to foster a mindset of growth and adaptability among students, resulting in a reduction in stress levels. These results suggest that developing appropriate coping strategies and resilience might greatly improve the well-being of teens and perhaps boost their academic performance.

References

- Arsenio, W. and Loria, S. (2014). Coping with negative emotions: connections with adolescents' academic performance and stress. *The Journal of Genetic Psychology*, 175(1), 76-90.
- Retrieved on 20/01/2024 from: <https://doi.org/10.1080/00221325.2013.806293>
- Arun, P., Garg, R., & Chavan, B. (2017). Stress and suicidal ideation among adolescents having academic difficulty. *Industrial Psychiatry Journal*, 26(1), 64. Retrieved on 20/01/2024 from: https://doi.org/10.4103/ipj.ipj_5_17
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20-28.
- Brodzinsky, D. M., Elias, M. G., Steiger, C., Simon, G., Gill, M., & Hitt, G. C. (1992). Coping Scale for Children and Youth: Scale development and validation. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 13, 195-214.
- Chemers, M., Hu, L., & Garcia, B. (2001). Academic self-efficacy and first year college student performance and adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 93(1), 55-64. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.93.1.55>

RESILIENCE, COPING AND ACADEMIC PERFORMANCE OF HIGH SCHOOL STUDENTS

Downes, M., Bathelt, J., & Haan, M. (2017). Event functioning from preschool to adolescence. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 59(6), 581-590. Retrieved on 20/01/2024 from: <https://doi.org/10.1111/dmcn.13395>

- related poten

Fullerton, D., Zhang, L., & Kleitman, S. (2021). *An integrative process model of resilience in an academic context: resilience resources, coping strategies, and positive adaptation*. Plos One, 16(2), e0246000. Retrieved on 20/01/2024 from: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246000>

Mamalikou, M. (2012). Προσαρμογή κλίμακας ψυχολογικής ανθεκτικότητας σε ενηλίκους και εξέταση δυνατότητας χρήσης σε εφήβους. [Adjusting the scale of psychological resilience in adults and examining the possibility of use in adolescents]. University of Crete, School of Social Sciences, Department of Psychology. Retrieved on 20/01/2024 from: <https://elocus.lib.uoc.gr/dlib/8/9/3/metadata-dlib-1352460707-906832-28168.tkl>

Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.

Meneghel, I., Martínez, I., Salanova, M., & Witte, H. (2019). Promoting academic satisfaction and performance: building academic resilience through coping strategies. *Psychology in the Schools*, 56(6), 875-890. Retrieved on 20/01/2024 from: <https://doi.org/10.1002/pits.22253>

Papakonstantinopoulou, A. (2018). Η Ψυχική Ανθεκτικότητα παιδιών σχολικής ηλικίας και η διαφοροποίησή τους ως προς τον παράγοντα μαθησιακές δυσκολίες. [The mental resilience of school children and their differentiation in terms of the factor learning difficulties]. University of Patras. Retrieved on 20/01/2024 from: <https://freader.ekt.gr/eadd/index.php?doc=44131#p=1>

Ragusa, A., Gonzalez-Bernal, J., Trigueros, R., Caggiano, V., Gómez, N., Minguez-Minguez, L., ... & Fernandez-Ortega, C. (2023). Effects of academic self-regulation on procrastination, academic stress and anxiety, resilience and academic performance in a sample of spanish secondary school students. *Frontiers in Psychology*, 14. Retrieved on 20/01/2024 from: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1073529>

Ransdell, S. (2011). There's still no free lunch. *American Behavioral Scientist*, 56(7), 908-925. Retrieved on 20/01/2024 from: <https://doi.org/10.1177/0002764211408878>

Shek, D. and Li, X. (2015). Perceived school performance, life satisfaction, and hopelessness: a 4-year longitudinal study of adolescents in hong kong. *Social Indicators Research*, 126(2), 921-934. Retrieved on 20/01/2024 from: <https://doi.org/10.1007/s11205-015-0904-y>

Silva, A. and Silva, S. (2021). Development and validation of a scale to measure the resilience of schools: perspectives of young people from vulnerable and challenging territories. *Improving Schools*, 25(3), 260-275. Retrieved on 20/01/2024 from: <https://doi.org/10.1177/1365480221991742>

Wagnild, GM, & Young, HM (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1:165-178.

Yeager, D., Bryan, C., Gross, J., Murray, J., Krettek, C., Santos, P., ... & Jamieson, J. (2022). A synergistic mindsets intervention protects adolescents from stress. *Nature*, 607(7919), 512-520. Retrieved on 20/01/2024 from: <https://doi.org/10.1038/s41586-022-04907-7>



Theoretical article

ИЗСЛЕДВАНЕ НА ВЛИЯНИЕТО НА СТРЕСА И ТРАВМАТА ВЪРХУ ПСИХИЧЕСКОТО РАЗВИТИЕ НА ДЕТЕТО. МЕТОДИ ЗА ПРЕВЕНЦИЯ И ЛЕЧЕНИЕ.

RESEARCH ON THE INFLUENCE OF STRESS AND TRAUMA ON THE CHILD'S MENTAL DEVELOPMENT. METHODS FOR PREVENTION AND TREATMENT.

Chief Assis. Tsvetelina Hadzhieva, PhD

Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

e-mail: cveti_hadjieva@swu.bg

Assis. Prof. Blagovesta Dafkova, PhD

Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

e-mail: bl.dafkova@swu.bg

Резюме

Настоящата статия прави опит да разгледа деструктивното влияние на стреса и травмата върху психичното развитие на детето. Представен е подробен теоретичен обзор на стреса и травмата, като понятия и въздействия. Разгледани са няколко основни терапевтични метода за работа с деца, преживели травматизиращи събития, като се поставя и значим акцент върху превенцията. Приведените в настоящата статия редица изследвания доказват негативните последици от стреса и травмата върху развитието на психиката на детето и необходимостта от превантивни действия, които да намалят степента на уязвимост спрямо тези деструктивни въздействия.

Ключови думи: стрес, травма, детско развитие, психика, превенция.

Abstract

This article attempts to examine the destructive influence of stress and trauma on the mental development of the child. A detailed theoretical overview of stress and trauma, as concepts and impacts, is presented. Several basic therapeutic methods for working with children who have experienced traumatic events are examined, with a significant emphasis on prevention. A number of studies cited in this article prove the negative consequences of stress and trauma on the development of the child's psyche and the need for preventive actions to reduce the degree of vulnerability to these destructive impacts.

Keywords: stress, trauma, child development, psyche, prevention.

Разгледана в контекста на своето развитие, психическата структура на децата е силно уязвима и ранима, понеже мозъчна им структура е в процес на развитие, което от своя страна все още не предполага придобит ресурс за справяне с житейските особености,

RESEARCH ON THE INFLUENCE OF STRESS AND TRAUMA ON THE CHILD'S MENTAL DEVELOPMENT. METHODS FOR PREVENTION AND TREATMENT

чието преодоляване се основава главно на житейския опит. Психическото развитие на децата е особено сензитивно спрямо външни въздействия, като стрес и травматични събития. Справянето на детето със стресови фактори и травми зависи от редица фактори, като психичната устойчивост, семейната подкрепа и социалните интеракции. В тази връзка, разбирането на начините, по които стресът и травмата влияят на психичното развитие на детето, е от сериозно значение за психологическите изследвания и практики. Стресът и травмата освен, че изменят мозъчните структури, но и оказват влияние и върху емоционалното регулиране, социалното взаимодействие и способността за учене. Стресът и травмата оказват изменения в мозъчната структура на детето, което от своя страна води до увреждане на области, свързани с емоционалната регулация и паметта, като хипокампуса и префронталната кора. Хроничният стрес създава предпоставка за високи нива на кортизол, който редуцира размера на хипокампуса и нарушава неговата функция. Това от своя страна възпрепятства процеса на обучение, функцията на паметта и емоционалното регулиране, както и увеличава уязвимостта към тревожност и депресия в по-късна възраст (Sapolsky, 2004; Lupien, J., McEwen, B., Gunnar, M. & Heim, C., 2009; Teicher, H., Andersen, L., Polcari, A., & Anderson, M., 2002).

Стресът, както при зрялата личност, така и при детето, е често срещана реакция спрямо ситуации на заплахи или напрежение. Когато личността е под въздействие на стрес, се активизират физиологични процеси, подготвяйки го за реакция, например, чрез увеличаване на нивата на кортизол и адреналин. Въпреки че тези процеси в определена степен имат полезен характер, хроничният стрес създава реална предпоставка за негативни психични последици, особено, върху развитието на детето.

В психологията се разглеждат два основни типа стрес при децата: еустрес и дистрес. Еустресът се определя като положителен вид стрес, който задейства мотивацията при детето да търси алтернативи за справяне с трудни със ситуации, които изискват по-висока мобилизация от него, като по-висок успех в училище или спортни постижения. Дистресът, който се определя като негативен стрес, се появява, когато изискванията и необходимата активност за тяхното покриване, не съответстват с ресурса на детето да се справи с тях. В резултат на това, детето е под въздействието на високо психическо и физическо натоварване (Celye, H., 1976; Lazarus, R. & Folkman, S., 1984; McEwen, B., 2007).

Проведени изследвания по линия на стреса в ранното детство показват, че хроничният стрес оказва сериозни негативни последици върху развитието на мозъчната структура. Въз основа на изследвания на Кар (2004) и Саполски (2004), перманентният стрес води до увреждания на хипокампуса и префронталната кора. Хипокампусът е отговорен за процесите на паметта и емоционалната регулация, а префронталната кора е свързана с други когнитивни функции като вземане на решения, социални умения и самообслужване (Karr, C., 2004; Sapolsky, M., 2004).

Същите тези изследванията сочат, че когато нивата на кортизол се увеличат за дълго време, настъпват сериозни необратими увреждания именно в тези области на

мозъка. В резултат на това се наблюдават затруднения в когнитивните функции, като внимание и памет. Обикновено децата, които са под въздействие на хроничен стрес, често изпитват сериозни затруднения със социализацията и емоционалната регулация (пак там).

От друга страна, травмата е друг тип специфичен стрес, който е резултат от драматични събития, като насилие, физически или емоционален тормоз, загуба на близък човек или природни бедствия. Травматичните събития предизвикат дългосрочни психически последици, които в голяма степен нарушават психо-емоционалното развитие на детето (Teicher et al., 2002).

Децата, които са преживели травматични събития, изпитват сериозни затруднения в своето емоционално и когнитивно развитие. Проведени изследвания Teicher et al. (2002) сочат, че травматичните преживявания изменят мозъчната структура, което от своя страна оказва негативно влияние спрямо емоционалната регулация, функцията на паметта и процеса на социализация. Така например, деца, претърпели физическо или емоционално насилие, в повечето от случаите демонстрират неумение за изграждане на сигурна привързаност, което оказва затруднения в създаването на доверителна връзка в бъдещите си взаимоотношения (Teicher et al., 2002; Lupien et al., 2009).

Изследванията на van der Kolk (2005) доказват, че детската травма прераства до развитие на посттравматично стресово разстройство (ПТСР), което се отличава със симптоми като натрапливи епизодични спомени за преживяното травматично събитие, като кошмари и хипервигиланост (повишено внимание за заплахи). Тези симптоми водят до дисфункционалност в цялостното ежедневието на детето,. Децата с ПТСР често проявяват проблеми с емоционалното регулиране, което води до агресивно поведение, депресивни симптоми или социална изолация (van der Kolk, 2005).

Филипс и Морган (2009) доказват, че децата с ПТСР често проявяват трудности с емоционалната регулация и демонстрират поведение, нетипично за тяхната възраст. Също така, тези деца изпитват обучителни затруднения, заради ниските концентрации и способност за запаметяване (Phillips, L., & Morgan, L. 2009).

Преживяването на травма в детството пречи на създаването на здравословни връзки на привързаност в по-късна зрялост. Проведени в тази връзка изследвания сочат, че при деца, преживявали травмиращо събитие, вероятността да развият несигурен, избягващ стил на привързване е много по-голяма, като в дългосрочен план това нарушава способност им да създават стабилни и здрави междуличностни отношения през техния жизнен път. Обикновено травмираните деца проявяват проблеми в училище и в социалния живот, поради неспособността си да осъществяват емоционална саморегулация, както и да намират стратегии за рационално справяне в стресови ситуации (Schoore, A. N., 2003).

Проведени други изследвания извеждат интересни резултати, които откриват, че децата, които са претърпели травма, проявяват двуполусно поведение - избягват или прекалено силно се привързват към родителите, което само по себе си възпрепятства в негативен аспект процеса на социализация и създаването на стабилни междуличностни

RESEARCH ON THE INFLUENCE OF STRESS AND TRAUMA ON THE CHILD'S MENTAL DEVELOPMENT. METHODS FOR PREVENTION AND TREATMENT

отношения. По този начин в зряла възраст трудно създават, още по-малко запазва, здрави партньорски и приятелски взаимоотношения (Leidlow, M., 2007).

Предвид индивидуалния характер на личността, и съответно реакцията, спрямо стреса при различните деца се изразява по различен начин. Именно тази реакция на детето, обаче, зависи от редица индивидуални и социални фактори. Според изследователя Taylor (2012) възрастта на детето, социалната подкрепа и личната устойчивост оказват сериозно влияние спрямо начина, по който децата реагират на стресови и травматични ситуации (Taylor, E., 2012)

В проведеното изследване се сочи, че деца, които растат в здравословна, подкрепяща семейна среда и са в стабилни взаимоотношения с родители и близки, обикновено проявяват по-стабилна устойчивост спрямо стресови събития. И обратно на тази констатация, деца, които живеят в социално-икономически неблагоприятни условия и/или в токсични семейства, в условия на психическо и физическо насилие или злоупотреба, често демонстрират висока уязвимост към травматични преживявания (пак там).

Семейната подкрепа, като основен фактор в психосоциалното развитие на детето, създава благоприятна и стабилна среда, в която то е способно да усвои ефективни механизми за справяне със стресиращи обстоятелства. Развитието на положителни интеракции в семейството, основани на взаимно доверие и емоционална близост, създават условия за развитието на социално-емоционални и когнитивни умения, които допринасят за по-лесно и рационално справяне на детето с различни стресови ситуации. Това са така наречените копинг стратегии, които са ключови за ефективното регулиране на емоционалните реакции и намаляването на стресовото въздействие (Хаджиева, Ц., 2023).

Емпирични изследвания, свързани с развитието на децата сочат, че деца, израснали в подкрепяща семейна среда, демонстрират по-висока степен на емоционално регулиране и ефективно справяне с негативни ситуации. Като причина за това се изтъква сигурността и стабилността, получавани от техните родители или от други фигури, грижещи се за тях. Такива деца установяват високи нива на самоуважение и самочувствие, които респондират с тяхното умение на адаптивност промени или стресови обстоятелства, чрез създаване на позитивна идентичност. От своя страна чувството за безопасност и подкрепа увеличава степента на привързаност у детето, което е в основата на теорията за привързаността, създадена от Джон Боулби. Това дава увереност на детето и го стимулира да търси решения проблемни ситуации и да усвоява стратегии за справяне със стреса. Дори детето може да разгърне своето търсене до по-широки механизми, като социална подкрепа, търсене на професионална помощ, следвайки ресурса си от емоционална интелигентност и социална компетентност (Masten, A., 2001; Bowlby, J., 1988).

Както споменахме по-горе, относно развитието на детето в неблагоприятни икономически и психо-социални условия, оказват силно негативно въздействие спрямо стабилността на семейната структура и създава трайни дефицити в психо-емоционалното състояние на детето. Тези травматични преживявания от своя страна е възможно да

доведат до създаването на патологични копинг стратегии и да повлияят в негативна насока нормалното психично развитие на детето. Преживяването на перманентен стрес в контекста на токсичен стрес, води до нарушаване на хормоналния баланс в мозъка, който е възможно да доведе до дългосрочни или необратими когнитивни и емоционални дефицити. При такива обстоятелства се деформират чувството за безопасност и доверие, които са в основата за създаването на устойчивост на стрес. Деца, изложени в такива условия, често проявяват симптоми на посттравматично стресово разстройство (ПТСР), депресия, тревожност и различни поведенчески разстройства, които се появяват още в самото детство и се задълбочават в зряла възраст (Lazarus & Folkman, 1984; Ryff, C., 1989).

Социално-икономическите трудности – висок праг на бедност, ограничен достъп до медицински, здравни и образователни услуги, незадоволяването на основни жизнени потребности като храна, чиста вода, подслон, хигиенни ресурси, също се явяват негативен фактор, който допринася за увеличаване на предразположението на децата към стресови преживявания. В такива неблагоприятни условия, в които не е задоволен санитарният минимум, децата са изложени на постоянен стрес, който оказва пряко влияние спрямо способността им да се справят с ежедневни предизвикателства. Липсата на социално-емоционална подкрепа, отсъствието на адекватни и здравословни модели за справяне със стрес, обикновено правят тези трудности още по-големи и са предиктор за развитие на психични и поведенчески разстройства, изразяващи се в неадаптивни поведенчески модели и психопатология (Shonkoff & Garner, 2012; Luthar & Cicchetti, 2000; Гергов, Т., 2011).

Превенцията на стреса и травмата в периода на детството е от водещо значение за съхраняване на психическото здраве на децата. Своевременната интервенция създава реална предпоставка за понижаване на риска от развитието на дълбоки психо-емоционални проблеми. Също така, подпомага процеса на възстановяване на децата, преживели вече травматично събитие. Ето защо от съществено значение е именно ранната интервенция, където се осъществява подкрепа на уязвими деца, при които рискът от стресиращи и травматични преживявания е висок. Социални програми за семейна подкрепа, психо-социални услуги и други, оказват съществен принос в предоставянето на адекватна и ефективна подкрепа за деца и техните семейства, попадащи в социално неизгодни условия. Целта на тези интервенции е да се редуцира нивото на стрес, който децата ежедневно изпитват, както и да се подпомогне развитието на психичните им възможности за справяне и възстановяване от преживяната травма, (Graham-Bermann & Levendosky, 1998; Rutter, M., 2013).

Проведени изследванията (Cohen, Mannarino & Deblinger, 2006) доказват, че траматерапията и когнитивно-поведенческата терапия (КПТ) се утвърждават като основни методологични подходи в интервенциите с деца, преживели травма. Тези терапевтични подходи се основават на концепциите на психо-социалната интервенция, като са фокусирани върху редуциране на влиянието на травматичните преживявания.

RESEARCH ON THE INFLUENCE OF STRESS AND TRAUMA ON THE CHILD'S MENTAL DEVELOPMENT. METHODS FOR PREVENTION AND TREATMENT

Също така, тези терапевтични методи способстват за утвърждаването на ефективни и устойчиви механизми за справяне със стреса и травмата и по-дългосрочен план (Cohen, Mannarino & Deblinger, 2006).

Психологическа подкрепа и терапевтични подходи за деца, преживели травма

Когнитивно-поведенческата терапия (КПТ) представлява ефективен метод за работа с деца, които са преживели травматични събития. Този подход се основава на идентифицирането и коригирането на негативните мисловни модели и поведения, възникнали в резултат на травматичния опит. В рамките на КПТ се прилагат техники за когнитивна реконструкция, които целят трансформацията на разрушителните мисли в адаптивни и конструктивни стратегии за справяне. Чрез тези методи децата осъзнават взаимовръзката между своите мисли, емоции и поведения, което допринася за изграждане на устойчиви механизми за регулиране на стреса и тревожността. Особено значима роля има експозиционната терапия, която позволява на детето постепенно и контролирано да се изправи пред травматичните си спомени, като по този начин се намалява интензивността на страх и безпокойство (Foa, Keane, & Friedman, 2000).

Травматерапията, от своя страна, е насочена към специфична работа по преработка на травматичните преживявания. Тя се стреми да възстанови чувството за безопасност и емоционална стабилност, които често са нарушени след преживявания като насилие, злоупотреба или природни бедствия. Този подход включва психодинамични техники и методи за обработка на травма, които помагат за интеграция на спомените в по-здравословен психологически контекст. Целта е децата да развият емоционална устойчивост и способност за справяне със стреса в бъдеще (Van der Kolk, 2014).

И двата подхода подчертават значението на изграждането на когнитивна гъвкавост, емоционална регулация и устойчивост. Чрез когнитивна реконструкция и поведенческа експозиция симптомите на посттравматично стресово разстройство (ПТСР) могат да бъдат значително намалени, като същевременно се подобрява самооценката и самоуважението на детето (Klass, 1997). Тези интервенции подпомагат възстановяването на емоционалната стабилност, насърчават развитието на нови адаптивни модели на мислене и поведение и подобряват способността на детето да разпознава и управлява емоциите си (Goleman, 1995).

Заклучение

Травмата и стресът оказват значително влияние върху психологическото развитие на децата, което може да доведе до дългосрочни психологически и социални последици. Ранната интервенция, съчетана със стабилна семейна подкрепа и адекватни терапевтични подходи, значително намалява риска от хронични психологически проблеми. Използването на подходи като КПТ и травматерапия допринася за ефективното

обработване на травматичните преживявания и изграждането на устойчиви механизми за справяне със стреса. В дългосрочен план тези интервенции подпомагат емоционалното развитие и успешната социална адаптация на детето.

Използвана литература:

Хаджиева, Ц. (2023). Изследване на психологическите особености на детето и юношата. Благоевград: УИ „Неофит Рилски“.

Гергов, Т. (2011). Тревожността в юношеска възраст като функция от здравния статус. Сб. Приложна психология и социална практика. УИ "Черноризец Храбър", Варна, стр. 326-335 .

Celye, H. (1976). *The Stress of Life*. New York: McGraw-Hill.

Van der Kolk, B. A. (2014). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. Viking.

Van der Kolk, B. A. (2005). Developmental trauma disorder: Toward a national diagnosis. *Psychiatric Annals*, 35(5), 401-408.

Teicher, M. H., Andersen, S. L., Polcari, A., & Anderson, C. M. (2002). "Developmental neurobiology of childhood stress and trauma." *Psychiatric Clinics of North America*, 25(2), 397-426.

Teicher, M. H., Andersen, S. L., Polcari, A., & Anderson, C. M. (2002). Developmental neurobiology of childhood stress and trauma. *Psychiatric Clinics of North America*, 25(2), 397-426.

Taylor, S. E. (2012). The social and psychological consequences of trauma. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 31(1), 23-37.

Smith, D. M. (2008). Cognitive-behavioral approaches in trauma therapy. *Journal of Traumatic Stress*, 21(2), 239-250.

Sapolsky, R. M. (2004). "Stress, the aging brain, and the mechanisms of neuron death." *Nature Reviews Neuroscience*, 5(10), 905-915.

Shonkoff, J. P., & Garner, A. S. (2012). The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Pediatrics*, 129(1), e232-e246.

Schore, A. N. (2003). *Affect regulation and the repair of the self*. Norton & Company.

Sapolsky, R. M. (2004). Stress, the aging brain, and the mechanisms of neuron death. *Nature Reviews Neuroscience*, 5(10), 905-915.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081

Rutter, M. (2013). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 25(4pt2), 1205-1217.

Phillips, L., & Morgan, L. (2009). Trauma and its effects on children's development. *Child Development Perspectives*, 3(2), 81-88.

RESEARCH ON THE INFLUENCE OF STRESS AND TRAUMA ON THE CHILD'S MENTAL DEVELOPMENT. METHODS FOR PREVENTION AND TREATMENT

McEwen, B. S. (2007). "Physiology and neurobiology of stress and adaptation: Central role of the brain." *Physiological Reviews*, 87(3), 873-904.

Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.

Luthar, S. S., & Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562..

Lupien, S. J., McEwen, B. S., Gunnar, M. R., & Heim, C. (2009). Effects of stress throughout the lifespan on the brain, behaviour and cognition. *Nature Reviews Neuroscience*, 10(6), 434-445.

Lupien, S. J., McEwen, B. S., Gunnar, M. R., & Heim, C. (2009). "Effects of stress throughout the lifespan on the brain, behaviour and cognition." *Nature Reviews Neuroscience*, 10(6), 434-445.

Leidlow, M. (2007). Attachment and trauma: Social and emotional outcomes for children. *American Journal of Psychiatry*, 164(6), 863-869.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing.

Klass, D. (1997). The trauma of loss and the search for meaning. In J. W. Worden (Ed.), *Grief counseling and grief therapy* (pp. 206-220). Springer Publishing.

Karr, C. (2004). Stress and its impact on child development. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(7), 1047-1055.

Graham-Bermann, S. A., & Levendosky, A. A. (1998). Trauma and children of battered women: The impact of domestic violence on child development. In M. H. S. Martin & L. S. Miller (Eds.), *Handbook of child and adolescent trauma* (pp. 199-219). Springer.

Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.

Foa, E. B., Keane, T. M., & Friedman, M. J. (2000). *Effective treatments for PTSD: Practice guidelines from the International Society for Traumatic Stress Studies*. Guilford Press.

Cohen, J. A., Mannarino, A. P., & Deblinger, E. (2006). *Trauma-Focused Cognitive Behavioral Therapy for Children and Adolescents: Treatment Applications*. Guilford Press.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Routledge.

Blau, M. (2005). The role of social support in children's resilience to trauma. *Journal of Child and Family Studies*, 14(4), 477-487.



Theoretical article

LEADERSHIP APPROACHES IN CRISIS SITUATIONS: A PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF ARTON BURTON'S MANAGEMENT AT ASTRO AIRLINES

Assis. Prof. Iva Dimitrova, PhD

***Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.**

Email: idimitrova@swu.bg

Abstract

The article describes and analyzes the rise and fall of Astro Airlines, led by its founder Arthur Burton. It examines the leadership style of the once-successful leader, Burton, who founded the company in 1980. His vision as a leader had a significant impact on the airline's success in the following years, despite tough economic conditions and industry wars that paralyzed most airlines. However, the study and analysis of the Astro Airlines case present two phases – one in which the company was successful in business and rapidly expanded, and another in which the long-term success of the company was not realized due to leadership problems, primarily related to the internal organizational structure, eventually leading to bankruptcy. Under Burton's visionary leadership and significant presence, the company quickly grew and achieved success with a low-cost model. However, as the company expanded, Burton became stagnant in his views, refusing to adapt the company to changes or seek new perspectives. His belief that he was solely responsible for the success, combined with human weaknesses, blinded him to emerging issues. When challenges arose, Burton's inability to share leadership, institutionalize processes, and fully implement the idea that success is built on two key elements – low-cost flights and the promotion of innovation (Kareva, 2019) – led to destructive processes among employees. Ultimately, the rapid success was followed by bankruptcy.

Keywords: leadership, organizational structure, security

Leader-Follower Interaction

The concept of the interconnectedness and effectiveness of the relationship between leaders and followers is profound and multifaceted, encompassing psychological and social aspects. This relationship is typically viewed as an interaction where the leader guides, inspires, and directs, while followers support, learn, and are motivated by the leader's actions and values. The connection between leaders and followers can be seen as the foundation for the existence of any successful organization or social group. The leader is not an isolated individual but part of a dynamic system where reciprocity plays a crucial role, including empathy and shared responsibility, building a shared vision. The effectiveness of the leader-follower relationship depends on the leader's ability to inspire and motivate others while addressing their needs. Effectiveness can be measured in several ways: leadership charisma and influence, agreement and cooperation, flexibility, and adaptability. Most leadership theories emphasize the

LEADERSHIP APPROACHES IN CRISIS SITUATIONS: A PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF ARTON BURTON'S MANAGEMENT AT ASTRO AIRLINES

characteristics of leaders, followers, context, or their combination, viewing leadership from the perspective of what leaders provide to their followers, treating them as a group (Kaminskas et al., 2011). Evaluating leadership from the perspective of relationships provides insight into the influence of subordinates on leaders, which is no less important than the influence of leaders on subordinates. A challenge for leaders is to seek methods for building mutual trust and respect with their subordinates, thereby exerting influence within their workgroup by building mature partnership relationships with each subordinate and avoiding inequalities. The quality of interaction between leaders and followers is the essential process of forming leadership. After analyzing data from his research, John Kotter discusses change management processes and provides a model for overcoming organizational crises, emphasizing intuition and a sense of timely change, a clear vision, and a resource of supportive people in the team (Kotter, 1996). Thomas Joseph identifies three main types of relationships—collaborative, partnership, and engaging—which significantly influence the leader-follower connection and individual representation in different aspects (Joseph, 2016). Leadership involves influencing others to achieve group or organizational goals. Leaders can use various influence tactics and leadership styles to guide their followers toward achieving these goals (Yukl, 2013). Leadership is a process where an individual influences a group of people to achieve a common goal. Effective leaders motivate others to give their best and lead them through the challenges of organizational life (Northouse, 2018). In other words, leaders must ensure a balance between their approach and the need for stability and structure within the organization. It is important to consider not only enthusiasm and motivation but also the need for professionalism and effectiveness in management.

Leadership and Leader Behavior by Arthur Burton

The choice of leadership style by a leader should depend on the situation. Leaders must be aware of the level of autonomy their followers need and the complexity of the tasks they are working on (Tannenbaum & Schmidt, 1973). Leadership can be viewed as a process of influencing significant changes in attitudes, beliefs, and behavior while focusing on the process of exchange to meet the needs of followers (Bass, 1990). Arthur Burton, founder and leader of Astro Airlines, can be described as a charismatic leader and visionary who possesses a strong sense of purpose and conviction but fails to manage the company effectively in the long term. As a leader, he is dynamic and emotional, dedicated to his vision for the company and striving to inspire his employees through enthusiasm and optimism. At the beginning of establishing the airline, Burton had a vision for it. He gathered enough information about the airline industry and found the path by which a successful business in air transport could lead to success. Burton was not only confident in the path he had chosen for the business, but he also possessed leadership skills. In fact, he had the ability to share his vision with his workers and influence their actions. With his inspiring and impactful speeches, he not only earned the love of his employees but also built a reputation among them. This respect and loyalty contributed to

transforming his vision into action. Burton can also be described as a creative and innovative leader. This is because he was able to manage a startup company during a major recession and transform it into a giant. His belief in teamwork inspired his choice of a participatory management approach, which other companies and organizations did not recognize. However, Burton failed to create stable and effective management structures and did not implement adequate measures to address the operational problems that arose with the expansion of the company. He attempted to create a strong corporate culture that encouraged innovation and equality, but ultimately, the lack of formalization of the structure and the unsuccessful attempt to appoint experienced managers led to growing difficulties. Burton was inclined to expand the company too quickly, without considering the realistic level of resources and external circumstances, which led to serious financial and organizational problems. Burton was a thoroughly charismatic leader. His eloquence in speeches, influence, persuasion, and personality ensured loyalty among his employees (McCleskey, 2014). For this reason, he was able to share his vision with them. In fact, employees liked him, and the structure of the command chain was also well received. They not only enjoyed working in an environment where they were valued, but they also felt part of the company through stock ownership, as Burton had prioritized. Burton's strategic plan to reduce operational costs and ticket expenses was not only creative but also successful.

Proposed Solutions for Astro Airlines' Problems

To address the challenges faced by Astro Airlines, it is essential to reassess Arthur Burton's leadership approach and implement measures to create a stable and effective organizational structure. Key steps could include:

- **Establishing Organizational Structure and Hierarchy**

Astro Airlines should create clear hierarchical levels of management to facilitate effective decision-making. The number of managers should increase in line with company expansion, appointing experienced and qualified individuals to lead different areas. This hierarchy is not just a structure but a framework for clarity regarding responsibilities and operational efficiency. Without it, direction may be lost, and the work process may become disorganized and ineffective (Drucker, 1993).

- **Enhancing Employee Qualifications and Skills**

Invest in training new employees and create systems for ongoing support and team development. Instead of relying solely on the enthusiasm of young employees, provide structured training to master necessary skills and take on higher-level responsibilities. Investing in employee training and development is crucial for organizations seeking to maintain a competitive advantage. Qualified employees are not only more productive but also more motivated and engaged, contributing to the organization's success (Armstrong, 2014).

- **Managing Managerial Pressure**

LEADERSHIP APPROACHES IN CRISIS SITUATIONS: A PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF ARTON BURTON'S MANAGEMENT AT ASTRO AIRLINES

Ensure support for managers in handling pressure and stress. This could involve delegating authority and responsibilities and optimizing internal communication to reduce time spent in meetings and improve decision-making processes. Managerial pressure significantly increases when organizations face constant change, global competition, and the need for innovation (Mintzberg, 2009).

- **Improving Communication and Collaboration**

Stimulate open and effective communication across different company levels. Leaders should encourage active interaction among employees and create a culture of transparency and openness, leading to a better understanding of needs and problems. Learning more about a specific role enhances the ability to handle it effectively (Божинова, 2001).

- **Realistic and Adaptive Growth Strategy**

Instead of focusing solely on aggressive expansion, reassess the growth strategy to ensure it is sustainably built on realistic expectations and analysis of the external environment. Prioritize operational optimization over the mere quantitative expansion of the route network. Adaptive growth in organizations involves responding to changes in the external environment and adjusting strategies, structures, and processes accordingly. This flexibility is critical for achieving sustainable success and competitiveness in a constantly changing market (Kotter, 1996).

- **Engaging Employees with the New Vision**

Leader-follower interaction should be based on mutual trust and shared responsibility. Efforts should focus on building deeper employee engagement by providing opportunities for active participation in solving company problems and implementing strategy. Employee engagement with a new vision is crucial for organizational change. When employees understand and connect with company goals, they are more motivated, engaged, and willing to contribute to the transformation process (Kotter, 1996).

Conclusion

The analysis of the Astro Airlines case highlights the importance of effective leadership in the dynamic and competitive aviation sector. Despite the company's significant potential and innovations, the leadership decisions made during the crisis demonstrate how unpreparedness for change management can lead to serious organizational problems. Leadership plays a crucial role not only in strategic management but also in motivating employees, communication, and creating a culture of trust and responsibility. Through the example of Astro Airlines, it becomes clear that leaders must be flexible, adaptive, and capable of making tough but informed decisions in times of uncertainty. The power of a visionary approach and the ability to inspire teams can be decisive in overcoming challenges and achieving long-term success. The Astro Airlines case is an example of how leaders must not only have a strategic vision but also be able to build trust and manage changes effectively during crisis moments. The lesson from this case is clear – successful leadership is a balance between innovation, sustainability, and the

ability to lead people through business difficulties. In the context of leadership in crisis situations, as described in the literature, leaders must demonstrate the ability to respond reasonably and knowingly, lead and motivate the team, be flexible and adaptive, and demonstrate ethics and transparency. These qualities are essential for overcoming crisis situations and guiding the organization through difficult times. The Astro Airlines case shows that the lack of these qualities can lead to serious consequences, while their presence can guarantee sustainability and success.

Bibliography:

- Bozhinova, D. (2001), Introduction to Consultative Psychology, Feneya
- Kareva, R. (2019), Aviation Psychology. Sreda, Sofia, ISBN 978-619-7478-26-6
- Armstrong, M. (2014). Armstrong's Handbook of Human Resource Management Practice (13th ed.). Kogan Page.
- Bass, B. M. (1990), Bass & Stogdill's Handbook of Leadership: Theory, Research, and Managerial Applications. Free Press
- Drucker, P. (1993), Management: Tasks, Responsibilities, Practices, Harper Business
- Kaminskas, G., Bartkus EV, Pilinkus, D, (2011), Leadership as Reciprocity of Leader and Followers, *Engineering Economics*, Vol. 22 No. 2 (2011), <http://dx.doi.org/10.5755/j01.ee.22.2.314>
- Joseph. T. (2016), Developing the Leader-Follower Relationship: Perceptions of Leaders and Followers, *Journal of Leadership, Accountability and Ethics*, Issue Vol.13, No. 1
- Kotter, J. P. (1996). Leading Change. Harvard Business Review Press
- McCleskey, J. A. (2014). Situational, Transformational, and Transactional Leadership and Leadership Development. *Journal of Business Studies Quarterly*, 5(4), 117-130.
- Mintzberg, H. (2009). Managing. Berrett-Koehler Publishers.
- Northouse, P. G. (2018). Leadership: Theory and Practice (8th ed.). SAGE Publications
- Tannenbaum, R., & Schmidt, W. H. (1973). How to Choose a Leadership Pattern. Harvard Business Review
- Yukl, G. (2013). Leadership in Organizations (8th ed.). Pearson, ISBN: 9780132771863

Theoretical article

VICTIM SELECTION: GAIT AS AN INDICATOR OF VULNERABILITY

Emelina Valentinova Zaimova-Tsaneva, PhD*

***Chief Assistant Professor, Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.**

Email: emelina_z@swu.bg

Daniel Angelov Genkov, PhD student

Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

Email: genkov@assess.bg

Abstract:

This article presents a systematic review of existing research on victim selection and the role of gait as a nonverbal indicator of vulnerability. Studies suggest that attackers, particularly those with psychopathic traits, assess victim vulnerability based on subtle movement patterns. Research findings indicate that unstable, hesitant, or asymmetric gait increases perceived vulnerability, while confident posture and steady movement reduce victimization risk.

Additionally, while empirical evidence is limited, some offenders may also consider physical characteristics such as hair and eye color, potentially influenced by cultural stereotypes of innocence and fragility.

The review highlights methodological approaches used in previous studies, including video analysis, participant evaluations, and experimental manipulations. Findings contribute to crime prevention, self-defense strategies, and law enforcement training. Future research should further explore how self-perceived vulnerability, cultural biases, and nonverbal cues interact in victim selection.

Keywords: victim selection, vulnerability, gait, victimization

Although people are not always aware of their subtle movements, nonverbal behavior plays a crucial role in social interactions, providing significant information and signals to which others react, both consciously and unconsciously (Prabaharan, 2015). This aspect of human communication is particularly relevant in the context of victim selection, where perpetrators assess potential targets based on nonverbal cues.

Attackers do not choose their victims randomly, rather select them based on a number of indicators of vulnerability. Research suggests that these indicators can be found in the specifics of their nonverbal behavior, including the way they move and walk (see Book et al., 2013; Grayson & Stein, 1981; Gunns et al., 2002). Studies have demonstrated that certain gait characteristics, such as uncoordinated or hesitant movements, may signal weakness or lack of confidence, increasing the likelihood of victimization.

Understanding how gait influences victim selection is essential for both crime prevention and criminal and forensic psychology. By identifying key movement patterns associated with vulnerability, researchers in this field and law enforcement can develop strategies to reduce victimization risks and enhance public safety. This paper explores the role of gait as an indicator of vulnerability, reviewing existing research on how attackers perceive and select their victims.

Vulnerability

The widespread application of the term "vulnerability" can be observed in a variety of fields, including medicine and public health (Bracken-Roche et al., 2016; Diderichsen et al., 2019; Nicodemo et al., 2020), environmental studies (Lieberman-Cribbin et al., 2020; Peng et al., 2019), sociology (Mitchell, 2020), and philosophy (Boldt, 2019; Weissman, 2019). While vulnerability is a widely used concept across multiple disciplines, its relevance in criminology and victimology is particularly significant. In the context of crime, vulnerability influences both an individual's likelihood of being targeted and the psychological effects associated with victimization.

Before considering the significance and specificity of nonverbal behavior and gait in the victim selection process by perpetrators of crimes, it is essential to consider the concept of "vulnerability." This term can describe individuals who lack full physical, psychological, and social well-being (Numans et al., 2021). In the context of crime, certain demographic groups such as women (Ferraro, 1996; Franklin & Franklin, 2009), children (LaGrange & Ferraro, 1987; Chadee, 2015), and the elderly (Hale, 1996) are perceived as more vulnerable due to their physical limitations, lower levels of self-defense abilities, and social positioning. These factors may also manifest in an individual's nonverbal cues, such as gait characteristics, which offenders might interpret as signs of weakness or lack of confidence.

Psychological aspects of vulnerability play crucial role in how individuals perceive their own safety and how they are perceived by others, including potential offenders. Perloff (1983) defines "perceived vulnerability" as *"the belief that one is susceptible to future negative outcomes and is unprotected from danger or misfortune"* (p. 43). This perception is often accompanied by emotional responses such as anxiety, fear, and concern. Furthermore, demographic factors such as age, gender, race, income, education, and marital status have been examined in relation to perceived vulnerability and fear of crime (Schafer et al., 2006; Taylor & Hale, 2017).

Since perceived lack of control contributes to heightened fear and vulnerability (Renn et al., 2007), it is plausible that individuals who move in an uncoordinated or hesitant manner may unknowingly signal this very lack of control to potential offenders.

Vulnerability is a criterion for perpetrators to choose their victims (Book et al., 2013). Among the key nonverbal indicators of perceived vulnerability are gait, body language, and facial expression (Prabaharan, 2015). This suggests that movement patterns, including how a person walks, may serve as cues that offenders use to assess potential victims. Some research reveals evidence of a relationship between body language and perceived

VICTIM SELECTION: GAIT AS AN INDICATOR OF VULNERABILITY

dominance/assertiveness. For instance, a study conducted by Richards et al. (1991) demonstrated that men were more inclined to choose women perceived as "submissive" after observing brief video clips of them in conversation. Judges who assessed these videos noted that the women identified as submissive often exhibited "smaller" and more restrained gestures with their hands and feet. Conversely, women who were seen as dominant displayed more assertive and expansive movements involving their arms and legs (Richards et al., 1991).

Similarly, these findings align with research on gait, where individuals who display hesitant or irregular walking patterns are often perceived as weaker and more vulnerable (Book et al., 2013). Moreover, psychopathic individuals, often referred to as "social predators," are particularly adept at interpreting these nonverbal cues. They can quickly assess an individual's vulnerability based on their body language and gait, which allows them to target those they perceive as easier victims (Book et al., 2013). This ability to read subtle physical signals is not just a skill but an adaptive mechanism that enhances their effectiveness in selecting victims.

In his study, Stevens (1994), involving 61 sexual offenders, discovered that rapists tend to target females whom they perceive as vulnerable. The offenders in this study reported that they were more likely to select victims who exhibited signs of submission or weakness, which they interpreted through various cues, including nonverbal body gestures. This underscores the importance of behavioral indicators in the victim selection process.

In sum, vulnerability is not only a psychological and social construct but also a behavioral cue that offenders are attuned to. Nonverbal signals such as body language and gait may provide important clues about an individual's perceived strength or weakness, influencing their likelihood of being targeted for victimization. Given that vulnerability is shaped by individual traits and societal perceptions, it is essential to explore how these factors manifest through nonverbal behavior - mainly how individuals walk. The following section will examine gait as a potential indicator of vulnerability and its role in victim selection by offenders.

Types of Vulnerability

According to Brown et al. (2017), vulnerability can be categorized into four distinct types:

- (1) Situational vulnerability arises from specific social or political circumstances that create a perception of certain individuals or groups as needing protection.
- (2) Innate vulnerability is linked to individual characteristics associated with various developmental stages.
- (3) Social disadvantage, where exposure to harmful environments - whether natural, social, or economic - results in an inability to manage adverse effects.
- (4) Risk, a term often used interchangeably with vulnerability, focuses on the management and control of behaviors and threats that could lead to adverse life outcomes.

Beyond these classifications, vulnerability can also be analyzed on two levels – individual and social – each influencing how people perceive and respond to crime (Garofalo, 1981; Grinshteyn, 2013). Garofalo (1981) discusses the components that contribute to perceived risk of victimization. He identifies four key factors: the prevalence of feared crimes, the likelihood of those crimes occurring to individuals, their vulnerability, and the

consequences they would face if victimized. These elements often subconsciously shape an individual's fear response, reinforcing the perception that some individuals are more at risk than others, even when objective statistics suggest otherwise.

In a similar vein, Grinshteyn (2013) explores the concept of vulnerability in the context of fear of crime, defining it as a fearful perception that individuals or society have regarding the potential for crime to occur, regardless of actual statistical risks. This subjective vulnerability is often influenced by demographic factors such as gender and age, leading to behavioral changes such as withdrawal from social interactions, heightened caution, and avoidance of certain places or activities.

These distinctions between structural, individual, and perceived vulnerability highlight how external conditions and internal perceptions interact to shape one's experience of risk and victimization. Given that nonverbal cues such as body language and gait are integral to this perception, the next section explores their role in the victim selection process.

Gait as a Cue to Vulnerability

Gait refers to an individual's manner and walking pattern, which can be characterized by speed, hip sway, stride length, arm swing, knee bend, and bounce (Gunns et al., 2002). Research suggests that gait is a crucial nonverbal cue that conveys information about an individual's personality, physical condition, confidence, and even vulnerability (Book et al., 2013). Nonverbal behavior plays a dominant role in human communication, as it has been estimated that only 30-35% of the social meaning in an interaction is conveyed verbally, while nonverbal cues carry the greatest weight in shaping perceptions (Birdwhistell, 1970).

Ekman and Friesen (1969) further emphasizes that nonverbal signals, particularly facial expressions, body language, and movement patterns, are essential for interpreting emotions and social intentions. While much of his research focuses on facial microexpressions, his work underscores the broader significance of nonverbal cues in assessing dominance, submission, confidence, and fear. In this context, gait functions as an involuntary behavioral cue that can indicate a person's emotional and psychological state. Offenders, either consciously or subconsciously, analyze these cues when selecting potential victims, often relying on subtle kinesthetic signals to assess a person's level of self-assurance or physical vulnerability.

Neurological and Psychological Basis of Gait Perception

The human brain is highly attuned to biological motion, particularly walking patterns, which provide social and survival-related information. The superior temporal sulcus (STS) is a key brain region responsible for recognizing and interpreting movement, including gait (Grossman et al., 2004). The amygdala, known for its role in emotional processing, works alongside the STS to assess whether a person appears strong, weak, confident, or fearful (Allison et al., 2000).

From a psychological perspective, gait perception is influenced by subconscious biases and social conditioning. Studies show that individuals who exhibit irregular, hesitant, or unstable movements are more likely to be perceived as vulnerable (Johnson et al., 2007). This

VICTIM SELECTION: GAIT AS AN INDICATOR OF VULNERABILITY

phenomenon has evolutionary roots, as predators in nature often target animals that display signs of injury, weakness, or impaired mobility (Troje, 2002). Similarly, offenders may rely on these subtle signals when selecting their victims.

Empirical Evidence on Gait and Victim Selection

One of the earliest studies to explore the link between gait and vulnerability was conducted by Grayson and Stein (1981). Their research found that prisoners convicted of sexual assault were able to identify vulnerable individuals solely based on their walking patterns. The specific gait characteristics associated with vulnerability included:

- Unusually long or short strides (indicating a lack of coordination or balance).
- Lack of lateral weight shifting (suggesting instability or hesitation).
- Discrepancies between gestural and postural movements (e.g., arm and leg movements that do not synchronize properly).
- How the feet were lifted while walking (with shuffling or dragging motions linked to perceived weakness).

A more recent study, "Psychopathy and Victim Selection: The Use of Gait as a Cue to Vulnerability" (Book et al., 2013), built on these findings. The researchers examined how individuals with psychopathic traits assess victim vulnerability based on gait. Their results indicated that prisoners with higher scores on Factor 1 of psychopathy (interpersonal and affective traits) were more accurate in identifying vulnerable individuals based on gait alone. Moreover, these prisoners were more likely to explicitly mention gait as a key determinant in their assessment of vulnerability.

However, Book et al. (2013) did not provide detailed specifics on which gait characteristics signaled vulnerability most strongly. Wheeler et al. (2009) extended this research by examining how psychopathic traits influence the perception of vulnerability through nonverbal cues, including gait. They found that offenders with high levels of psychopathy were significantly better at distinguishing vulnerable individuals based on movement patterns.

The Dark Tetrad and Victim Selection Based on Gait

Building on this body of research, Ritchie, Blais, and Forth (2019) explored how individuals with traits associated with the Dark Tetrad (psychopathy, narcissism, Machiavellianism, and sadism) assess vulnerability based on gait. Their findings indicate that individuals with high levels of psychopathy and sadism exhibit an enhanced ability to detect subtle nonverbal vulnerability cues, particularly hesitant or uncoordinated walking styles.

This suggests that some offenders may not only be predisposed to antisocial behavior but may also possess an advanced ability to interpret gait-related vulnerability cues, making them more effective at selecting targets. Furthermore, the study highlighted that individuals with high Dark Tetrad traits displayed a preference for selecting those who exhibited physical or postural signs of submissiveness, reinforcing the connection between gait and perceived victim potential.

Key Gait Characteristics Linked to Perceived Vulnerability

Other studies have identified specific gait features that signal vulnerability, making an individual more likely to be targeted by offenders:

- ***Uncoordinated or Disjointed Movements*** - Murzynski and Degelman (1996) found that **asymmetrical or uncontrolled limb movements** can be interpreted as signs of weakness or insecurity. Gunns et al. (2002) confirmed that erratic walking patterns reduce perceptions of strength and increase perceived vulnerability.
- ***Short, Hesitant, or Dragging Steps*** - Book et al. (2013) found that individuals who take small, hesitant steps and fail to shift their weight naturally while walking are perceived as less confident and more physically fragile. Similarly, Sakaguchi and Hasegawa (2006) found that individuals, particularly women, who walked with slower speeds and shorter strides were more likely to be perceived as vulnerable and targeted for unwanted advances or aggression
- ***Lack of Arm Swing*** - A natural, rhythmic arm swing is associated with confidence and balance. A stiff or restricted arm movement can indicate anxiety, reduced physical coordination, or fear—all of which contribute to a perception of vulnerability (Gunns et al., 2002).
- ***Postural Instability or Lack of Fluidity*** - Smooth, controlled movements signal confidence, while rigid, stiff, or jerky transitions in gait suggest nervousness or physical limitation (Wheeler et al., 2009).
- ***Avoidant or Downward Gaze During Walking*** - Richards et al. (1991) found that gaze direction plays a crucial role in how individuals are perceived in terms of dominance and assertiveness. Their study demonstrated that individuals who walk with their heads down, avoid eye contact, or exhibit visible tension are more likely to be perceived as submissive or anxious. These behavioral cues can contribute to an increased risk of victimization, as offenders may interpret them as signs of insecurity or lack of confidence

Implications for Crime Prevention and Victim Selection

Since offenders often assess potential victims within seconds, gait serves as a crucial factor in their decision-making process. Psychopathic individuals, in particular, demonstrate an enhanced ability to detect vulnerability through gait cues (Book et al., 2013). Furthermore, individuals with Dark Tetrad traits (particularly those high in psychopathy and sadism) are more adept at recognizing and exploiting these cues (Ritchie et al., 2019).

Interestingly, some research suggests that modifying one's gait can influence how they are perceived. Book et al. (2013) highlight that specific interventions, such as cognitive-behavioral therapy (CBT), may help reduce victimization risk by addressing self-perceptions of vulnerability (Theriot et al., 2005). Past victimization does not necessarily predict future victimization unless individuals perceive themselves as vulnerable and exhibit nonverbal signals associated with submissiveness or insecurity.

Furthermore, Johnston et al. (2004) found that gait training aimed at making individuals appear more confident (e.g., adopting an upright posture, taking longer strides, and maintaining a steady arm movement) effectively reduced perceived vulnerability. However, the effects of such training diminished over time, suggesting that a more sustainable approach may involve addressing the cognitive and psychological factors underlying self-perceptions of vulnerability rather than focusing solely on altering physical movement patterns (Book et al., 2013).

VICTIM SELECTION: GAIT AS AN INDICATOR OF VULNERABILITY

These findings have important implications for personal safety strategies, self-defense training, and crime prevention initiatives, as they suggest that a combination of physical and psychological interventions may be the most effective way to reduce victimization risk.

Overall, gait is a powerful nonverbal cue that conveys critical information about an individual's physical and psychological state. Research consistently shows that offenders use gait characteristics to assess victim vulnerability, focusing on irregular movement patterns, instability, and hesitant behavior. Given that gait is largely automatic, many individuals may not realize that they are projecting vulnerability through their walking style. Future research could explore how training individuals to walk with greater confidence might reduce their risk of victimization.

Methodology Overview

This article presents a systematic review of existing research on victim selection, focusing on the role of gait as a nonverbal indicator of vulnerability. To examine the relationship between victim selection and gait as a vulnerability cue, researchers have utilized various methodological approaches, combining experimental, observational, and statistical analyses. These methodologies allow for a comprehensive understanding of how subtle movement patterns contribute to perceived vulnerability and influence offender decision-making.

Study Designs

Video Analysis

One of the most common research methods involves analyzing video recordings of individuals walking to assess gait characteristics and their impact on perceived vulnerability. Participants in these studies are often asked to evaluate short clips of individuals with different walking styles, allowing researchers to determine which movement patterns signal weakness or confidence.

Grayson and Stein (1981) pioneered this approach, showing that prisoners convicted of sexual assault were able to identify vulnerable individuals based solely on their gait. This controlled video-based methodology provided early empirical evidence that movement is a key nonverbal cue in victim selection.

Blaskovits (2015) expanded on this research by utilizing point-light displays, a technique that isolates gait motion by removing all other identifying features. This method confirmed that certain movement irregularities, such as asymmetric limb motion or reduced stride length, increased perceived vulnerability.

Participant Evaluations

Many studies use subjective vulnerability ratings, where participants including inmates and community members evaluate individuals' gait styles and assess how likely they would be to become a target. Wheeler et al. (2009) examined how individuals with varying psychopathy scores rated vulnerability based on gait cues, finding that those with higher psychopathy traits were more accurate in identifying vulnerable individuals. Book et al. (2013) used similar methodology with inmate populations, revealing that Factor 1 psychopathy traits (interpersonal

and affective) were associated with higher accuracy in identifying vulnerability through gait analysis.

Experimental Manipulation

To isolate specific gait characteristics, some studies have employed experimental manipulations, altering walking speed, posture, and balance in controlled settings. Sakaguchi and Hasegawa (2006) conducted experimental variations in walking conditions to determine which gait traits were most strongly associated with perceived vulnerability. Their findings indicated that slower speeds, shorter strides, and reduced weight shifting contributed to increased vulnerability ratings. Similarly, Johnston et al. (2004) tested whether training individuals to walk with a more confident stride could reduce perceptions of vulnerability. Their findings suggested that while confident gait training was initially effective, the impact diminished over time, highlighting the potential role of cognitive-behavioral interventions in altering victim self-perception.

Sample Populations

Inmate Populations

A significant portion of research on victim selection and gait is conducted within inmate populations, due to the high prevalence of psychopathy and antisocial traits within this demographic. Book et al. (2013) assessed male inmates for psychopathy using the Hare Psychopathy Checklist-Revised (PCL-R) before engaging them in victim assessment tasks. Studies suggest that offenders with higher psychopathy scores demonstrate superior accuracy in identifying vulnerable individuals compared to non-offenders.

Diverse Participant Groups

While much of the research is inmate-focused, some studies incorporate university students and general community members to compare how different populations perceive vulnerability. Ritchie et al. (2019) explored how individuals with high Dark Tetrad traits (psychopathy, narcissism, Machiavellianism, and sadism) differed from the general population in their ability to recognize gait-based vulnerability cues. Including non-criminal participants provides insight into whether these perceptual skills are exclusive to offenders or more broadly present in human cognition.

Data Analysis Techniques

Statistical Correlation

Researchers often employ statistical analyses to examine relationships between psychopathy scores, gait features, and accuracy in judging vulnerability. Regression models and correlation analyses are commonly used to determine the strength and significance of these associations. Studies such as Wheeler et al. (2009) and Book et al. (2013) demonstrate strong positive correlations between psychopathic traits and the ability to accurately assess gait-based vulnerability.

Qualitative Assessments

In addition to quantitative scoring, some studies utilize qualitative data, gathering verbal explanations from participants regarding why they perceive certain individuals as vulnerable.

VICTIM SELECTION: GAIT AS AN INDICATOR OF VULNERABILITY

Johnston et al. (2004) recorded participants' justifications for their vulnerability ratings, revealing patterns in how people interpret nonverbal cues related to gait. This dual approach (quantitative and qualitative) provides a richer understanding of how vulnerability is perceived and processed.

Discussion

The studies reviewed above on the relationship between gait, vulnerability, and victim selection provide valuable insights into the role of nonverbal communication in crime and victimology. They reinforce the idea that attackers, whether consciously or subconsciously, assess nonverbal cues when selecting potential victims.

One of the primary contributions of this body of research is a more nuanced understanding of the victim selection process. Studies such as Grayson & Stein (1981), Book et al. (2013), Wheeler et al. (2009), and Blaskovits (2015) have demonstrated that certain gait patterns can significantly influence perceived vulnerability. These findings support the argument that movement characteristics, rather than purely demographic factors, play a crucial role in an individual's risk of victimization.

For instance, Grayson & Stein (1981) identified specific gait characteristics associated with perceived vulnerability, including:

- Unusually long or short strides
- Lack of lateral weight transfer
- Discrepancies between gestural and postural movements
- Shuffling or improper lifting of the feet

Similarly, Wheeler et al. (2009) found that unsteady, hesitant, or uncoordinated gait patterns increase the likelihood of being selected as a victim. Book et al. (2013) expanded on these findings by exploring how psychopathy influences the ability to detect vulnerability through gait analysis, demonstrating that individuals with high psychopathy scores are particularly adept at identifying nonverbal indicators of weakness.

In addition, Sakaguchi & Hasegawa (2006) and Blaskovits (2015) reinforced these results by demonstrating that slower walking speeds, shorter strides, and asymmetric limb movements are reliably associated with higher vulnerability ratings.

A notable theoretical implication of these studies is that vulnerability is not solely determined by past victimization but also by self-perception. As suggested by Theriot et al. (2005) and Book et al. (2013), individuals who perceive themselves as vulnerable are more likely to project nonverbal signals that reinforce this perception, making them more likely to be targeted. This insight has significant implications for victimology and intervention strategies.

Furthermore, although there is no widely recognized empirical evidence supporting this, the authors of this paper observe a tendency among some offenders to consider external physical attributes when selecting victims. In cases involving girls or children, perpetrators have been observed to more frequently target individuals with blonde hair, fair skin, and light-

colored eyes. This phenomenon may be influenced by cultural stereotypes and their impact on perception, particularly the long-standing association of blonde hair and blue eyes with innocence, fragility, and perceived vulnerability.

While these factors have not been systematically analyzed in the same way as gait-related cues, they raise important questions regarding how societal norms shape both victim and offender behavior. Future research should examine whether these biases have a measurable effect on victim selection and whether they intersect with established predictors of vulnerability, such as nonverbal behavior and self-perception.

Practical Applications

The findings from these studies can be applied in multiple fields, including crime prevention, self-defense training, and law enforcement strategies.

1. **Victim Education and Prevention Programs** - Vulnerable populations (e.g., individuals living in high-crime areas or those with a history of victimization) can benefit from training that focuses on confident movement patterns. Research suggests that adopting an upright posture, maintaining a steady gait, and making assertive eye contact can reduce the likelihood of being perceived as vulnerable (Johnston et al., 2004). However, as noted by Book et al. (2013), such behavioral modifications may not be sufficient in the long term unless they are paired with cognitive interventions that address self-perception of vulnerability.
2. **Law Enforcement and Criminal Profiling** - Police officers and forensic psychologists can utilize these findings to better understand offender decision-making processes and improve crime prevention strategies. Profiling tools that assess nonverbal cues in public surveillance footage may assist in identifying potentially high-risk interactions before a crime occurs. Blaskovits (2015) suggests that forensic biometrics and gait analysis technologies could be implemented in urban security systems to detect individuals displaying movement patterns linked to distress or heightened vulnerability.
3. **Self-Defense and Personal Safety Training** - Self-defense programs can incorporate nonverbal communication training, teaching individuals not only physical techniques but also how to present themselves as less vulnerable targets. This aligns with findings from Sakaguchi & Hasegawa (2006), which suggest that walking style adjustments can significantly alter perceptions of confidence and resilience.

Conclusion

The studies reviewed in this paper provide a comprehensive understanding of how gait influences victim selection. By identifying key gait characteristics that signal vulnerability, researchers have demonstrated that criminals rely heavily on nonverbal cues when assessing potential targets. Moreover, the research suggests that vulnerability is not solely an inherent trait but is influenced by self-perception and nonverbal expression. This highlights the potential for both physical and psychological interventions to reduce victimization risk.

Future research should further explore long-term strategies for mitigating vulnerability signals, particularly by combining movement-based interventions with cognitive-behavioral approaches. By integrating these findings into victim education, law enforcement training, and

VICTIM SELECTION: GAIT AS AN INDICATOR OF VULNERABILITY

personal safety programs, we can develop more effective prevention strategies and contribute to reducing overall victimization rates.

References

- Allison, T., Puce, A., & McCarthy, G. (2000). Social perception from visual cues: role of the STS region. *Trends in cognitive sciences*, 4(7), 267-278.
- Birdwhistell, R. L. (1970). *Kinesics and context: Essays on body motion communication*. Philadelphia, PA: University of Pennsylvania Press
- Blaskovits, B. (2015). *Walk this way: A kinematic point-light investigation of victim vulnerability* (Doctoral dissertation, Carleton University).
- Boldt, J. (2019). The concept of vulnerability in medical ethics and philosophy. *Philosophy, Ethics, and Humanities in Medicine*, 14, 1-8.
- Book, A., Costello, K., & Camilleri, J. A. (2013). Psychopathy and victim selection: The use of gait as a cue to vulnerability. *Journal of interpersonal violence*, 28(11), 2368-2383.
- Bracken-Roche, D., Bell, E., & Racine, E. (2016). The “vulnerability” of psychiatric research participants: why this research ethics concept needs to be revisited. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 61(6), 335-339.
- Brown, K. (2016). *Vulnerability and young people: Care and social control in policy and practice*. Policy Press.
- Burton, M., Evans, R., & Sanders, A. (2006). *Are special measures for vulnerable and intimidated witnesses working?: Evidence from the criminal justice agencies*. London: Home Office.
- Chadee, D. (Ed.). (2015). *Psychology of Fear, Crime and the Media: International Perspectives*. Psychology Press.
- Clark, J. N. (2021). Vulnerability, space and conflict-related sexual violence: Building spatial resilience. *Sociology*, 55(1), 71-89.
- Diderichsen, F., Hallqvist, J., & Whitehead, M. (2019). Differential vulnerability and susceptibility: how to make use of recent development in our understanding of mediation and interaction to tackle health inequalities. *International Journal of Epidemiology*, 48(1), 268-274.
- Ekman, P., & Friesen, W. V. (1969). The repertoire of nonverbal behavior: Categories, origins, usage, and coding. *semiotica*, 1(1), 49-98.
- Ferraro, K. F. (1996). Women's fear of victimization: Shadow of sexual assault?. *Social forces*, 75(2), 667-690.
- Franklin, C. A., & Franklin, T. W. (2009). Predicting fear of crime: Considering differences across gender. *Feminist Criminology*, 4(1), 83-106.
- Garofalo, J. (1981). The fear of crime: Causes and consequences. *Journal of Criminal Law & Criminology*, 72, 839-857
- Grayson, B., & Stein, M. I. (1981). Attracting assault: Victims' nonverbal cues. *Journal of Communication*, 31, 68-75.

Grinshteyn, E. (2013). *Causes and Consequences of Fear of Crime: The Impact of Fear of Crime on Behavioral Health Outcomes and Behavioral Health Treatment*. University of California, Los Angeles.

Grossman, E. D., Blake, R., & Kim, C. Y. (2004). Learning to see biological motion: brain activity parallels behavior. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 16(9), 1669-1679.

Gunns, R. E., Johnston, L., & Hudson, S. M. (2002). Victim selection and kinematics: A point-light investigation of vulnerability to attack. *Journal of Nonverbal Behavior*, 26(3), 129-158.

Hale, C. (1996). Fear of crime: A review of the literature. *International review of Victimology*, 4(2), 79-150.

Jackson, J. (2009). A psychological perspective on vulnerability in the fear of crime. *Psychology, Crime & Law*, 15(4), 365-390.

Johnson, K. L., Gill, S., Reichman, V., & Tassinari, L. G. (2007). Swagger, sway, and sexuality: Judging sexual orientation from body motion and morphology. *Journal of personality and social psychology*, 93(3), 321.

Johnston, L., Hudson, S. M., Richardson, M. J., Gunns, R. E., & Garner, M. (2004). Changing Kinematics as a Means of Reducing Vulnerability to Physical Attack 1. *Journal of Applied Social Psychology*, 34(3), 514-537.

Killias, M. (1990). Vulnerability: Towards a better understanding of a key variable in the genesis of fear of crime. *Violence and victims*, 5(2), 97.

LaGrange, R. L., & Ferraro, K. F. (2017). The elderly's fear of crime: A critical examination of the research. *The fear of crime*, 77-96.

Lieberman-Cribbin, W., Gillezeau, C., Schwartz, R. M., & Taioli, E. (2021). Unequal social vulnerability to Hurricane Sandy flood exposure. *Journal of exposure science & environmental epidemiology*, 31(5), 804-809.

Mitchell, E. (2020). Negotiating vulnerability: The experience of long-term social security recipients. *The Sociological Review*, 68(1), 225-241.

Murzynski, J., & Degelman, D. (1996). Body language of women and judgments of vulnerability to sexual assault. *Journal of Applied Social Psychology*, 26(18), 1617-1626.

Nicodemo, C., Barzin, S., Lasserson, D., Moscone, F., Redding, S., & Shaikh, M. (2020). Measuring geographical disparities in England at the time of COVID-19: results using a composite indicator of population vulnerability. *BMJ open*, 10(9), e039749.

Numans, W., Regenmortel, T. V., Schalk, R., & Boog, J. (2021). Vulnerable persons in society: an insider's perspective. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 16(1), 1863598.

Peng, L., Xu, D., & Wang, X. (2019). Vulnerability of rural household livelihood to climate variability and adaptive strategies in landslide-threatened western mountainous regions of the Three Gorges Reservoir Area, China. *Climate and Development*, 11(6), 469-484.

Perloff, L. S. (1983). Perceptions of vulnerability to victimization. *Journal of Social Issues*, 39(2), 41-61.

VICTIM SELECTION: GAIT AS AN INDICATOR OF VULNERABILITY

Prabaharan, N. (2015). Behavioural cues for the perceptions of victim vulnerability. *Inkblot*, 4, 7-11.

Renn, O., Dreyer, M., Klinke, A., & Schweizer, P. J. (2007). Systemische Risiken: Charakterisierung, Management und Integration in eine aktive Nachhaltigkeitspolitik. *Jahrbuch Ökologische Ökonomik*, 5, 157-187

Richards, L., Rollerson, B., & Phillips, J. (1991). Perceptions of submissiveness: Implications for victimization. *The Journal of Psychology*, 125(4), 407-411.

Ritchie, M. B., Blais, J., & Forth, A. E. (2019). "Evil" intentions: Examining the relationship between the Dark Tetrad and victim selection based on nonverbal gait cues. *Personality and Individual Differences*, 138, 126-132.

Sakaguchi, K., & Hasegawa, T. (2006). Person perception through gait information and target choice for sexual advances: Comparison of likely targets in experiments and real life. *Journal of Nonverbal Behavior*, 30, 63-85.

Schafer, J., Heubner, B., & Bynum, T. (2006). Fear of crime and criminal victimization: Gender-based contrasts. *Journal of Criminal Justice*, 34, 285-301.

Stevens, D. J. (1994). Predatory rape avoidance. *International review of modern sociology*, 97-118.

Stevens, D. J. (1994). Predatory rapists and victim selection techniques. *The Social Science Journal*, 31(4), 421-433.

Taylor, R. B., & Hale, M. (2017). Criminology: Testing alternative models of fear of crime. In *The fear of crime* (pp. 355-393). Routledge.

Theriot, M. T., Dulmus, C. N., Sowers, K. M., & Johnson, T. K. (2005). Factors relating to self-identification among bullying victims. *Children and Youth Services Review*, 27(9), 979-994.

Troje, N. F. (2002). Decomposing biological motion: A framework for analysis and synthesis of human gait patterns. *Journal of vision*, 2(5), 2-2.

Vieno, A., Roccato, M., & Russo, S. (2013). Is fear of crime mainly social and economic insecurity in disguise? A multilevel multinational analysis. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 23(6), 519-535.

Weissman, J. (2019, May). Vulnerability and obligation in science and medicine. In *The Journal of Medicine and Philosophy: A Forum for Bioethics and Philosophy of Medicine* (Vol. 44, No. 3, pp. 263-278). US: Oxford University Press.

Wheeler, S., Book, A., & Costello, K. (2009). Psychopathic traits and perceptions of victim vulnerability. *Criminal Justice and Behavior*, 36(6), 635-648.



Research article

ЕФЕКТИ НА ОРГАНИЗАЦИОННАТА КУЛТУРА ВЪРХУ СЛУЖИТЕЛИТЕ – КОНФЛИКТНОСТ, ПРИВЪРЗАНОСТ КЪМ ОРГАНИЗАЦИЯТА И ОТЧУЖДЕНИЕ ОТ РАБОТАТА

EFFECTS OF ORGANIZATIONAL CULTURE ON EMPLOYEES – CONFLICT, ORGANIZATIONAL COMMITMENT, AND ALIENATION FROM WORK

Assoc. Prof. Stoil Mavrodiev, PhD., D.Sc.

*Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

Email: stoil_m@swu.bg

Sofia Sekulova, PhD student

*Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

Email: sofia.sekulova@gmail.com

Резюме

Организационната култура се разглежда като съвкупност от допускания, ценности, норми и убеждения, които се споделят от всички работещи. И въпреки абстрактния характер на конструкта организационна култура се смята, че влиянието ѝ навсякъде и върху всичко в работната среда може да бъде измерено. В този контекст цел на настоящото изследване е да се изследват ефектите на организационната култура върху служителите – конфликтност, привързаност към организацията и отчуждение от работата. Получените резултати при 102 пълнолетни работещи (на възраст между 18 и 68 г.) показват, че се установяват значими различия във възприятието за конфликтна обстановка, както и в нивата на привързаност към работата според организацията, в която работят (ЕББ или други организации).

Ключови думи: организационна култура, конфликти, привързаност към организацията, отчуждение от работата

Abstract

Organizational culture is seen as a set of assumptions, values, norms and beliefs that are shared by all employees. And despite the abstract nature of the organizational culture construct, it is believed that its influence everywhere and on everything in the work environment can be measured. In this context, the aim of the present study is to investigate the effects of organizational culture on employees - conflict, attachment to the organization and alienation from work. The results obtained in 102 adult workers (between the ages of 18 and 68) show that significant differences are found in the perception of a conflict-causing situation, as well as in the levels of attachment to work according to the organization in which they work (EBB or other organizations).

Keywords: organizational culture, conflicts, attachment to the organization, alienation from work

EFFECTS OF ORGANIZATIONAL CULTURE ON EMPLOYEES – CONFLICT, ORGANIZATIONAL COMMITMENT, AND ALIENATION FROM WORK

Въведение

Днес редица автори, като В. Стоянов, Р. Недева и други изследват ролята на организацията върху личността на работещите, както и върху възможностите за израстване на индивида в тази среда (Недева, 2018: 65). В този контекст *организационната култура* се разглежда като доминиращите типове поведения и отношения, които са характерни за дадена организация, като система от ценности и норми, които определят поведението на хората в една компания (Минков, 2009: 94). Ако организационната култура и климат са насочени към социално-психологичните характеристики на работния процес и към изграждането на благоприятни взаимоотношения между хората, се създават предпоставки за минимизиране на стреса (Илиева, 2006, с. 256), увеличаване на привързаността и намаляване на отчуждеността на работното място. Според Илиева афективната привързаност към организацията е следствие от съответствието между личността и самата организация, докато инструменталната привързаност е резултат от политиката на организацията и от придобивките в нея. От друга страна идентификацията с организацията е един от компонентите на привързаността и тази идентичност е резултат от комуникацията на споделени интереси от членовете на организацията (Cheney & Tompkins, 1987).

Цел

Цел на настоящото изследване е да се проучи влиянието на организационната култура върху конфликтните отношения в организацията, привързаността към организацията и отчуждението от работата при служителите.

Изследвани лица

Обект на изследване са 102 лица (52% жени и 48% мъже) на възраст между 18 и 68 г., които работят и имат среден трудов стаж 14 г. ($M=13,891$, $SD=11,357$), подбрани на случаен принцип от избраните организации.

Изследванията са проведени в две целеви групи, разделени според различията във възприятията за организационната култура на база на анкетен метод:

- 1) Експериментална група (ЕГ) - 55 лица от държавната фирма „Ел Би Булгарикум“ ЕАД,
- 2) Контролна група (КГ) - 47 лица от Национален СТЕМ Център към Министерство на образованието и науката, Българска академия на науките, Охрана на съдебната власт.

Методика

За целта на настоящото изследване са приложени следните инструменти:

- 1) *Анкетен метод за изследване на конструкта „организационна култура“*, създаден за целите на изследването, съдържащ 7 отворени въпроси. С него са изследвани 60 служители (30 от Ел Би Булгарикум ЕАД (ЕББ), и 30 от Национален СТЕМ Център, от БАН и от Охрана на съдебната власт), за да могат да бъдат избрани за КГ организации с

EFFECTS OF ORGANIZATIONAL CULTURE ON EMPLOYEES – CONFLICT, ORGANIZATIONAL COMMITMENT, AND ALIENATION FROM WORK

различна от ЕГ организационна култура. Анкетата дава информация за перцепциите на работещите относно типа култура, като се поставя акцент върху ценностите, които се прилагат и споделят от членовете на организацията.

Като основа на разработения анкетен метод е използван теоретичният модел на К. Камерън и Р. Куин (Камерън, & Куин, 2012) за четирите типа организационна култура – йерархична, пазарна, кланова и адхократична.

Въз основа на проведеното изследване се установява, че водещият тип организационна култура в изследваните организации при КГ е йерархичният, докато ЕГ изразяват възприятия, характеризиращи пазарния тип култура.

2) *Метод за оценка на конфликтните отношения в организацията* (Радославова & Величков, 2005: 151-156).

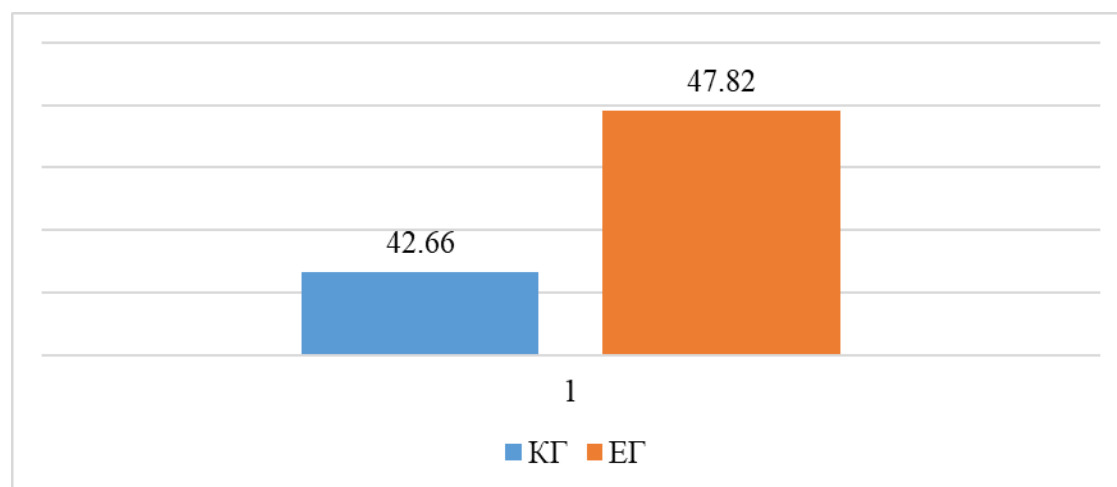
3) *Метод за измерване на привързаността на служителя към организацията* (Радославова & Величков, 2005: 103-114).

4) *Метод за оценка на отчуждението от работата* (Радославова & Величков, 2005: 141-147).

Събраните данни са въведени в SPSS-19, като са приложени следните анализи: описателна статистика, честотен анализ и t-тест.

Резултати

Следват резултати от t-тест за две независими извадки (ЕГ и КГ). Проведен е анализ на различията между групите, за да се оцени ефекта на организационната култура върху конфликтността, привързаността към организацията и отчуждението от работата на служителите (Фигури 1-3).



Фиг. 1 Различия според организацията в конфликтните отношения при изследваните лица

EFFECTS OF ORGANIZATIONAL CULTURE ON EMPLOYEES – CONFLICT, ORGANIZATIONAL COMMITMENT, AND ALIENATION FROM WORK

Проведеният анализ показва, че се установяват статистически значими различия ($t_{(100)}=2.209$; $p= .029$) във възприятието на изследваните лица за конфликтни отношения в процеса на изпълнение на ежедневните задачи в организацията според групата (ЕГ или КГ), както и формиране на групировки за защита на собствените интереси. Анализът показва, че и при ЕГ и при КГ се установява изразено възприятие за конфликтогенна обстановка (според нормите, изведени от Радославова и Величков (Радославова, & Величков, 2005: с. 155)). По-изразено е възприятието за конфликтни отношения на изследваните лица от ЕГ ($M=47.82$; $SD=11.706$) в сравнение с изследваните от КГ ($M=42.66$; $SD=11.814$). Но Cohen's $d = .439$, което показва, че големината на ефекта е малка.

Според Илиева (Илиева, 2006, с. 185), когато хората са разделени в различни структурни единици, какъвто е случаят със служителите в ЕББ, те споделят обща организационна култура, но наред с това развиват собствена субкултура, чиито ценности и норми са специфични и различни от останалите субкултури в организацията. В ЕББ са формирани субкултури по хоризонтален и по вертикален признак и те отразяват основни цели и ценности на групата. Субкултурата на управлението и висококвалифицирания персонал – работниците в научно-изследователския център, е различна от субкултурата на работниците в производствената част на организацията. Споделянето на различни ценности, поставя тези групи в ситуация близка до конфликтната.

Отдалеченото пространствено разположение на звената в организацията ограничава възможностите за физическо взаимодействие, което затруднява принадлежността и интегрирането към доминиращата организационна култура, поради обстоятелството, че групите по-рядко имат възможност да контактуват пряко. Това е причина за повишаване на вътрегруповата сплотеност в отделните организационни единици и идентифициране на членовете с конкретните групи повече, отколкото с организацията като цяло. Засилването на груповата култура води до противопоставяне на културата на организацията като цяло. Различията в междугруповите перцепции поради териториалната отдалеченост и невъзможност за директен обмен на информация, е причина за формиране на стереотипи относно „ние“ и „другите“ в организацията и предизвиква възприятие за конфликт.

В ЕББ съществуват групи, които не притежават легитимна власт, но са с висок статус в неформалната структура и оказват силно влияние върху организационните процеси и политики. Тези групи притежават специализирано знание и умения, което им дава експертна власт и поради това могат да въздействат върху вземането на решения в организацията. Те възприемат себе си като имащи по-висок статус и поради това имат възприятия за по-висока степен на влияние, отколкото формално им е приписано. В резултат на оспорване на легитимността на тяхната власт понякога възниква проблем в конкурирането за статус и контрол.

От друга страна групите с неформална власт, основаваща се на специални знания и умения, макар и ключови за успеха на организацията, често са обект на завист,

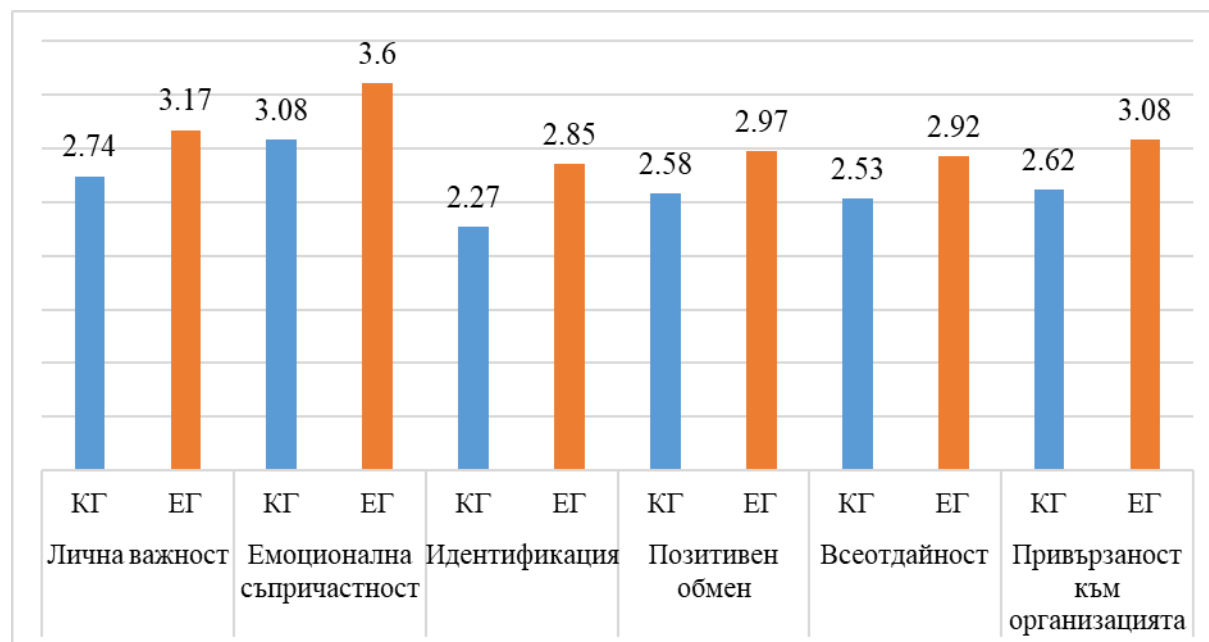
EFFECTS OF ORGANIZATIONAL CULTURE ON EMPLOYEES – CONFLICT, ORGANIZATIONAL COMMITMENT, AND ALIENATION FROM WORK

негодувание и възмущение и въпреки това на свръхуважение от по-малко влиятелните групи.

Идентичността с групата е както резултат, така и проява на силна групова култура. Груповата идентичност е свързана от една страна с целите на групата и предпочитаният от нея стил на извършване на работата, а от друга страна – със системата от норми и ценности, към които се придържат груповите членове и които регулират както междуличностните взаимоотношения вътре в групата, така също и взаимоотношенията с другите групи в организацията. Често пъти групите имат ограничен възглед за цялостния трудов процес, който не им позволява да отчетат взаимозависимостта с другите групи при постигане на организационните цели. Различията в приоритетите на едните и на другите групи обуславя противоречията им по отношение на производство, обслужването на клиенти и други сфери и са потенциална основа за възникване на конфликт. Колкото по-сплотена е групата, толкова по-силна е нейната идентичност и следователно по-голяма е опасността от затрудняване на комуникацията и интеграцията при изпълнение на взаимозависими задачи, което води до възникване на конфликти.

Следователно не сплотеността в групата, а нейната ефективност е критерия, за начина, по който функционира групата и какво е влиянието на организационната култура върху нея.

Известно е, че организационната култура има смислообразуваща, както и интегрираща роля, а груповото взаимодействие се обуславя от доминиращите норми и ценности в организацията, които създават условия за интегриране и консолидиране на групите в организацията и за формирането на екипи (Илиева, 2006, с. 12). Силната организационна култура според Илиева (Илиева, 2006, с. 71) влияе положително върху комуникацията, намалявайки ролевата неопределеност, причиняваща напрежение и увеличаваща конфликтността при работещите.



EFFECTS OF ORGANIZATIONAL CULTURE ON EMPLOYEES – CONFLICT, ORGANIZATIONAL COMMITMENT, AND ALIENATION FROM WORK

Фиг. 2 Различия в привързаността към организацията според ЕГ и КГ

Представените резултати във Фигура 2 показват по-високата привързаност към организацията при ЕГ. Установяват се статистически значими различия в нивата на обща привързаност към организацията ($t_{(100)}=3.695$, $p<.001$), както и в компонентите ѝ: *лична важност* ($t_{(100)}=2.309$, $p=.023$), *емоционална съпричастност* ($t_{(100)}=6.611$, $p<.001$), *идентификация* ($t_{(100)}=4.019$, $p<.001$), *позитивен обмен* ($t_{(100)}=2.461$, $p=.016$), *всеотдайност* ($t_{(100)}=2.858$, $p=.005$), според групата (ЕГ или КГ).

По-конкретно по-изразена е *общата привързаност* (Cohen's $d = .734$ – големината на ефекта е средна), както и всички нейни компоненти при ЕГ, в сравнение с КГ. Тоест при работещите от ЕГ, в сравнение с работещите от КГ, се установява:

- значимо по-изразено усещане на хората, че тяхното поведение влияе съществено върху функционирането и резултатите на системата (Cohen's $d = .471$ – големината на ефекта е малка),

- значимо по-изразена погълнатост на вниманието на участниците в изследването с личния принос за постигане на организационните цели и на емоционална сензитивност към нейното състояние, както и по-изразена заинтересованост и по-интензивни преживявания на индивида във връзка с репутацията на организацията (Cohen's $d = .715$ – големината на ефекта е средна),

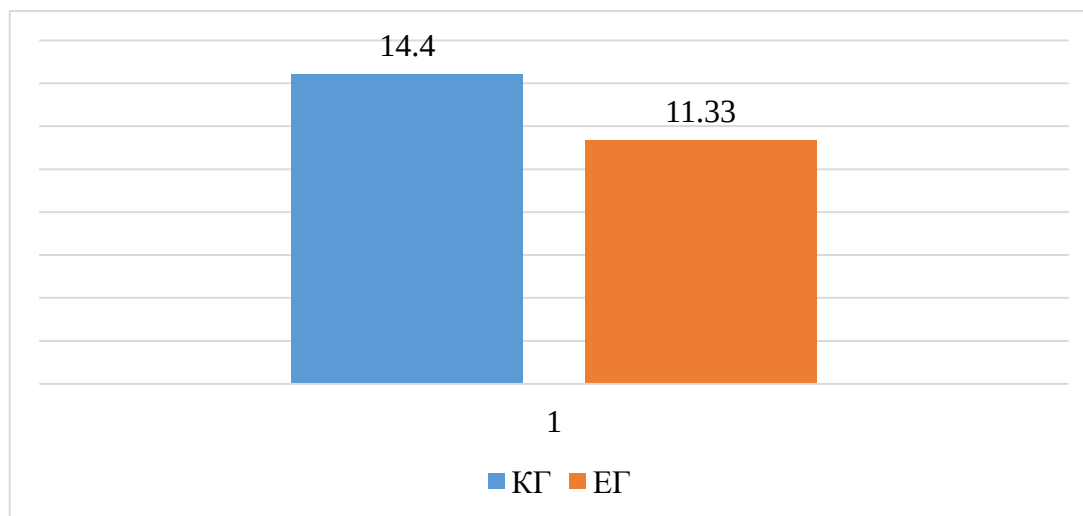
- значимо по-изразено чувството на сходство и срастване с организацията (Cohen's $d = .804$ – големината на ефекта е голяма),

- значимо по-изразено възприятие за позитивен обмен между служителите и организацията и желание за запазване на този процес (Cohen's $d = .479$ – големината на ефекта е малка),

- значимо по-изразена готовност на хората да извършват действия за благото на организацията, надхвърлящи трудовите им задължения (Cohen's $d = .556$ – големината на ефекта е средна).

В този контекст една от водещите функции на организационната култура е да формира привързаност към самата организация чрез ценностите, символите и обичаите в организацията, като привързаността към организацията варира в държавните и частните организации под влияние на организационната култура и климат (Илиева, 2006: 8). Неадаптивните култури са по-бюрокраични и йерархични и налагат контрол чрез стриктни правила, които намаляват привързаността и удовлетвореността на работещите (Илиева, 2006: 63). Съвпадението между лични и организационни ценности се проявява именно в привързаността към организацията, а процесът на промяна на индивидуалните ценности се състои в приближаването им към организационните. Но е важно да се отчитат и другите фактори, напр. социални или икономически, които влияят върху адаптацията на личността в организацията, както и е редно да се отчита фактът, че организациите също са фактор, който определя промените в убежденията и нагласите на личността (Илиева, 2006: 68).

EFFECTS OF ORGANIZATIONAL CULTURE ON EMPLOYEES – CONFLICT, ORGANIZATIONAL COMMITMENT, AND ALIENATION FROM WORK



Фиг. 3 Различия в отчуждението от работата между ЕГ и КГ

Представените резултати във Фигура 3 показват, че не се установяват статистически значими различия ($p > .05$) в отчуждението от работата между групите (ЕГ и КГ).

Заклучение

В настоящото изследване се установяват и значими различия в нивата на конфликтност и общата привързаност към организацията, както и във всички нейни изследвани компоненти между изследваните лица, които работят в ЕББ в сравнение с изследваните служители, заети в други организации (Национален СТЕМ Център, БАН, Охрана на съдебната власт). По-високи са нивата на възприета конфликтност и привързаност при изследваните лица, които работят в ЕББ (където доминира пазарният тип организационна култура) в сравнение с изследваните служители, заети в други организации (Национален СТЕМ Център, БАН, Охрана на съдебната власт), в които е установена като доминираща йерархичния тип организационна култура. Полученият резултат е индикативен за влиянието на организационната култура върху нивата на конфликтност и привързаност към организацията.

Ограничения на изследването

- 1) прилагането на самооценъчни инструменти за събирането на данните
- 2) прилагането на анкетен метод, който не е стандартизиран и валидизиран.

Използвана литература:

Илиева, С. (2006). Организационна култура: същност, функции, промяна. УИ: „Св. Климент Охридски“, София.

Камерън, К., & Куин, Р. (2012). Диагностика и промяна на организационната култура. Изд.: „Класика и стил“, София.

EFFECTS OF ORGANIZATIONAL CULTURE ON EMPLOYEES – CONFLICT, ORGANIZATIONAL COMMITMENT, AND ALIENATION FROM WORK

Минков, И. (2009). Организационната култура – основен фактор за формиране и реализация на фирмената стратегия. Сп. Икономически изследвания, година XVIII, 2, с. 91-123.

Недева, Р. (2018). Различия при възприемането на средата според нивото на резилианса. Варненски медицински форум, т. 7., с. 62-66.

Радославова, М., Величков, А. (2005). Методи за психодиагностика. Изд.: „Пандора прим”, София.

Cheney, G., & Tompkins, P. K. (1987). Coming to terms with organizational identification and commitment. *Communication Studies*, 38(1), с. 1-15. Tannenbaum, R., & Schmidt, W. H. (1973). How to Choose a Leadership Pattern. *Harvard Business Review*

Yukl, G. (2013). *Leadership in Organizations* (8th ed.). Pearson, ISBN: 9780132771863



Research article

FACEBOOK ADDICTION AMONG GREEK STUDENTS

Simona Nikolova, Chief. Assist. Ph.D. *

*** Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski," Blagoevgrad, Bulgaria.**

Email: Simona.nikolova@swu.bg

Georgia Koutra

*** Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski," Blagoevgrad, Bulgaria.**

Email: gkoutra2@gmail.com

Abstract

In recent years, Social Networking Sites have become a huge and basic way of communication in all societies. Facebook has become the most popular social networking site with more than 2.2 billion users. The satisfaction that Facebook has brought has led to some addictive behaviors among its users. This research studied Facebook addiction among secondary education students (gymnasium and lyceum). More specifically, this research investigates the frequency of Facebook addiction among students. The survey sample consisted of one hundred and forty-five (145) secondary students from public schools in the region of Larisa, in Greece. Even though we expected a high percentage of Facebook-addicted students, the results indicate that only 13,1 % of students are considered Facebook addicts, according to the Bergen Facebook Addiction Scale. In addition, we observed that most Facebook addicts were gymnasium students. Furthermore, our results indicate that the vast majority of Facebook Addicts spend 2-4 hours or at least 4 hours daily online. No gender differences found from the results.

Key words: Facebook, addiction, social media, students, secondary education,

Introduction

In the middle of the 21st century, new technologies and the internet have taken a dominant role in people's daily lives. The number of internet users is increasing daily at a rapid rate, having now reached 2.27 billion users. A number that is constantly expanding, in contrast to traditional media, such as television, radio, newspaper, etc. (Global Internet Population Hits 2.27 Billion, 2012) The main protagonists of the digital society are social networks. No one doubts the unstoppable power they have already acquired and the importance they have. At some point, as creators of new global trends, who knows if they will create new and complex social associations that we cannot even imagine (Van Dijck, 2013). To understand these networks, we need to define and frame them according to their origin and, with all their potential both in today's world and in the future, but also with the effects they will cause, in the short and long term (O'Keeffe, et.al., 2011).

FACEBOOK ADDICTION AMONG GREEK STUDENTS

Because the Internet world is constantly and rapidly evolving, the networks of a few years ago, the original ones, are completely different from the social networks managed by the Internet users of 2024. The boundaries defined by the old social networks have been eliminated and redefined. It remains a difficult task to distinguish these new formations (Van Dijck, 2013). However, we dare to collect the basic and main characteristics of social networks and project a strict and clear idea of what they are (Stelzner, 2014).

Even though human needs are gradually differentiating, the internet can anticipate developments and constantly adapts to new data. Distances have been eliminated, communication has become more direct, now there is quick and easy access to all kinds of information and a multitude of other advantages enjoyed by every user, of every age (Fricker, Schonlau, 2002).

But how well do people use new technologies and the internet? How many dangers lurk in the reckless use of new technologies and the Internet? According to research on the addiction of young people to the internet, Greece holds 8.2%, a percentage which gives it the first place worldwide, compared to Norway which holds respectively 1.98%, Italy with 5.4%, South Korea with 1.6%, and China, which according to the results of two surveys, appears to hold 2.4%. (Johnson, 2015).

What is it and how does it work?

Facebook is the main social network that exists in the world. A network of virtual connections, with the main objective of providing support for the production and sharing of content. It came to expand the possibilities of social relationships and caused a revolution in the world of communications. Marketing was no stranger to this change, thus finding a fertile ground for new ideas and approaches.

Facebook is the largest social network and has more than 2 billion active users worldwide and completed 14 years of existence on February 4, 2018. In it one can find known people, join interest groups, share content, send and receive messages, make contacts, search, announce, etc. Among social networks, it is the one that users choose most often. Facebook is today the most accessible website in the world. Thanks to its success, the network is considered to directly influence politics, culture and public opinion of its users (Burgess, Green, 2018).

Therefore, when one is on Facebook, understanding how it works and the resources it offers is a fundamental step for those looking to expand their business or exposure, expand their reach and digital marketing strategies. In it, one can create a personal profile or Fanpage and interact with other people connected to the website through instant messaging.

In addition to performing these functions, it also allows joining groups according to people's interests and needs in the social network. Currently, it is one of the most used forms of connection and is also used to quickly search for information. in addition to working as a kind of contact centralizer (Burgess, Green, 2018).

Facebook is basically divided into two worlds - the world of people and the world of companies. That is, it offers two profile options to choose from: personal profile or Fanpage.

Nikolova, Simona & Kourta, Georgia

The personal profile allows contact with friends, posting images, texts, videos. Fanpage, in turn, is the page of a business, it is the presence of the company on Facebook. The type of profile one chooses should be related to their goal when using Facebook (O'Keeffe, 2011).

The advantages and disadvantages of Facebook can vary depending on whether its use is personal, educational, or corporate. A good use can provide great advantages, but if its use is not correct, it can lead to difficulties and dangers for the user. Facebook is the social network with the largest number of users in the world - precisely 1.5 billion - which translates to one sixth of the total population. Its function is to keep us connected, apart from allowing us to post news, information or photos (O'Keeffe, 2011).

Teenagers tend to have more access to this social network (although usage by younger children is increasing dangerously). The main dangers of Facebook for children and teenagers:

1) They share data that makes them vulnerable: It's useful to know that when you post a photo on Facebook, you can tag where it was taken. This information may seem harmless, but there are people who could use it to determine a pattern of personal activities and abuse this knowledge (Ybarra, et. al., 2007).

2) Cyberbullying: School bullying has always existed (although recently the occurrence of cases around the world has increased) and this abuse has reached the Internet and especially Facebook. Facebook participation makes children potential victims of online harassment (Law, et.al., 2012).

3) Addiction: Although they admit that addiction is not unique to Facebook, it is one of the social networks that can create more addiction, mainly because of the ease with installing the application on the mobile for use and because of its visual nature. It is known that the youth today love everything that is visual, and this can make them addicted (Hinduja, Patchin, 2010).

4) Tendency to stress and mental problems: a study by the Royal Society of Public Health of University of Cambridge showed that "young people who spend more than two hours a day on social networks such as Facebook, Twitter or Instagram are more likely suffer mental health problems, especially anxiety and depressive symptoms." This is because many people upload edited photos online and this can create insecurity (especially for girls and teenagers) to find that their bodies do not meet social standards. #hashtag #sinfilter is added to most photos, even if a program has been used to "enhance" the image. Also, not getting enough "likes" can cause distress to young people (Wachs, et.al., 2012).

Purpose of the research

Greek students as all students all over the world face the challenge of balancing social media use with other responsibilities. While Facebook can be a fun and entertaining way to connect with friends and family, students must set boundaries and limit their time on the platform to avoid becoming addicted. This can include scheduling designated times for checking and using Facebook, finding alternative activities to engage in, and seeking help if needed (Floros, Siomos, 2013).

FACEBOOK ADDICTION AMONG GREEK STUDENTS

It is known that social media addiction can have a negative impact on students' academic performance, social life, and mental health. Studies have shown that Greek students' excessive use of social media can lead to decreased attention span, sleep disturbances, and increased stress and anxiety levels. To combat this issue, it is recommended that students should limit their daily usage, engage in other activities and look for support if they feel they are unable to control their usage (Dadiotis, et al., 2021).

Studies on Greek students indicate high rates of Facebook addiction, which can negatively impact their academic performance, mental health, and social relationships. It is essential for individuals to monitor their use of social media and seek support if needed to maintain a healthy balance.

This research studied Facebook addiction among secondary education students.

More specifically, this research investigates the following:

- ✓ the frequency of Facebook addiction among students.
- ✓ the role of gender in Facebook addiction behaviors.
- ✓ the difference in Facebook addiction between Gymnasium and Lyceum students.

Procedure and data collection instrument

The survey sample consisted of one hundred and forty-five (145) secondary students from public schools in the region of Larisa, Greece. The sample of students was gathered from two high schools and two high schools in the Prefecture of Larissa, in Greece. The participants were asked to complete a questionnaire, which was given to them by hand from their educators, after the parental consent of the guardians of the minor students was ensured. A criterion for selecting the sample of students was their willingness and availability to participate anonymously in the survey. For the students, a set of data concerning their individual characteristics was recorded, such as: gender and type of school (Gymnasium or Lyceum). In addition, students were asked to answer how many hours (on average), they spend browsing Facebook daily.

A questionnaire was used to collect the research data since it is a basic instrument for collecting it and it is widely used in social science research. In addition, the Bergen Facebook Addiction Scale was used.

✓ **Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS)** was created to measure the extent to which behavioral addiction symptoms may be connected with social network sites (Andreassen et al., 2012). The instrument includes 6 items, one for each of the six basic dimensions of addiction, drawn from clinical research: salience – the activity dominates thinking and behavior, mood modification – the activity improves mood; tolerance – increasing amounts of the activity are required to achieve the previous effect, withdrawal – unpleasant feelings occur when the activity is stopped or suddenly reduced, conflict – the activity causes conflict in relationships, work, or education, and relapse – a tendency to revert to earlier patterns of the activity after abstinence or control. Items are set on 5-point Likert-type answer options.

(Andreassen et al. (2012) found the original measure to be reliable at one time ($\alpha = .83$), as well as in a three-week test-retest reliability check ($\alpha = .82$). In addition to Cronbach's estimates, subsequent research has also performed confirmatory factor analysis on the scale, indicating acceptable model fit as a unidimensional construct ($\chi^2 = 291.88$, $df = 118$, $p < 0.001$, RMSEA = .061, CFI = .95, GFI = .92, IFI = .95, and SRMR = .040; Satıcı & Uysal, 2015).

Validity

“The BFAS has shown face validity in its items reflecting behavioral-addictive symptoms, such as using Facebook to forget about personal problems or trying to cut down on time spent on Facebook without success. BFAS has shown convergent validity when correlated with the Wilson, Fornasier, and White (2010) addictive tendencies scale ($r = .69$; Andreassen et al., 2012). When compared to the similar construct of “problematic Facebook use”, which also considers preference for online versus face-to-face social interactions in addition to compulsive behavior, the BFAS and the problematic Facebook use scale showed strong, positive associations ($r = .79$; Marino et al., 2016). Predictive validity has also been demonstrated with Neuroticism ($\beta = .25$) and Extraversion ($\beta = .22$) constructs of the Big Five personality inventory, showing that certain personality constructs predict BFAS (Andreassen et al., 2012). Divergent validity has been established with BFAS, such as the negative relationship between BFAS and Conscientiousness ($\beta = -.23$). Andreassen et al. propose that the “Big Five” support the scales' validity, as individuals who are high in neuroticism would be more likely to be sensitive to addictive behaviors, while those who are conscientious would be less likely to become addicted. (Bowman, Gordon, 2019).

Comments “Some debate has been raised surrounding the applicability of BFAS to other social networking sites (SNS) outside of Facebook, arguing that Facebook addiction could generally be applicable to Internet addiction or online social interaction compulsions because there are many activities that a person can engage in on the Facebook website (e.g., messaging friends, playing games like Farmville). However, in a follow-up article, the scales' creators argue that its applicability is limited to the context of Facebook as a platform, as people engage with Facebook differently than they may other SNS, such as online dating websites, where the users may have different goals (Andreassen, et.al. 2013) – this opinion seems to contrast with the genesis of the scale as one that borrows from established clinical addiction behaviors, such as gambling and gaming (Bowman, Gordon 2019).

Results

According to data in Table 1, 75 students in the total sample were male (51,7%), and 70 were female (48,3%).

Table 1. Data distribution of students in the total sample by gender.

FACEBOOK ADDICTION AMONG GREEK STUDENTS

Gender	Frequency (v)	Percentage %
Males	75	51,7%
Females	70	48,3%
Total	145	100,0%

More specifically, of the 69 gymnasium school students, 45 were boys and 24 were girls. While in Lyceum, 30 were boys and 46 were girls. (Table 2).

Table 2: Data for Education and Gender

School	Males	Females
Gymnasium	45	24
Lyceum	30	46
Total	75	70

According to data in Table 3, 69 students of the sample attended Gymnasium (47,6%), and 76 were Lyceum students (52,4%).

Table 3. Data presentation of students in the sample by type of school.

School	Frequency (v)	Percentage %
Gymnasium	69	47,6%
Lyceum	76	52,4%
Total	145	100,0%

According to Table 4, 83 (57,2%) of students do not use Facebook at all, 33 (22,8%) of students spend 30 to 60 minutes daily on Facebook., 20 (13,8%) of students spend 1-2 hours daily at the platform, 5 (3,4%) students use Facebook between 2-4 hours per day and 4 (2,8%) students spend at least 4 hours on Facebook daily. Based on table 4, we see that in our sample, a small percentage of 6.2% of students are Facebook addicts as they access Facebook daily for two to four hours or for more than four hours.

Table 4: Data showing the time that the students browse Facebook platform daily

Hours	Frequency in students (v)	Percentage %
None	83	57,2%
30-60 minutes	33	22,8%
1-2 hours	20	13,8%
2-4 hours	5	3,4%
At least 4 hours	4	2,8%
Total	145	100,0%

Nikolova, Simona & Kourta, Georgia

“As suggested by BFAS creators, a polythetic scoring scheme was used to determine the Facebook addicts in the sample. This scheme means that those who answer 3 or above on at least four of the six items are Facebook addicts”. (Jafarkarimi, H., Sim, A., Saadatdoost, R., & Hee. J., 2016, pp. 466-467). In our research study, 19 out of 145 students were Facebook addicts, which shows a low ratio of 13,1% among the studied sample (**Table 4**). Non-addicts students are 126 (86,9%) out of 145 in the total sample. In Tables 5, 6, 7 we summarize the frequency and percentage of Facebook addicts based on the different characteristics of respondents. We can see that 12 (17,4%) of Facebook addicts are Gymnasium students, while 7 (9,2%) are Lyceum students (**Table 5**). Female addicts represent 10 (14,3 %) of them, while male addicts are 9 (12,0 %) (**Table 6**). We can also see that 4,3 % (1,4% and 2,9%) of Gymnasium students and 7,9 % (5,3% and 2,6%) of Lyceum students are Facebook addicts because they tend to spend either 2-4 hours per day or at least 4 hours online daily (**Table 7**). Additionally, from the total sample of students, the addicted ones are those with a 3,4% percentage (browsing Facebook platform from 2-4 hours daily) and a 2,8% percentage of students (browsing Facebook platform at least 4 hours per day).

Table 4. Data presentation of Facebook addicts and non-addicts out of the total sample, according to BFAS.

BFAS	Frequency (v)	Percentage %
Addicts	19	13,1%
Non - Addicts	126	86,9%
Total	145	100,0%

Table 5. Data presentation of Facebook addicts and non-addicts in the sample by type of education.

		QSUM		
		0	1	TOTAL
Education	Gymnasium	57	12	69
		82,6%	17,4%	100,0%
		45,2%	63,2%	47,6%
		39,3%	8,3%	47,6%
	Lyceum	69	7	76
		90,8%	9,2%	100,0%
		54,8%	36,8%	52,4%
		47,6%	4,8%	52,4%
Total		126	19	145
		86,9%	13,1%	100,0%
		100,0%	100,0%	100,0%
		86,9%	13,1%	100,0%

FACEBOOK ADDICTION AMONG GREEK STUDENTS

Table 6. Data distribution of Facebook addicts and non-addicts in the sample by Gender.

		QSUM		
		0	1	Total
Gender	Boy	66	9	75
		88,0%	12,0%	100,0%
		52,4%	47,4%	51,7%
		45,5%	6,2%	51,7%
	Girl	60	10	70
		85,7%	14,3%	100,0%
		47,6%	52,6%	48,3%
		41,4%	6,9%	48,3%
Total		126	19	145
		86,9%	13,1%	100,0%
		100,0%	100,0%	100,0%
		86,9%	13,1%	100,0%

Table 7. Data distribution of Facebook addicts in the sample by hours spent on Facebook in Gymnasium and Lyceum students.

			Hours				
		None	30-60 minutes	1-2 hours	2-4 hours	at least 4 hours	Total
Education	Gymnasium	44	10	12	1	2	69
		63,8%	14,5%	17,4%	1,4%	2,9%	100,0%
		53,0%	30,3%	60,0%	20,0%	50,0%	47,6%
		30,3%	6,9%	8,3%	0,7%	1,4%	47,6%
	Lyceum	39	23	8	4	2	76
		51,3%	30,3%	10,5%	5,3%	2,6%	100,0%
		47,0%	69,7%	40,0%	80,0%	50,0%	52,5%
		26,9%	15,9%	5,5%	2,8%	1,4%	52,4%
Tot al		83	33	20	5	4	145
		57,2%	22,8%	13,8%	3,4%	2,8%	100,0%
		100%	100%	100%	100%	100%	100,0%
		57,2%	22,8%	13,8%	3,4%	2,8%	100,0%

Discussion

The new generations, from the very first years of their lives, meet technology. Whether with television, with mobile phones, with gaming machines, with mp3 players and with other technological devices. Therefore, the life of young people / teenagers is completely intertwined with technology, since they were born and grew up with it and consider it an integral part of their everyday life. For this reason, young people have very developed skills regarding the use of both new technologies and the internet. This fact is proven by related research, according to Yearbook of Psychology

Nikolova, Simona & Kourta, Georgia

which 75% of teenagers (and 58% of 12-year-olds) have a mobile phone. Almost 90% of teenagers who own mobile phones send and receive messages daily (Teens, Technology and Social Networking, 2010).

Unfortunately, any technological progress, to become beneficial in human daily life, should be used correctly and in moderation. Elements that are not observed by young people, who in the majority do not use the internet, but abuse it, follow wrong actions, influenced by digital media and especially the internet, many times they even go as far as suicide (O'Keeffe, et.al, 2011).

Social media platforms ignite the same reaction in the brain as gambling, and recreational drugs do. They provide a constant stream of validation, instant gratification and connection, which can be addictive for some students. When using social media, the brain releases dopamine, a feel-good chemical, leading to a desire for more (Ebrahim, 2023).

Dopamine levels are increased when a person receives certain social media notifications, such as a like, retweet, or comment. This could cause a person to experience a pleasurable feeling, positively reinforcing further social media use (Steers, et.al., 2016).

The contribution of the internet to people's daily lives is becoming extremely important. The benefits of cyberspace are expanding, everyday life is becoming easier, and horizons are constantly evolving, through online navigation which offers a multitude of advantages, such as: Immediate information and training on any subject, communication, freedom of expression and exchange of opinions (Social Media), entertainment Services (Games, Music, Movies, etc.), commercial and financial transactions (E-Shop), facilitating interpersonal communication (E-Mail) (Gupta, et.al., 2019).

It is important to mention, however, that all the above benefits can act as a deterrent when the use of the Internet turns into abuse. Disadvantages that affect those people who waste their time recklessly, not looking for useful information, but instead wasting time on useless news and playing games. People of all ages, who turn into highly antisocial beings, adopting a virtual reality, defying real daily life, real contact and communication with the outside world and gradually leading to addictive use of the internet (Filippidis, 2020).

Indicatively, the pointless use of cyberspace can result in: Disorientation due to over-information, confusion due to misinformation, electronic crime, violation of personal data, isolation, removal from the social environment, addiction (Filippidis, 2020).

Internet addiction is a new form of dependence, which has begun to make its presence felt more and more worldwide. It is the compulsive, excessive use of the Internet, as well as the irritability or dysthymic behavior that occurs when deprived of Internet use (Mitchell, 2000). Alternatively, "Internet addiction" is defined as the inability to control the use of the web, which leads to feelings of pressure, anxiety and dysfunctional behaviors in daily activities"(Shapira et al., 2003). In general, it is a situation in which the addicted user neglects his social, professional or academic life to an alarming degree and, in general, his functionality is affected.

As a term, it was defined for the first time by Goldberg, in 1995 (Goldberg, 1996) and then became widely known, through the pioneering research of Young in 1996 (Young, 1996).

FACEBOOK ADDICTION AMONG GREEK STUDENTS

However, this form of addiction has not been officially recognized as a clinical entity, except in China, S. Korea and Taiwan (Internet Addiction, 2013). Although the term "addiction" is mainly used for the process of biological addiction to substances, alcohol, etc., it is now beginning to be used for "online" addiction as well, as it is strongly observed that, more and more often, psychologists are called upon to approach cases of Internet addiction.

Conclusion

Although we expected a high percentage of Facebook-addicted students, the results indicate that only 13,1 % of students are considered Facebook addicts, according to the Bergen Facebook Addiction Scale. A possible reason for this is that social media are constantly changing. Newer social media, such as Instagram and TikTok, are more popular among students of these ages. Research must be done including Instagram, TikTok or social media in general, that will outline different outcomes.

Moreover we can see that there are no big differences in relation to addiction and gender. Instead there is a statistically important difference between addictive behavior and gymnasium and lyceum students. More specific, gymnasium students are found to be more addicted to Facebook platform than the lyceum ones. Though, Lyceum students tend to spend more time browsing facebook platform, they found to be less addicted in accordance to BFAS Scale. To conclude the type of education seems to be in correlation with addictive behaviors.

Limitations-Future Research

A major limitation of the conducted research is the fact that only students from the area of Larissa, Greece were included in the sample.

References

Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook addiction scale. *Psychological reports*, 110(2), 501-517.

Andreou Ebrahim, E., Svili, H. (2013). The association between internet user characteristics and dimensions of internet addiction among Greek adolescents. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 11, 139-148.

Bowman, N. D., Clark-Gordon, C. V. (2019). Fear of missing out scale. In *Communication research measures III* (pp. 265-267). Routledge.

Burgess, J., Green, J. (2018). YouTube: Online video and participatory culture. John Wiley & Sons.

Dadiotis, A., Bacopoulou, F., Kokka, I., Vlachakis, D., Chrousos, G. P., Darviri, C., Roussos, P. (2021). Validation of the Greek version of the Bergen social media addiction scale in undergraduate students. *EMBnet. journal*, 26.

Ebrahim, F. (2023). The dark side of social media: why is social media so addictive?

Nikolova, Simona & Kourta, Georgia

Filippidis, G. (2020). Internet addiction and other problematic online behaviors among teenagers. *Social Cohesion and Development*, 15(2), 121-137.

Floros, G., Siomos, K. (2013). The relationship between optimal parenting, Internet addiction and motives for social networking in adolescence. *Psychiatry research*, 209(3), 529-534.

Fricker, R. D., Schonlau, M. (2002). Advantages and disadvantages of Internet research surveys: Evidence from the literature. *Field methods*, 14(4), 347-367.

"Global Internet Population Hits 2.27 Billion (infographic)", (20/4/2012), [Available at: www.skai.gr/news/technology/article/200873/o-pagosmios-plithusmos-tou-diadiktuou-eftase-ta-227-dis-infographic/#ixzz2VFPS5xel].

Goldberg, I., (1996) «Internet Addiction. Electronic message posted to Research Discussion List».

Gupta, S., Sachan, P., Kunwar, N. (2019). Benefits and risks of social networking sites use in adolescents. *Journal of Pharmacognosy and Phytochemistry*, 8(2), 1780-1783.

Hinduja, S., Patchin, J. W. (2010). Bullying, cyberbullying, and suicide. *Archives of suicide research*, 14(3), 206-221.

Johnson, G. M. (2015). Young children at risk of digital disadvantage. *Young children and families in the information age: Applications of technology in early childhood*, 255-275.

Law, D. M., Shapka, J. D., Domene, J. F., Gagné, M. H. (2012). Are cyberbullies really bullies? An investigation of reactive and proactive online aggression. *Computers in Human Behavior*, 28(2), 664-672.

O'Keeffe, G. S., Clarke-Pearson, K. (2011). The impact of social media on children, adolescents, and families. *Pediatrics*, 127(4), 800-804.

Pallanti, S., Bernardi, S., Quercioli, L., (2006). The Shorter PROMIS Questionnaire and the Internet Addiction Scale in the assessment of multiple addictions in a high - school population: prevalence and related disability; *CNS Spectrums*, 11(12): 966 - 74.

Shapira, N. A. et al., (2003). Problematic Internet Use: Proposed Classification and Diagnostic Criteria. *Depression and Anxiety*, 17: 207-216.

Steers, M. L. N., Moreno, M. A., Neighbors, C. (2016). The influence of social media on addictive behaviors in college students. *Current addiction reports*, 3, 343-348.

Stelzner, M. (2014). Political contest, policy control, and inequality in the United States. *Review of Keynesian Economics*, 2(3), 365-383.

"Teenagers, Technology and Social Networking...", 25/07/2010, [Available at website www.inews.gr/29/efivoi-technologia-kai-koinoniki-diktyosi.htm, Retrieved 10/9/2013].

Van Dijck, J. (2013). 'You have one identity': Performing the self on Facebook and LinkedIn. *Media, culture, society*, 35(2), 199-215.

Wachs, S., Wolf, K. D., Pan, C. C. (2012). Cybergrooming: Risk factors, coping strategies and associations with cyberbullying. *Psicothema*, 628-633.

Wilson, K., Fornasier, S., White, K. M. (2010). Psychological predictors of young adults' use of social networking sites. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 13(2), 173-177.

FACEBOOK ADDICTION AMONG GREEK STUDENTS

Ybarra, M. L., Diener-West, M., Leaf, P. J. (2007). Examining the overlap in Internet harassment and school bullying: Implications for school intervention. *Journal of Adolescent health*, 41(6), S42-S50.

Young, K. S., (1996), «Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder», *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*; 1(3): 237-244.

Research article

PERSONAL MOTIVATION TO PARTICIPATE IN ERASMUS MOBILITY FOR TEACHING STAFF ABROAD

Assoc. Prof., Bilyana Yordanova, Ph.D.

Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

Email: b_iordanova@swu.bg

Assis. Prof., Blagovesta Dafkova, Ph.D.

Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

Email: bl.dafkova@swu.bg

Abstract

Erasmus+ is a European Union program designed to enhance educational opportunities and foster cooperation among institutions in Europe. This article explores the personal motivations that drive teaching staff to participate in Erasmus mobility programs. It examines intrinsic and extrinsic factors, including professional development, cultural exposure, and networking opportunities. The findings underscore the transformative impact of such experiences on educators, their institutions, and the broader educational landscape. Overall, the analysis reveals significant positive correlations among professional development, cultural exposure, institutional support, and networking opportunities. The strengths of these relationships suggest that these factors are interconnected and can collectively foster an environment conducive to professional growth.

Key words: *Erasmus +, teaching mobility, personal motivation*

Introduction

The Erasmus+ program has significantly influenced the landscape of higher education in Europe since its inception in 1987. With a focus on promoting student and staff mobility, the program aims to enhance the quality of education through cultural exchange and collaboration among educational institutions. Employment requires communication with colleagues at different levels in order to exchange necessary information. This exchange enables the employee to perform their duties effectively and remain attuned to surroundings (Gergov, 2015). Teaching staff mobility, in particular, has emerged as a vital component of this initiative, offering educators opportunities to share knowledge, adopt new teaching methodologies, and engage with diverse educational environments (European Commission, 2020). This article delves into the personal motivations that compel teaching staff to embark on Erasmus mobility experiences, examining both intrinsic and extrinsic factors contributing to their decision-making processes.

PERSONAL MOTIVATION TO PARTICIPATE IN ERASMUS MOBILITY FOR TEACHING STAFF ABROAD

Motivation is a complex construct extensively studied in educational psychology. Deci and Ryan's (1985) Self-Determination Theory (SDT) posits that intrinsic motivation—driven by personal interest and enjoyment in the activity—plays a crucial role in educational settings. Conversely, extrinsic motivation involves external factors such as rewards or recognition. Understanding the interplay between these motivations is essential in comprehending why teaching staff choose to participate in Erasmus mobility programs.

One of the primary intrinsic motivations for teaching staff to engage in Erasmus mobility is the desire for professional development. Educators often seek opportunities to enhance their pedagogical skills, learn new teaching methodologies, and gain insights into different educational systems (Sánchez et al., 2021). Participating in an Erasmus program allows staff to engage in workshops, seminars, and collaborative teaching experiences that contribute to their professional growth.

Cultural exposure is another significant intrinsic motivator. The opportunity to immerse oneself in a different cultural context can broaden educators' perspectives and enhance their understanding of global issues (Pérez-Mateo et al., 2020). Such experiences can lead to increased empathy and adaptability in teaching, as educators learn to navigate diverse classroom dynamics and student backgrounds.

For many teaching staff, personal fulfillment plays a crucial role in their decision to participate in Erasmus mobility. The chance to explore new environments, meet people from various backgrounds, and engage in meaningful cultural exchanges can foster a sense of accomplishment and personal growth (Santos et al., 2021). These experiences often cultivate a lifelong love for learning, which educators can then impart to their students.

Extrinsic factors, such as institutional support, significantly influence teaching staff's motivations to engage in Erasmus mobility. Institutions that promote and facilitate mobility programs often create a culture that values international collaboration and professional development (Beine et al., 2014). Financial incentives, such as grants or stipends, can further motivate educators to participate, as they reduce the financial burden associated with international travel.

Another extrinsic motivation for participating in Erasmus mobility is the opportunity to build professional networks. Educators can connect with peers from various institutions, sharing best practices and fostering collaborations that extend beyond the mobility experience (Brouwer et al., 2021). Such networks can lead to future research collaborations, joint projects, and enhanced career prospects.

While the motivations for participating in Erasmus mobility are compelling, educators may face challenges that can deter them from pursuing such opportunities. Language barriers, financial constraints, and the pressures of workload and family responsibilities often play a role in the decision-making process (Peterson et al., 2020). Institutions must address these challenges by providing adequate support and resources to ensure that educators can fully benefit from their mobility experiences.

Language proficiency can serve as a significant barrier for educators considering Erasmus mobility. Many teaching staff may feel inadequate in their language skills, which can inhibit their confidence in teaching and interacting in a foreign environment (Murray, 2018). Institutions can mitigate this barrier by providing language training and resources to enhance educators' communication skills before their mobility experience.

Financial constraints can be a substantial deterrent for educators contemplating international mobility. While Erasmus+ provides funding for many participants, the costs associated with travel and accommodation can still be burdensome (Peterson et al., 2020). Institutions should explore additional funding opportunities and provide financial planning resources to help alleviate these concerns.

The pressures of workload and family responsibilities can further complicate educators' decisions to participate in Erasmus mobility. Many teaching staff juggle multiple roles and obligations, making it challenging to commit to an extended period abroad (Santos & Pires, 2021). Institutions can support staff by offering flexible mobility options, such as shorter programs or virtual exchanges, to accommodate various personal circumstances.

Methodology, procedure, participants

To gather insights into the motivations of teaching staff participating in Erasmus mobility, a mixed-methods approach was employed. This study involved an online survey distributed to educators who had recently participated in Erasmus mobility, followed by semi-structured interviews with selected participants to gain deeper insights into their motivations and experiences.

The main hypothesis is that there are significant positive correlations between Professional Development, Cultural Exposure, Institutional Support, and Networking Opportunities as a motivation factors for participation in Erasmus mobility for teaching staff abroad.

The online survey consisted of both closed and open-ended questions designed to assess respondents' intrinsic and extrinsic motivations for participating in Erasmus mobility. The survey was disseminated through various academic networks, resulting in a sample size of 84 educators across multiple disciplines.

Qualitative interviews were conducted with 15 participants selected from the survey respondents. These interviews explored the nuances of their motivations, experiences during mobility, and the impact on their professional and personal lives. Thematic analysis was employed to identify key themes emerging from the interview data.

Survey Questions (Sample) includes questions such as: 1) Professional Development: "How important is professional development in your decision to participate in Erasmus teaching mobility abroad?"; 2) Cultural Exposure: "How important is cultural exposure in your decision to participate in Erasmus teaching mobility abroad?"; 3) Institutional Support: "How important is institutional support in your decision to participate in Erasmus teaching mobility abroad?", and

PERSONAL MOTIVATION TO PARTICIPATE IN ERASMUS MOBILITY FOR TEACHING STAFF ABROAD

4) Networking Opportunities: "How important are networking opportunities in your decision to participate in Erasmus teaching mobility abroad?"

Results

The following table summarizes the mean scores for each motivation factor based on the survey responses.

Table 1. Mean score and standard deviation of motivation factors

Motivation Factor	M	SD
Professional Development	4.52	0.62
Cultural Exposure	4.38	0.76
Institutional Support	4.41	0.82
Networking Opportunities	4,91	0,74

Table 2. Correlation matrix of motivation factors

Motivation factors	Professional Development	Cultural Exposure	Institutional Support	Networking Opportunities
Professional Development	1.00	0.63	0.55	0.60
Cultural Exposure	0.63	1.00	0.47	-0.17
Institutional Support	0.55	0.47	1.00	0.13
Networking Opportunities	0,60	-0.17	0.13	1.00

A Pearson correlation analysis was conducted to examine the relationships between the different motivation factors. The results of the analysis provide important insights into the relationships between professional development, cultural exposure, institutional support, and networking opportunities. The correlations reported reveal significant associations among these variables, suggesting that they are interrelated and may influence one another in meaningful ways.

1. Professional Development and Cultural Exposure: $r = 0.63$, $p < 0.01$. The correlation coefficient (r) of 0.63 indicates a strong positive relationship between professional development and cultural exposure. This suggests that as individuals engage in more professional development activities, they are likely to experience greater cultural exposure. The significance level ($p < 0.01$) further confirms that this relationship is statistically significant, meaning that it is very unlikely to have occurred by chance.

This finding highlights the importance of integrating cultural exposure into professional development programs. For example, training sessions that include multicultural perspectives or global contexts may enhance the learning experience and contribute to a more comprehensive understanding of professional practices. Organizations might consider fostering environments that promote both professional skill-building and cultural awareness.

2. Professional Development and Institutional Support: $r = 0.55$, $p < 0.01$. The correlation coefficient of 0.55 indicates a moderate positive relationship between professional development and institutional support. This suggests that individuals who receive greater institutional support (e.g., resources, mentorship, encouragement) are more likely to engage in professional development activities. The statistical significance ($p < 0.01$) suggests that this relationship is robust and meaningful.

This finding underscores the role of institutional support in facilitating professional growth. Organizations should prioritize creating supportive environments that encourage employees to pursue professional development opportunities. This could involve providing resources such as funding for workshops, access to training programs, or supportive mentorship systems.

3. Cultural Exposure and Institutional Support: $r = 0.47$, $p < 0.01$. The correlation of 0.47 indicates a moderate positive relationship between cultural exposure and institutional support. This suggests that individuals who experience greater cultural exposure are more likely to receive institutional support. The significance level ($p < 0.01$) indicates that this finding is statistically significant.

This result suggests that organizations that promote cultural exposure may also be more likely to provide robust support systems. Emphasizing diversity and inclusion initiatives can create an environment where individuals feel supported in their cultural experiences, which, in turn, may enhance their overall professional development. Organizations might benefit from implementing programs that celebrate cultural diversity and provide support for employees to engage in culturally enriching experiences.

4. Networking Opportunities and Professional Development: $r = 0.60$, $p < 0.01$. The strong positive correlation of 0.60 between networking opportunities and professional development indicates that individuals who engage in networking are likely to pursue more professional development activities. The statistical significance ($p < 0.01$) confirms the reliability of this relationship.

Networking opportunities are crucial for professional development, as they can lead to the sharing of knowledge, resources, and experiences among peers. Organizations should facilitate networking events, workshops, and conferences that provide employees with opportunities to connect with others in their field. Encouraging networking can create a culture of collaboration and continuous learning, which is vital for professional growth.

Discussion

PERSONAL MOTIVATION TO PARTICIPATE IN ERASMUS MOBILITY FOR TEACHING STAFF ABROAD

The findings from the study reveal a complex interplay of intrinsic and extrinsic motivations driving teaching staff to engage in Erasmus mobility.

The desire for professional development emerged as a predominant theme, with many educators expressing a strong interest in acquiring new teaching techniques and enhancing their pedagogical knowledge. Participants frequently noted that exposure to diverse educational practices allowed them to reflect on their teaching, resulting in improved classroom outcomes.

Cultural exposure was another central motif, with educators highlighting the transformative nature of their experiences abroad. Many described how immersion in different cultures broadened their perspectives and increased their adaptability, positively influencing their teaching styles.

Institutional support was consistently identified as a critical extrinsic motivator. Participants reported that institutions with proactive mobility programs and robust support systems significantly influenced their decision to apply for Erasmus mobility. Financial incentives also played a vital role, as educators appreciated the reduction in financial barriers associated with international travel.

Networking opportunities were highlighted as a significant benefit of Erasmus mobility. Participants emphasized the importance of building professional relationships that extended beyond their mobility experiences, facilitating ongoing collaborations and knowledge exchange.

The statistical analysis confirms that intrinsic motivations, such as the desire for professional development and cultural exposure, are significant drivers for teaching staff participating in Erasmus mobility. Hardiness is a valuable personal resource that offers opportunities and strategies for coping with various difficulties and challenges. It enables individuals to unlock their potential and to be bold and creative, even in the face of adverse circumstances (Gergov, 2022). The positive correlations suggest that educators who prioritize professional growth also value cultural exposure and institutional support, indicating an interconnectedness of motivations. Teaching mobility benefits not only educators but also significantly enhances students' aspirations for achievement, particularly in a multinational educational context (Hadzhieva, 2022).

Institutional support emerged as a critical extrinsic factor influencing participation. This finding aligns with previous research indicating that supportive environments enhance educators' willingness to engage in international programs.

Conclusion

The motivations for teaching staff to participate in Erasmus mobility are multifaceted, encompassing both intrinsic and extrinsic factors. Professional development, cultural exposure, and personal fulfillment drive educators to seek out these transformative experiences. At the same time, institutional support and networking opportunities play significant roles in facilitating participation. As the Erasmus+ program continues to evolve, understanding these motivations

can help institutions better support their staff and maximize the benefits of mobility for the educational community as a whole.

The findings suggest that educational institutions should cultivate supportive environments that facilitate professional development and cultural exposure. By addressing barriers and promoting incentives, institutions can enhance participation in Erasmus mobility programs, ultimately benefiting educators and enriching the educational community.

References

- Beine, M., Noël, R., & Ragot, L. (2014). Determinants of the international mobility of students. *Economics of Education Review*, 41, 40-54. <https://doi.org/10.1016/j.econedurev.2014.03.002>
- Brouwer, N., Schermer, L., & de Vries, W. (2021). The impact of internationalization on the professional development of academic staff: A systematic review. *Journal of Studies in International Education*, 25(1), 58-76. <https://doi.org/10.1177/1028315320966746>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer.
- European Commission. (2020). Erasmus+ annual report 2019. European Union. https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/resources/documents/erasmus-annual-report-2019_en
- Gergov, T., (2015). *Personal aspects of old age*. Neofit Rilski Publishing House, Blagoevgrad, ISBN 978-954-00-0011-4. [*Lichnostni aspekti na starostta*. Neofit Rilski Publishing House, Blagoevgrad, ISBN 978-954-00-0011-4]
- Gergov, T. (2022). *Hardiness and Self-Esteem in Maturity*. Neofit Rilski Publishing House, Blagoevgrad, ISBN 978-954-00-0301-6. [*Zhizneustoichivost i samootsenka prez zrelostta*. Neofit Rilski Publishing House, Blagoevgrad, ISBN 978-954-00-0301-6]
- Hadzhieva, Ts., (2022). Study of self-assessment and the needs for achievement, for safety, and for sex in male and female students. *Yearbook of Psychology* Vol. 13, Issue 1-2, pp. 214- 224
- Murray, N. (2018). Language proficiency and the impact on international mobility. *Journal of Language and Education*, 4(1), 45-56. <https://doi.org/10.17323/2411-7390-2018-4-1-45-56>
- Pérez-Mateo, M., De Vries, W., & Brouwer, N. (2020). Cultural exposure as a motivator for teaching staff in international collaboration. *International Journal of Educational Research*, 103, 101594. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2020.101594>
- Peterson, C., Lingard, B., & McKenzie, L. (2020). Barriers to international mobility for teaching staff in higher education: A systematic review. *Higher Education*, 79(4), 711-730. <https://doi.org/10.1007/s10734-019-00472-5>
- Sánchez, C., García, A., & Ruiz, F. (2021). Professional growth and cultural awareness through Erasmus experiences: A qualitative study. *Teaching in Higher Education*, 26(3), 379-392. <https://doi.org/10.1080/13562517.2020.1777926>
- Santos, M., & Pires, A. (2021). The role of international mobility in the professional identity of teaching staff: A qualitative analysis. *Journal of Studies in International Education*, 25(3), 282-299. <https://doi.org/10.1177/10283153211011>



Research article

STRESS LEVELS, QUALITY OF LIFE AND LIFE SATISFACTION IN PARENTS OF CHILDREN WITH DISABILITIES AND/OR SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS

Simona Nikolova, Chief. Assist. Ph.D. *

*** Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski," Blagoevgrad, Bulgaria.**

Email: simona.nikolova@swu.bg

Aikaterini Sarvani

*** Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski," Blagoevgrad, Bulgaria.**

Email: sarvanikaterin@gmail.com

Abstract

The present research aims to examine the levels of anxiety in parents of children with disabilities and/or special educational needs, their quality of life, and life satisfaction. Ninety-nine parents shared and answered questionnaires to assess the three factors. The results showed that anxiety is correlated with the life quality of parents and their life satisfaction. Higher levels of anxiety were associated with low life quality and reduced life satisfaction. Overall, the correlation of the three factors indicated that support and information for families help improve life quality, increase life satisfaction, and reduce parental anxiety.

Keywords: *parental anxiety, quality of life, life satisfaction, parents, disability, special educational needs*

Introduction

The role of a parent is crucial for a child's development but also challenging when it comes to choosing the right way to educate them. The responsibility becomes even more demanding when parents have to navigate raising children with issues or disorders such as autism, cognitive impairments, mental health conditions, Asperger's syndrome, Down syndrome, motor problems, neurological disabilities, vision issues, epilepsy, developmental disorders, and more.

Children with special needs encounter significant limitations in their everyday activities, such as mobility and communication (Withers & Bennett, 2003). The role of parents is focused on assisting the child in becoming a valued member of the community with appropriate social behavioral norms. In this regard, parents require support in guiding their child and providing them with the opportunity to develop a positive outlook on life and creativity (Luther et al., 2005).

The experience of these challenges varies from parent to parent. Some parents, faced with the difficulty, become proactive, mobilize themselves, and provide their children with both material and intellectual resources for their well-being. On the contrary, there are parents who abandon the effort, expressing feelings of anger, despair, and a sense of inadequacy to make any further attempts. The negative disposition usually originates from within themselves and primarily requires self-love (Seltzer et al., 2004). Parents require support from specialized entities, and at the same time, both the children and the parents should benefit from all that needs to be done. Many times, we will hear them say that they give up, that ultimately it is too difficult, and they refuse to collaborate with specialists. Their fear of whether they will succeed weakens them and triggers anger (Green, 2003).

Through a critical and systematic literature review, a significant relationship was identified between the presence of a child with disabilities and/or special educational needs and parental stress. Components of this relationship include the family environment, family ecology, parental characteristics, information, and social/cultural conditions (Karasavvidis et al., 2011).

The birth of a child with a disability or any other kind of issue is perceived as a threat to the functional harmony of the family and the self-image of the parents. Fear of the unknown, the threat of social stigma, and a lack of information complicate the relationships within the couple, disrupting the dynamics and prospects for the future.

The form of parental response and its final management is attributed to the flexibility of the parents (Moysiadou, 2007). By the term 'response,' we mean a certain chronological and situational stability in their manifestation rather than sporadic reactions that do not foreshadow future changes (Alevriadou, 2005). Anxiety is utilized in daily life as the human reaction that puts both physical and mental powers to the test (Melissa-Chalikiopoulou, 2005).

Anxiety is defined as a symptom with various manifestations, including biological-physical (e.g., disruptions in heart rate, insomnia), cognitive (e.g., phobias, catastrophic predictions), and behavioral (e.g., avoidance) aspects (Samakouri et al., 2012). The term 'anxiety' expresses (a) a common emotional reaction characterized by internal tension, apprehension, sympathetic arousal, and having the adaptive function of preparing for coping with difficulties and risks, or (b) a multidimensional clinical symptom, which typically represents a dysfunctional quantitative exacerbation and/or perpetuation of an anxious state (Samakouri et al., 2012). Anxiety is the balance between external demands and an individual's internal perception of their ability to adapt to those demands (Raina et al., 2005). High anxiety is associated with parents' views on the functioning of the family and their perceptions of themselves (Ong et al., 2005). International literature in recent years has focused on parameters influencing the emergence of anxiety, primarily the diagnosis of the child's disability, the severity of the disability, the child's behavior, family support sources, and the quality of marital relationships (Gupta, 2007; Kwon, 2007).

Parental anxiety is a significant factor in the development of fears and difficulties in children. This has been demonstrated in research examining maternal anxiety and its connection to

STRESS LEVELS, QUALITY OF LIFE AND LIFE SATISFACTION

childhood anxiety, showing that a mother's interpretations of the events surrounding her significantly influence how children, in turn, interpret their experiences (Harel et al., 2006).

During adolescence, social and psychological changes occur, which are related to the emergence of intense anxiety that complicates their daily lives (Ollendick & Hirshfeld, 2002). The presence of depressive episodes and anxiety symptoms in mid-childhood increases the likelihood of depression and mental disorders in their adult lives (Bittner et al., 2007; Roza et al., 2003). The direct relationship between parental anxiety and childhood anxiety disorders is not easy to pinpoint, but correlations have been observed, indicating that children of parents with anxiety are more likely to engage in substance use or self-destructive behaviors (Briggs-Gowan et al., 2001).

Parents' anxiety, or even parents with anxious children, tend to be more controlling and negative towards their children, exhibiting less interaction with them (Stams & Bogels, 2008; McLeod et al., 2007). Parental warmth contributes to the smooth adaptation of the child to the environment, while the harshness of the parent can lead to the development of problems (Zimmer-Gembeck & Thomas, 2010).

The factors contributing to increased levels of anxiety include (a) marital relationships, (b) the daily challenges posed by disability, and (c) the behavior of the child and how parents approach their child's disability (Lianou & Siamaga, 2011). Children's behaviors indeed impact parental anxiety, leading to exhaustion and despair (Abbeduto et al., 2004; Emerson, 2003; Seltzer et al., 2004). Parents have identified hyperactivity, demandingness, and the child's disturbed mood as the primary behavioral factors contributing to anxiety (Rao & Beidel, 2009).

Other significant parameters contributing to the development of anxiety include the socioeconomic status of parents (Emerson et al., 2006), parenting styles, and the choice of professional assistance they receive (O'Neil et al., 2001; Van Schie et al., 2004). Additionally, parents' anxiety is influenced by the child's communication impairments, the burden of daily care, and the child's maladjustment (Karasavvidis et al., 2011). Furthermore, factors such as how parents cope daily with their child's challenges, the quality of their social network, satisfaction within the couple, and the tendency for depression have been identified as linked to childhood disability and parental anxiety (Dykens, 2000; Withers & Bennett, 2003).

Many parents experience anxiety when they realize they are responsible for teaching their children the skills and behaviours necessary for social integration. It is noteworthy that the presence of a positive family and marital climate helps keep parental anxiety at low levels (Withers & Bennett, 2003; Simmerman et al., 2001). Parents are particularly concerned about the future and the prospects for their children as they contemplate the possibility of their child's future independence, long-term advocacy and protection, future care, employment prospects, and support (Khamis, 2007; Kermanshahi et al., 2008).

Increased scores on symptoms related to parental anxiety demand serious attention from clinicians and researchers. The elevations may be associated with reduced parental quality of life and self-effectiveness (Hastings & Brown, 2002). This indicates that additional factors may be at

play for children's parents. A model that includes parental education, life events, the quality of marital relationships, social support, and the quality of education and intervention services for children is essential to better understanding the spectrum of factors (Estes et al., 2009).

A significant determinant of parental experiences is the quality of the marital relationship, especially in families raising children (Barker et al., 2011). Parents who have good relationships report less anxiety than those with poor marital relationships. Mothers and fathers who are dissatisfied with their marriage report more anxiety than those who are satisfied with their marriage.

Furthermore, the quality of the marital relationship affects the parent-child relationship. Essex (2002) found that marital satisfaction is also linked to feelings of closeness between the child and the mother or father. The marital relationship "spills over" into the parent-child relationship. When parental anxiety is at high levels, it influences the parent-child relationship (Hoffman et al., 2006). Parents who have better-quality marital relationships also exhibit better parent-child relationships (Krishnakumar & Buehler, 2000).

Families receiving a diagnosis indicating developmental disorders in their child often experience high levels of stress (Gomes & Bosa, 2004). Emotional distress is frequently accompanied by financial problems, as many parents are occupied with the daily needs and essential therapies for their child's survival, and many give up on their professional careers. Resignation from a professional career for the care of the child creates anxiety for parents (Santos et al., 2010). Thus, family income decreases, and often, it depends on government assistance programs to ensure the necessary care for the child (Da Costa Cunha et al., 2017). In the care of a child with special needs, additional stress can arise related to the challenges the child faces in communication, difficult behavior, social isolation, difficulties in self-care, and a lack of understanding from the social environment (Schieve et al., 2007). Some research has revealed a connection between parental education and the levels of anxiety they experience, but the results of studies vary. While Freitas, Rocha, and Haase (2014), found emotional overload in mothers with higher education, the study by Da Costa Cunha, Pontes & Da Costa Silva (2017), showed that parents with minimal emotional burden had only completed high school. One possible explanation is that these parents, in some way, developed coping strategies, allowing them to reveal low anxiety levels.

Research Aims and Hypothesis

The aim of the present study is to examine the stress of parents with children with disabilities and/or special educational needs in relation to their quality of life and life satisfaction, controlling for the age of children and the demographic characteristics of parents.

The research hypotheses are below:

Hypothesis 1 The stress levels of parents with children with disabilities and/or special educational needs will be high.

STRESS LEVELS, QUALITY OF LIFE AND LIFE SATISFACTION

Hypothesis 2: parents with children with disabilities and/or special educational needs will score low in all domains of quality of life.

Hypothesis 3 Parents with children with disabilities and/or special educational needs will experience low levels of life satisfaction.

Hypothesis 4 The educational level, as well as the child's age increases the stress of parents with children with disabilities and/or special educational needs

Hypothesis 5 Physical health will be the factor that will reduce the quality of life of parents with children with disabilities and/or special educational needs.

Hypothesis 6 Living conditions are an important factor in reducing the life satisfaction of parents with children with disabilities and/or special educational needs.

Research Design

- ✓ Demographic characteristics of parents and children- The section involves eight questions, where seven refer to parents, examining the characteristics of gender, age, educational level, marital status, special education needs of child, number of children and existence of health problem while 1 question refer to the children, examining their age.
- ✓ Parental Stress was measured via the Parental Stress Index (PSI) of Abidin (1995), which was used in Greece and translated by Leze (2013). The PSI involves 36 Likert-type questions from 1-5 (1=Disagree Strongly, 2=Disagree, 3=Not sure, 4=Agree, 5=Agree strongly) and three factors.
- ✓ Quality of Life- The WHOQOL – BREF (WHO, 1997) questionnaire was used to measure the quality of life. WHOQOL-BREF has been translated into 50 languages, including Greek (Ginieri–Coccossis et al., 2001), which involves 26 Likert-type questions from 1 to 5 (1=Not at all, 2=A little, 3=Moderately, 4=Very much, 5=Extreme) and the following five factors.
- ✓ Life Satisfaction (SWLS) of Diener et al. (1985) was used to measure life satisfaction. The SWLS scale has been translated and used in a Greek population with satisfactory reliability in an elderly sample (Patsiaouras et al., 2003). The SWLS involves 5 Likert type questions from 1-7 (1=Disagree strongly, 2=Disagree, 3=Disagree slightly, 4=Neither agree nor disagree, 5=Agree slightly, 6=Agree, 7=Agree strongly), which indicate life satisfaction, e.g., “The conditions of my life are excellent” and “I am satisfied with my life”.

Reliability

The reliability of the factors was tested using the Cronbach Alpha coefficient, which measures internal consistency. Values in the interval [0.6, 0.7) are considered moderate, while values in [0.7, 0.8) present satisfactory reliability, high in [0.8,0.9) and perfect in [0.9,1.0] (Galanis, 2013). Table 2 presents the results of the factor reliability analysis. It emerges that the factor "Parental Distress" presents reliability $\alpha=0.908$ (perfect), "Parent-Child Dysfunctional Interaction" $\alpha=0.903$ (perfect), "Difficult Child" $\alpha=0.913$ (perfect), "Quality of Life and General Health"

$\alpha=0.617$ (moderate), “Physical Health” $\alpha=0.698$ (moderate), “Psychological Health” $\alpha=0.777$ (satisfactory), “Social Relationships” $\alpha=0.752$ (satisfactory), “Environment” $\alpha=0.613$ (moderate) and “Satisfaction with Life” $\alpha=0.894$ (high).

Table 1:Reliability analysis

Questionnaire	Factor	Questions	Cronbach Alpha	Reliability
PSI	Parental Distress	1-12	0.908	Perfect
	Parent-Child Dysfunctional Interaction	13-21, 22R, 23,24	0.903	Perfect
	Difficult Child	25-31, 32R, 33R, 34-36	0.913	Perfect
WHOQOL – BREF	Quality of Life and General Health	1,2	0.617	Moderate
	Physical Health	3R, 4R, 10, 15-18	0.698	Moderate
	Psychological Health	5-7, 11, 19, 26R	0.777	Satisfactory
	Social Relationships	20-22	0.752	Satisfactory
	Environment	8-9, 12-14, 23-25	0.613	Moderate
SWLS	Satisfaction With Life	1-5	0.894	High

The target population of the current research are the parents of children with disabilities and/or special educational needs in Greece. Sampling was convenient as the researcher collected data from parents to whom she had access ([Creswell, 2014](#)). The participants were parents of children studying in a special Kindergarten, Primary School, Middle School and High School or Special Vocational Training Workshops in Igoumenitsa, in employment agencies for disabled children in Igoumenitsa and in Thessaloniki as well as from groups of parents with disabled children on the internet who voluntarily answered the questionnaire that was posted.

The sample was conducted by 99 parents, mainly with children with autism, intellectual disabilities, learning disabilities and ADHD. The majority of parents were married with 1-2 children who were six years old or older, females 31-60 years old, bachelor- or master's degree holders, and without serious health problems. Specific percentages regarding the demographic characteristics of parents and children are presented in the chapter on results (Descriptive Statistics-Demographics).

Research Procedure

The data collection process occurred during the year 2023, specifically from September 12 to November 31. The questionnaires, either in writing to organizations, schools and teachers who have children with special needs or in the form of a questionnaire posted on the internet to groups of parents of children with special needs. Parents were given a document stating the reasons that the research was accomplished and the researcher's personal data. Principals,

STRESS LEVELS, QUALITY OF LIFE AND LIFE STATISFACTION

teachers and parents were informed that the questionnaires were anonymous and that the researcher would handle the answers with absolute confidentiality. Parents had to give verbal or written consent in a letter accompanying the questionnaire (APA, 2010). Parents then answered the demographics questionnaire. The questionnaires were anonymous, and the parents' responses were registered and separated by numerical codes to ensure the anonymity and confidentiality of the results and their more accessible collection and analysis.

Data analysis

Microsoft Office Excel 2016 was used for the coding of data. IBM SPSS 26 was used to analyze data. Demographic characteristics were presented using percentages and frequencies, while PSI, WHOQOL–BREF, and SWLS items were presented via mean, standard deviation, minimum, and maximum values. Inferential Statistics were performed at $\alpha=5\%$. Values of PSI, WHOQOL–BREF and SWLS factors were transformed to the interval [0,100] using the mathematical formula $100*[Xi-\text{Min}(x)]/\text{Range}(X)$. Levels of factors were estimated using 95% confidence intervals. Normality of factors was tested via the Shapiro Wilk test. Correlations between scale variables that are normally distributed were examined using the Pearson coefficient; otherwise, the Spearman coefficient was used. Mean differences between 2 independent samples that are normally distributed were examined using the independent samples t-test, presenting the corresponding Mean and standard deviation. Median differences between 2 independent samples not normally distributed were examined using the Mann Whitney, presenting the corresponding Median and Interquartile range. Predictors of WHOQOL–BREF and SWLS factors were identified via multiple regression models using the PSI factors and the demographic characteristics as independent variables that presented a significant effect in the bivariate analysis (Field, 2017).

Results

Table 2 presents the sample's demographic data, consisting of 99 participants.

Table 2: Demographics			
Question	Category	N	%
Gender	Male	14	14.14%
	Female	85	85.86%
Age	20-30	1	1.01%
	31-40	27	27.27%
	41-50	45	45.45%
	51-60	24	24.24%
	61-70	2	2.02%
Educational level	High school	24	24.24%
	Bachelor	46	46.46%
	Master	28	28.28%
	PhD	1	1.01%
Marital status	Married	82	82.83%
	Single	6	6.06%

	Divorced	7	7.07%
	Widower	4	4.04%
Special education needs of child	Learning difficulties	20	20.20%
	ADHD	16	16.16%
	Autism	32	32.32%
	Intellectual disabilities	23	23.23%
	DOWN syndrome	3	3.03%
	Hemiplegia	1	1.01%
	Brain paralysis	4	4.04%
Number of children	1	41	41.41%
	2	48	48.48%
	3	8	8.08%
	4 +	2	2.02%
Age of child	3-5 years	31	31.31%
	6+ years	68	68.69%
Health problem	No	79	79.80%
	Yes	20	20.20%

Concerning the gender of participants 85.86% ($N=85$) are females. Regarding the age, 45.45% ($N=45$) of the parents who took part in the research are 41-50 years old, 27.27% ($N=27$) are 31-40 and 24.24% ($N=24$) are 51-60 years old. As far as the level of education is concerned, 46.46% ($N=46$) of the participants have a bachelor's degree, 28.28% ($N=28$) MSc and 24.24% ($N=24$) are high school graduates. Regarding the marital status, 82.83% ($N=82$) are married. Concerning the special education needs of the child, 32.32% ($N=32$) of participants have a child with autism, 23.23% ($N=23$) with intellectual disabilities, 20.20% ($N=20$) with learning difficulties and 16.16% ($N=16$) with ADHD. Regarding the number of children the participants have, 48.48% ($N=48$) have two children, and 41.41% ($N=41$) have one. The 68.69% ($N=68$) of participants have a 6+-year-old child, while 31.31% ($N=31$) have a 3–5-year-old child. Of the parents, 79.80% ($N=79$) do not have a health problem.

Predictors

Parental Distress

Table 3 presents the results of the multiple linear regression with the dependent variable, "Parental Distress". The model was considered statistically significant ($F(2,96) = 8.750$, $p < 0.001$), with a low degree of adjustment ($R^2 = 15.40\%$) and absence of multicollinearity ($VIF \leq 1.020 < 10$). Predictive factors emerged as "Educational level" ($\beta = 0.228$, $t = 2.403$, $p = 0.018$, 38% effect) and "Age of child" ($\beta = -0.290$, $t = -3.054$, $p = 0.003$, 62% effect).

Table 3: Linear regression with "Parental Distress" as dependent variable

Independent	B	Beta	t	p-value	VIF
(Constant)	51.933	-	5.362	<0.001	-
Educational level	10.196	0.228	2.403	0.018	1.020
Age of child	-12.716	-0.290	-3.054	0.003	1.020

($F(2,96) = 8.750$, $p < 0.001$, $R^2 = 15.40\%$)

Parent-Child Dysfunctional Interaction

Yearbook of Psychology

2024, Vol. 15, Issue 3, Online ISSN 2683-0426

STRESS LEVELS, QUALITY OF LIFE AND LIFE STATISFACTION

Table 4 presents the results of the multiple linear regression with the dependent variable "Parent-Child Dysfunctional Interaction". The model was considered statistically significant ($F(4,94) = 7.177, p < 0.001$), with a moderate degree of adjustment ($R^2 = 23.40\%$) and absence of multicollinearity ($VIF \leq 1.182 < 10$). Predictive factors emerged the "Gender" ($\beta = -0.259, t = -2.645, p = 0.010, 45\% \text{ effect}$), the "Educational level" ($\beta = 0.266, t = 2.881, p = 0.005, 38\% \text{ effect}$) and the "Autism" ($\beta = 0.187, t = 2.041, p = 0.044, 17\% \text{ effect}$)

Table 4: Linear regression with "Parent-Child Dysfunctional Interaction" as dependent variable

Independent	B	Beta	t	p-value	VIF
(Constant)	56.109	-	4.688	<0.001	-
Gender	-15.340	-0.259	-2.645	0.010	1.173
Educational level	12.100	0.266	2.881	0.005	1.049
Autism	8.256	0.187	2.041	0.044	1.028
Age of child	-7.013	-0.157	-1.603	0.112	1.182

($F(4,94) = 7.177, p < 0.001, R^2 = 23.40\%$)

Difficult child

Table 5 presents the results of the multiple linear regression with the dependent variable "Difficult child". The model was considered statistically significant ($F(4,94) = 6.906, p < 0.001$), with a moderate degree of adjustment ($R^2 = 22.70\%$) and absence of multicollinearity ($VIF \leq 1.182 < 10$). Predictive factors emerged the "Gender" ($\beta = -0.252, t = -2.571, p = 0.012, 42\% \text{ effect}$), the "Educational level" ($\beta = 0.269, t = 2.901, p = 0.005, 38\% \text{ effect}$) and the "Autism" ($\beta = 0.204, t = 2.220, p = 0.029, 20\% \text{ effect}$).

Table 5: Linear regression with "Difficult child" as dependent variable

Independent	B	Beta	t	p-value	VIF
(Constant)	58.496	-	4.945	<0.001	-
Gender	-14.737	-0.252	-2.571	0.012	1.173
Educational level	12.045	0.269	2.901	0.005	1.049
Autism	8.876	0.204	2.220	0.029	1.028
Age of child	-5.917	-0.135	-1.368	0.174	1.182

($F(4,94) = 6.906, p < 0.001, R^2 = 22.70\%$)

Quality of Life and General Health

Table 6 presents the results of the multiple linear regression with the dependent variable "Quality of Life and General Health". The model was considered statistically significant ($F(6,92) = 7.718, p < 0.001$), with a satisfactory degree of adjustment ($R^2 = 33.50\%$) and absence of multicollinearity ($VIF \leq 4.475 < 10$). A predictive factor emerged the "Parental Distress" ($\beta = -0.470, t = -4.367, p < 0.001$)

Table 6: Linear regression with "Quality of Life and General Health" as dependent variable

Independent	B	Beta	t	p-value	VIF
(Constant)	70.165	-	8.463	<0.001	-
Parental Distress	-0.328	-0.470	-4.367	<0.001	1.602
Parent-Child Dysfunctional	0.235	0.342	1.901	0.060	4.475

Interaction					
Difficult Child	-0.210	-0.301	-1.738	0.086	4.155
Educational level	-4.469	-0.143	-1.579	0.118	1.139
Number of children	2.147	0.075	0.833	0.407	1.105
Age of child	3.133	0.102	1.117	0.267	1.162
(F (6,92) =7.718, p<0.001, R ² =33.50%)					

Physical Health

Table 7 presents the results of the multiple linear regression with the dependent variable "Physical Health". The model was considered statistically significant ($F (5,93) = 7.915$, $p < 0.001$), with a satisfactory degree of fit ($R^2 = 29.90\%$) and absence of multicollinearity ($VIF \leq 4.519 < 10$). Predictive factors emerged as "Parental Distress" ($\beta = -0.311$, $t = -2.818$, $p = 0.006$, 57% effect), "Number of children" ($\beta = -0.268$, $t = -2.969$, $p = 0.004$, 22% effect) and "Health problem" ($\beta = -0.264$, $t = -2.912$, $p = 0.004$, 20% effect).

Table 7: Linear regression with "Physical Health" as dependent variable

Independent	B	Beta	t	p-value	VIF
(Constant)	90.744	-	16.095	<0.001	-
Parental Distress	-0.214	-0.311	-2.818	0.006	1.619
Parent-Child Dysfunctional	0.025	0.037	0.203	0.840	4.519
Interaction					
Difficult Child	-0.141	-0.205	-1.160	0.249	4.143
Number of children	-7.616	-0.268	-2.969	0.004	1.083
Health problem	-9.198	-0.264	-2.912	0.004	1.090

(F (5,93) =7.915, p<0.001, R²=29.90%)

Psychological Health

Table 8 presents the results of the multiple linear regression with the dependent variable "Psychological Health". The model was considered statistically significant ($F (3,95) = 45.786$, $p < 0.001$), with a high degree of adjustment ($R^2 = 59.10\%$) and absence of multicollinearity ($VIF \leq 4.325 < 10$). Predictive factor emerged was "Parental Distress" ($\beta = -0.648$, $t = -8.022$, $p < 0.001$)

Table 8: Linear regression with "Psychological Health" as dependent variable

Independent	B	Beta	t	p-value	VIF
(Constant)	85.354	-	30.987	<0.001	-
Parental Distress	-0.516	-0.648	-8.022	<0.001	1.518
Parent-Child Dysfunctional	-0.182	-0.232	-1.701	0.092	4.325
Interaction					
Difficult Child	0.045	0.056	0.431	0.668	3.982

(F (3,95) =45.786, p<0.001, R²=59.10%)

Social Relationships

Table 9 presents the results of the multiple linear regression with the dependent variable "Social Relationships". The model was considered statistically significant ($F (3,95) = 10.460$, $p < 0.001$),

STRESS LEVELS, QUALITY OF LIFE AND LIFE SATISFACTION

with a satisfactory degree of fit ($R^2=24.80\%$) and absence of multicollinearity ($VIF \leq 1.063 < 10$). Predictive factors emerged the “Parental Distress” ($\beta=-0.304$, $t=-3.337$, $p=0.001$, 42% effect), the “Divorced status” ($\beta=-0.271$, $t=-2.956$, $p=0.004$, 33% effect) and the “Health problem” ($\beta=-0.238$, $t=-2.636$, $p=0.010$, 26% effect).

Table 9: Linear regression with “Social Relationships” as dependent variable

Independent	B	Beta	t	p-value	VIF
(Constant)	70.679	-	16.042	<0.001	-
Parental Distress	-0.310	-0.304	-3.337	0.001	1.050
Divorced	-21.933	-0.271	-2.956	0.004	1.063
Health problem	-12.312	-0.238	-2.636	0.010	1.034

(F (3,95) =10.460, $p<0.001$, $R^2=24.80\%$)

Environment

Table 10 presents the results of the multiple linear regression with the dependent variable “Environment”. The model was considered statistically significant ($F (4,94) =5.566$, $p<0.001$), with a low degree of adjustment ($R^2=19.10\%$) and absence of multicollinearity ($VIF \leq 4.332 < 10$). Predictive factor emerged the “Parental Distress” ($\beta=-0.392$, $t=-3.403$, $p=0.001$)

Table 10: Linear regression with “Environment” as dependent variable

Independent	B	Beta	t	p-value	VIF
(Constant)	67.994	-	19.375	<0.001	-
Parental Distress	-0.213	-0.392	-3.403	0.001	1.541
Parent-Child Dysfunctional Interaction	-0.026	-0.049	-0.251	0.802	4.332
Difficult Child	0.035	0.065	0.351	0.726	4.008
Educational level	-3.107	-0.128	-1.303	0.196	1.119

(F (4,94) =5.566, $p<0.001$, $R^2=19.10\%$)

Satisfaction with Life

Table 11 presents the results of the multiple linear regression with the dependent variable “Satisfaction with Life” and the independent correlative factors. The model was considered statistically significant ($F (7,91) =11.433$, $p<0.001$), with a high degree of adjustment ($R^2=46.80\%$) and absence of multicollinearity ($VIF \leq 4.467 < 10$). Predictive factors emerged the “Parental Distress” ($\beta=-0.242$, $t=2.403-2.422$, $p=0.017$, 74% effect) and the “Age” ($\beta=-0.251$, $t=-2.888$, $p=0.005$, 26% effect)

Table 11: Linear regression with “Satisfaction with Life” as dependent variable

Independent	B	Beta	t	p-value	VIF
(Constant)	108.823	-	10.428	<0.001	-
Parental Distress	-0.262	-	-2.422	0.017	1.714
		0.242			
Parent-Child Dysfunctional Interaction	-0.330	-	-1.924	0.057	4.467
		0.311			
Difficult Child	-0.054	-	-0.319	0.750	4.169
		0.050			

Age	-12.222	-	-2.888	0.005	1.287
		0.251			
Educational level	-5.935	-	-1.395	0.166	1.328
		0.123			
Divorced	-7.613	-	-1.108	0.271	1.100
		0.089			
Autism	-6.566	-	-1.666	0.099	1.204
		0.140			
(F (7,91) =11.433, p<0.001, R ² =46.80%)					

Conclusions and Discussion

The aim of the current study was to examine the stress of parents with children with disabilities and/or special educational needs in relation to their quality of life and life satisfaction. The sample was conducted by 99 parents, mainly with children with autism, intellectual disabilities, learning disabilities and ADHD.

Hypothesis 1 was not confirmed since parental stress levels were medium to low rated (34.08%-43.67%). Parents, to a moderate degree, feel that they cannot handle things, and that their child reacts strongly and does annoying things. Although parents feel that they gave up their life for the needs of their children, they believe that they are competent in their role as parents. Parents of children with special needs, such as hemiparesis, experience high levels of stress, which are linked to feelings of incompetence and social isolation (Butcher et al, 2008). Children's beliefs about their control during a parental conflict can moderate the impact of family stress on their behaviour and perceptions of competence (Rossman & Rosenberg, 1992). Parents' reactions to children's negative emotions, particularly when they are distressed, can influence children's emotional and social responses (Fabes et al., 2001). Overall, parenting stress is a complex construct that encompasses both psychological and physiological aspects (Abidin et al., 2022).

Although hypotheses 2 was not confirmed since quality of life was moderate rated (53.11%-62.76%), hypotheses 5 was confirmed with the physical health to be moderate to high (62.76%). The most important problems refer to moderate satisfaction from sleep, sex life, time for leisure activities and the existence of negative feelings. The stress experienced by parents of children with disabilities and special educational needs significantly impacts their quality of life and life satisfaction (Dellve et al., 2006; Staunton et al., 2023; Darling et al., 2012). Fathers of children with disabilities tend to experience greater stress, lower life satisfaction and negative feelings compared to fathers of children without disabilities (Darling et al., 2012). The stress experienced by parents of children with disabilities and special educational needs has been found to significantly impact their sleep quality (Gallagher et al., 2010). This stress is often exacerbated by the need for parents to be vigilant at night, leading to relentless and draining sleep deprivation (McCann et al., 2015). Interventions that empower parents in managing their child's disability can help reduce stress and improve overall life satisfaction (Dellve et al., 2006).

STRESS LEVELS, QUALITY OF LIFE AND LIFE SATISFACTION

Hypotheses 3 was, also, not confirmed since satisfaction with life was moderately rated (52.69%). Parents are unsure about their conditions of life, confirming hypotheses 6 and that their life is what it should be. Research consistently shows that parents of children with disabilities experience higher levels of stress and lower quality of life compared to parents of typically developing children (Browne & Bramston, 1998; Dellve et al., 2006; Gupta & Kaur, 2010). They may also experience a range of emotional dilemmas, including shock, loss, and disappointment (Rogers, 2007). This stress is often related to feelings of incompetence, social isolation, and physical and emotional strain (Dellve et al., 2006; Gupta & Kaur, 2010). Interventions that aim to empower parents in managing their child's disability can help reduce this stress and improve overall well-being (Dellve et al., 2006).

Hypotheses 4 was confirmed since parental distress was mainly affected by age of child, with higher levels of parental stress to be presented to parents who have a younger child of 3-5 years old. Research consistently shows that parents of children with disabilities and special educational needs experience high levels of stress, which can significantly impact their quality of life (Azad et al., 2013). This stress is particularly pronounced in parents of younger children, with the age of the child being a significant factor (Orr et al., 1993; Azad et al., 2013). The stress is often related to the child's behavior problems, future concerns, and the child's diagnosis (Miranda et al, 2015).

Hypotheses 4 was, also, confirmed in regard to the educational level, as parents of master or PhD educational level, indicated higher stress. The stress levels of the parents are somewhat related to their educational level, with those holding a master's or PhD degree reporting higher stress (Gupta, 2007). The interactions between parents and their children with disabilities can significantly impact the child's progress in therapeutic or educational programs (Lessenberry & Rehfeldt, 2004).

In addition, parents who have a child with autism presented higher dysfunctional interaction with their child and believe that they face more difficulties because of their child. Parents of children with autism experience higher levels of stress, psychological distress, and parenting stress compared to parents of typically developing children (Gau et al., 2012). This is often due to the child's behavior problems, the need for special services, and the financial burden of treatment (Serrata, 2012).

Furthermore, male parents presented higher dysfunctional interaction with their child and believe that they face more difficulties due to their child. Research consistently shows that parents of children with autism, particularly fathers, experience higher levels of psychopathology, marital difficulties, and family dysfunction (Gau et al., 2012). This is further exacerbated by the child's behavior problems and the parents' own executive function impairments (Dumas et al,1991; Hughes et al, 1997).

Parental distress was the most important predictor of quality of life. Parents with higher level of parental distress indicated lower quality of life, lower physical, psychological and general health,

lower satisfaction from their environment and less social relationships. Research consistently shows that parental distress is a significant predictor of quality of life for parents of children with disabilities (Davis & Gavidia-Payne, 2009). This distress is influenced by a range of factors, including the severity of the child's disability, family dynamics, and the presence of new stressors (Leung, 2003).

In addition, parents with health problems emerged as a weaker group with lower physical health and fewer social relationships. Thus, the necessary empowerment is proposed to parents with health problems who have children with disabilities and/or special educational needs. A range of studies have highlighted the need for empowerment of parents with health problems who have children with disabilities. Parents of special needs children often experience poorer physical health and mental well-being compared to parents of typically developing children (Smith & Grzywacz, 2014). This is particularly true when the child's condition is more severe, leading to increased stress and physical health problems (Gallagher & Whiteley, 2013). Parents of children with physical disabilities are at a higher risk of poor mental health, with parental distress being a significant factor (Hung et al., 2010). Interventions that focus on parental adaptation and support, as well as strategies to address the challenges they face, are crucial (Kratz et al., 2009).

Furthermore, divorced parents indicated less satisfaction from their social relationships, while parents with 2 or more children presented lower physical health. Research suggests that a healthy marital status can be a protective factor for the health of parents with special needs children (Namkung, 2015). However, the impact of a child's disability on marital satisfaction is complex, with some studies finding no significant difference in divorce rates (Sobsey, 2004) and others indicating a potential increase in risk (Guidubaldi, 1985). Marital quality is a key predictor of parental well-being, with higher quality relationships associated with lower parenting stress and better mental health (Kersh et al, 2006).

Parental distress was the most important predictor of life satisfaction. Parents with higher level of parental distress indicated lower life satisfaction. A range of studies have consistently found that parental distress is a significant predictor of life satisfaction in parents of disabled children (Dellve et al, 2006; Snowdon et al, 1994; Staunton et al, 2023; Darling et al, 2012; Browne & Bramston, 1998; Gupta & Kaur, 2010).

Levels of satisfaction with life were lower for 40-70 years old parents who have children with disabilities and/or special educational needs. Research consistently shows that parents of children with disabilities and special educational needs experience lower levels of satisfaction with life (Darling et al., 2012). The impact of these challenges is particularly pronounced in the 40-70 age group (Ha et al., 2008).

Limitations-Future Research

Convenient sampling limits the generalization of the results. Results refer to female parents of high educational level, 31-60 years old, married, with 1-2 children, who live in Greece, mainly

STRESS LEVELS, QUALITY OF LIFE AND LIFE SATISFACTION

with children with autism, intellectual disabilities, learning disabilities and ADHD, of 6 years old or older. Sample was conducted by 99 participants, size that was not sufficient to ensure the necessary statistical power (Cohen, 1988) and to confirm the structure of the questionnaires (Kline, 2014). The WHOQOL-BREF presented moderate reliability and validity. Future research is proposed in a sample of 300 parents, with cluster sampling, using as strata the most common special education needs of child and introducing the economic status of parents. Furthermore, future researchers could compare the way that PSI factors affect the WHOQOL – BREF and SWLS factors according to special education need of child.

Conclusion

Parents of children with disabilities and/or special educational needs presented medium quality of life and life satisfaction and medium to low-stress levels. Higher parental stress was indicated to parents of higher educational level, males and those who have a younger child of 3-5 years old, with autism. Parental distress reduced the quality of life and life satisfaction. It will be more possible for parents with health problems, to have low quality of life, due to the parental stress. Healthy marital status and lower number of children were identified as protective factors of the quality of life of parents. Satisfaction with life was lower for 40-70 years old parents.

References

- Abbeduto L., Seltzer M., Shattuck P., Kruss M., Orsmond G. & Murphy M. (2004). Psychological well-being and coping in mothers of youths with autism, Down syndrome, or fragile X syndrome. *American Journal on Mental Retardation* 109, pp. 237– 54.
- APA, (2010). *Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct*. American Psychological Association.
- Anxiety Scale (SAS). *Psychiatriki*, 23, 212-220.
- Barker E., Seltzer M., Greenberg J. & Floyd F. (2011). Marital Satisfaction and Parenting Experiences of Mothers and Fathers of Adolescents and Adults with Autism, *Am J Intellect Dev Disabil*, 116(1): 81–95. doi:10.1352/1944-7558-116.1.81.
- Bittner, A., Egger, H.L., Erkanli, A., Costello, E.J., Foley D.L. & Angold, A. (2007). What do childhood anxiety disorders predict? *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 48, 1174-1183.
- Briggs-Gowan, M.J., Carter, A.S., Skuban, E.M. & Horwitz, S.M. (2001). Prevalence of social-emotional and behavioral problems in a community sample of 1- and 2-year-old children. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 40, 811-819.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Dykens, E. (2000). Annotation: Psychopathology in children with intellectual disability. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 41, 407–417.

Da Costa Cunha K., Pontes, F. A. R. & Da Costa Silva, S. S. (2017). Parenting Stress and Motor Function of Children with Cerebral Palsy. *Psychology*, 8, 44-58. <http://dx.doi.org/10.4236/psych.2017.81004>

Dellve, L., Samuelsson, L., Tallborn, A., Fasth, A., & Hallberg, L. R. M. (2006). Stress and well-being among parents of children with rare diseases: A prospective intervention study. *Journal of advanced nursing*, 53(4), 392-402.

Emerson, E. (2003). Mothers of children and adolescents with intellectual disabilities: Social and economic situation, mental health status and self-assessed social and psychological impact of child's difficulties, *Journal of Intellectual Disability Research*, 47, 385-390.

Emerson, E., Hatton, C., Llewellyn, G. & Blacher, J. (2006). Socio-economic position, household composition, health status and indicators of the well-being of mothers of children with and without intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 50, 862–873.

Estes, A., Munson, J., Dawson, G., Koehler, E., Zhou, X. & Abbott, R. (2009). Parenting stress and psychological functioning among mothers of preschool children with autism and developmental delay. *Autism*, 13 (4), 375–387. doi:10.1177/1362361309105658.

Essex, EL.(2002). Mothers and fathers of adults with mental retardation: Feelings of intergenerational closeness. *Family Relations*.51, pp.156–165.

Fabes, R. A., Leonard, S. A., Kupanoff, K., & Martin, C. L. (2001). Parental coping with children's negative emotions: Relations with children's emotional and social responding. *Child development*, 72(3), 907-920.

Field, A. (2017). *Discovering Statistics Using IBM SPSS (5th edition)*. Sage Publications Ltd.

Gau, S. S. F., Chou, M. C., Chiang, H. L., Lee, J. C., Wong, C. C., Chou, W. J., & Wu, Y. Y. (2012). Parental adjustment, marital relationship, and family function in families of children with autism. *Research in Autism spectrum disorders*, 6(1), 263-270.

Gallagher, S., & Whiteley, J. (2013). The association between stress and physical health in parents caring for children with intellectual disabilities is moderated by children's challenging behaviours. *Journal of health psychology*, 18(9), 1220-1231.

Gallagher, S., Phillips, A. C., & Carroll, D. (2010). Parental stress is associated with poor sleep quality in parents caring for children with developmental disabilities. *Journal of Pediatric Psychology*, 35(7), 728-737.

Green, S.E. (2003). What do you mean what's wrong with her? Stigma and the lives of families of children with disabilities. *Social Science & Medicine*, 57 (8), 1361-1374.

Gomes, V. F., & Bosa, C. (2004). Stress and Family Relationships from the Perspective of Siblings of Individuals with Pervasive Developmental Disorders. *Escudos de Psicologia (Natal)*, 9, 553-561. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2004000300018>.

Gupta, V. B. (2007). Comparison of parenting stress in different developmental disabilities. *Journal of developmental and physical disabilities*, 19, 417-425.

STRESS LEVELS, QUALITY OF LIFE AND LIFE SATISFACTION

Gupta, R. K., & Kaur, H. (2010). Stress among parents of children with intellectual disability. *Asia Pacific Disability Rehabilitation Journal*, 21(2), 118-126.

Guidubaldi, J., Cleminshaw, H., & Perry, J. (1985). The relationship of parental divorce to health status of parents and children. *Special Services in the Schools*, 1(3), 73-87.

Ha, J. H., Hong, J., Seltzer, M. M., & Greenberg, J. S. (2008). Age and gender differences in the well-being of midlife and aging parents with children with mental health or developmental problems: Report of a national study. *Journal of health and social behavior*, 49(3), 301-316.

Harel, J., Kaplan, H., Avimeir-Patt, R. & Ben-Aaron, M. (2006). The child's active role in mother-child, father-child psychotherapy: a psychodynamic approach to the treatment of relational disturbances. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice* 79, 23-36.

Hastings, R.P. & Brown T. (2002). Behavior problems of children with autism, parental self-efficacy, and mental health. *American Journal of Mental Retardation*, 107 (3), 222–232.

Hoffman, C., Crnic, K. & Baker, J. (2006). Maternal Depression and Parenting: Implications for children's emergent emotion regulation and behavioral functioning. *Parenting: Science & Practice*, 6, 271-295.

Hughes, C., Leboyer, M., & Bouvard, M. (1997). Executive function in parents of children with autism. *Psychological medicine*, 27(1), 209-220.

Hung, J. W., Wu, Y. H., Chiang, Y. C., Wu, W. C., & Yeh, C. H. (2010). Mental health of parents having children with physical disabilities. *Chang Gung Med J*, 33(1), 82-91.

Karasavvidis, S., Georgiadou, X. & Koutsouki, N. (2011). To agxos tis frontidas paidiwn me Noitiki Anapiria apo tin oikogeneia se diaforetikous politismous. *Sto 4o Panellinio kai 3o Paneurwpaiko Nosileftiko Synedrio tis Enwsis Nosileftwn Elladas, 9-12 Martiou 2011*, Athina, Ellada.

Khamis, V. (2007). Psychological distress among parents of children with mental retardation in the United Arab Emirates. *Social Science and Medicine*, 64, 850- 857.

Kersh, J., Hedvat, T. T., Hauser-Cram, P., & Warfield, M. E. (2006). The contribution of marital quality to the well-being of parents of children with developmental disabilities. *Journal of intellectual disability research*, 50(12), 883-893.

Kermanshahi, S.M., Vanaki, Z., Ahmadi, F. & Kazemnejad, A. (2008). Iranian mothers' perceptions of their lives with children with mental retardation: A preliminary phenomenological investigation. *Journal of Developmental Physical Disabilities*, 20, pp. 317-326.

Krishnakumar, A. & Buehler, C. (2000). Interparental conflict and parenting behaviors: A meta-analytic review. *Family Relations: An Interdisciplinary. Journal of Applied Family Studies*, 49 (1), 25-44.

Kline, P. (2014). *An easy guide to factor analysis*. London, UK: Routledge.

Kratz, L., Uding, N., Trahms, C. M., Villareale, N., & Kieckhefer, G. M. (2009). Managing childhood chronic illness: parent perspectives and implications for parent-provider relationships. *Families, Systems, & Health*, 27(4), 303.

Kwon, J.Y. (2007). The relationship between parenting stress, parental intelligence and child behavior problems in a study of Korean preschool mothers. *Early Child Development and Care*, 177, 449–460.

Leung, C. Y. S., & Li-Tsang, C. W. P. (2003). Quality of life of parents who have children with disabilities. *Hong Kong journal of occupational therapy*, 13(1), 19-24.

Lessenberry, B. M., & Rehfeldt, R. A. (2004). Evaluating stress levels of parents of children with disabilities. *Exceptional Children*, 70(2), 231-244.

Lianou, A. & Siamaga, E. (2011). Mental Retardation and Parenting Stress. *International Journal*, 4 (1), 21.

Luther, E.H., Canham D.L. & Cureton V.Y. (2005). Coping and social support for parents of children with autism. *The Journal of School Nursing*, 21, 40-47.

Miranda, A., Tárraga, R., Fernández, M. I., Colomer, C., & Pastor, G. (2015). Parenting stress in families of children with autism spectrum disorder and ADHD. *Exceptional Children*, 82(1), 81-95.

McLeod, B. D., Wood, J. J. & Weisz, J. R. (2007). Examining the Association between Parenting and Childhood Anxiety: A Meta-Analysis. *Clinical Psychology Review*, 27, 155-172.

Namkung, E. H., Song, J., Greenberg, J. S., Mailick, M. R., & Floyd, F. J. (2015). The relative risk of divorce in parents of children with developmental disabilities: Impacts of lifelong parenting. *American journal on intellectual and developmental disabilities*, 120(6), 514-526.

O’Neil, E., Palisano, R.J., Westcott, S.L. (2001). Relationship of therapists’ attitudes, children’s motor ability, and parenting stress to mothers’ perceptions of therapists’ behaviors during early intervention. *Physical Therapy*, 81, 1412–1424.

Ong, L., Chandran, V. & Peng, R. (2005). Stress experienced by mothers of Malaysian children with mental retardation. *Journal of Intellectual Disability Research*, 49, (9) 657–666.

Ollendick, T.H. & Hirshfeld, D.R. (2002). The development psychopathology of social anxiety disorder. *Biological Psychiatry*, 51, 41-58.

Orr, R. R., Cameron, S. J., Dobson, L. A., & Day, D. M. (1993). Age-related changes in stress experienced by families with a child who has developmental delays. *Mental retardation*, 31(3), 171.

Rao, P. A. & Beidel, D. C. (2009). The impact of children with high functioning autism on parental stress, sibling adjustment, and family functioning. *Behavior Modification*, 33 (4), 437–451. doi:10.1177/0145445509336427.

Raina, P., O’Donnell, L.M., Rosenbaum, P., Brehaut, J., Walter, S.D., Russell, D., Swinton, M., Zhu, B. & Wood, E. (2005). The health and well-being of caregivers of children with cerebral palsy. *Pediatrics*, 115 (6), 626-636.

Roza, S.J., Hofstra, M.B., van der Ende, J. & Verhulst, F.C. (2003). Stable prediction of mood and anxiety disorders based on behavioral and emotional problems in childhood: A 14-years follow-up during childhood, adolescence, and young adulthood. *American Journal of Psychiatry*, 160, 2116-2121.

STRESS LEVELS, QUALITY OF LIFE AND LIFE SATISFACTION

Rossmann, B. R., & Rosenberg, M. S. (1992). Family stress and functioning in children: The moderating effects of children's beliefs about their control over parental conflict. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 33(4), 699-715.

Rogers, C. (2007). Disabling a family? Emotional dilemmas experienced in becoming a parent of a child with learning disabilities. *British Journal of Special Education*, 34(3), 136-143.

Santos, A. A. de S. Oliveira, C. C. da C., Vargas, M. M., Macedo & I. de A. B. (2010). Assessment of the Overload of Caregivers of Children with Cerebral Palsy. *Ciência, Cuidado e Saúde*, 9, 503-509. Anaktithike 23 Dekemvriou, 2018, apo <https://doi.org/10.4025/ciencuccuidsaude.v9i3.9405>

Samakouri, M., Bouchos G, Kadoglou M., Giantzelidou A., Tsolaki K. & Livaditis M., (2012). Standardization of the Greek version of Zung's Self-rating

Seltzer, M., Abbeduto M., Krauss L., Greenberg J. & Swe S. (2004) Comparison groups in autism family research: Down syndrome, fragile X syndrome, and schizophrenia. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 34, 11–30.

Staunton, E., Kehoe, C., & Sharkey, L. (2023). Families under pressure: Stress and quality of life in parents of children with an intellectual disability. *Irish journal of psychological medicine*, 40(2), 192-199.

Simmerman, S., Blacher, J. & Baker, B. (2001). Fathers' and mothers' perceptions of father involvement in families with young children with a disability. *Journal of Intellectual & Developmental Disability*, 26, 325-338.

Schieve, L. A., Blumberg, S. J., Rice, C., Visser, S. N. & Boyle, C. (2007). The relationship between autism and parenting stress. *Pediatrics*, 119, 114–121. doi:10.1542/peds.2006-2089Q.

Serrata, C. A. (2012). Psychosocial aspects of parenting a child with autism. *Journal of Applied Rehabilitation Counseling*, 43(4), 29-35.

Smith, A. M., & Grzywacz, J. G. (2014). Health and well-being in midlife parents of children with special health needs. *Families, Systems, & Health*, 32(3), 303.

Sobsey, D. (2004). Marital Stability and Marital Satisfaction in Families of Children with Disabilities: Chicken or Egg? *Developmental Disabilities Bulletin*, 32(1), 62-83.

Snowdon, A. W., Cameron, S., & Dunham, K. (1994). Relationships between stress, coping resources, and satisfaction with family functioning in families of children with disabilities. *Canadian Journal of Nursing Research Archive*, 63-76.

Staunton, E., Kehoe, C., & Sharkey, L. (2023). Families under pressure: Stress and quality of life in parents of children with an intellectual disability. *Irish journal of psychological medicine*, 40(2), 192-199.

Stams, G.J.J.M. & Bogels, S.M. (2008). The relationship between children and parent anxiety and parental control: A meta-analytic review. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49 (12), 1257-1269.

Van Schie, P.E., Siebes, R.C., Ketelaar, M. & Vermeer, A. (2004). The measure of process of care (MPOC): Validation of the Dutch translation. *Child: Care, Health and Development*, 30, 529–539.

Withers, P. & Bennett, L. (2003). Myths and marital discord in a family with a child with profound physical and intellectual disabilities. *British Journal of Learning Disabilities*, 31, 91-95.

Zimmer-Gembeck, M.J. & Thomas, R. (2010). Parents, parenting and toddler adaptation: Evidence from Longitudinal study of Australian children. *Infant Behavior and Development*, 33, 518-529.



Research article

ФАКТОРНА СТРУКТУРА И ПСИХОМЕТРИЧНИ ХАРАКТЕРИСТИКИ НА ВЪПРОСНИКА ЗА ЕМОЦИОНАЛНА РЕГУЛАЦИЯ НА ДЖЕЙМС ГРОС И ОЛИВЪР ДЖОН

FACTOR STRUCTURE AND PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF THE JAMES GROSS AND OLIVER JOHN EMOTIONAL REGULATION QUESTIONNAIRE

Assoc. prof., Natasha Angelova, Ph.D*

*Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

Email: natasha_v@swu.bg

Chief. Assistant Gergana Stanoeva, Ph.D*

*Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

Email: gerystanoeva@swu.bg

Denitsa Kyurkchiyska, psychologist,

Email: deni_xristou@yahoo.com

Резюме

Статията представя факторната структура и психометричните свойства на въпросника за емоционална регулация на Джеймс Грос и Оливър Джон. Двухфакторната структура на въпросника е потвърдена. Изчислени са и коефициентите на вътрешна консистентност (Алфа на Кронбах) на двете субскали, чиито стойности потвърждават валидността на въпросника. Докладвани са отлична разграничителна сила и добра функционалност на алтернативите за отговор. В българското изследване е открита статистически значима разлика по отношение на стратегията „потискане“, като мъжете я проявяват по-често от жените.

Ключови думи: емоционална регулация, стратегии за емоционална регулация, валидност, факторна структура, дискриминативна мощност, функционалност на дистракторите

Abstract

The article presents the factor structure and psychometric properties of the Emotional Regulation Questionnaire by James Gross and Oliver John. Its 2-factor structure was confirmed. The internal consistency coefficients (Cronbach's Alpha) of the two subscales were also calculated, the values of which confirm the reliability of the questionnaire. Excellent discriminative power and good functionality of the response alternatives were reported. In the Bulgarian study was found a statistically significant difference regarding the "suppression" strategy, with men exhibiting it more often than women.

Keywords: *emotional regulation; emotional regulation strategies; reliability; factor structure; discriminative power; distractor functionality*

Емоционална регулация

Емоциите са важни базови елементи на всяко човешко преживяване, но могат да бъдат и дисфункционални, когато възпрепятстват способността на човека да се държи адекватно на ситуацията и средата, в която се намира. Те могат да навредят, ако човекът ги изпита в неподходящ момент, по неправилен начин или с неотговаряща на случващото се сила.

Емоциите са отговор на стимули, съществуващи в ежедневието на всеки човек и могат да имат малка или голяма интензивност, да бъдат обикновени или по-сложни, да продължават по-кратко или по-дълго време (Gross, 2008; Hadzhieva, 2022).

Според Gross (2008) една важна особеност на емоциите, е възможността те да бъдат регулирани. Терминологичното словосъчетание „емоционална регулация” (emotional regulation) се използва, за да опише способността на човека да се справя и да отреагира резултатно на едно емоционално преживяване (Rolston & Richardson, n.d.). Повечето хора ежедневно несъзнателно или съзнателно, механично или контролирано използват едно разнообразие от стратегии за регулиране на емоциите, за да се справят или да се приспособят към трудните за тях ситуации. Емоциите се регулират (или могат да станат дисфункционални) и тяхното успешно регулиране има особено важно значение за психичното здраве, адаптирането и благосъстоянието на индивидите (Gross & John, 2003). Регулацията на емоциите се отнася до регулацията на поведението и на психичните процеси, както и на процесите, които използват хората с цел да повлияят емоциите, които преживяват, условията, при които ги преживяват, начина и степента, в която ги изразяват (Gross, 1998a, Gross & Muñoz, 1995). Ако емоцията, която лицето преживява не съвпада с желателната емоция, следващото действие ще предизвика регулация на първичната емоция (Fischer, Manstead, Evers, Timmers & Valk, 2004). Намаляването, увеличаването или поддържането на една определена емоция не е нищо друго, освен резултат на действието, което някой извършва с цел регулация на емоцията, която изпитва.

Емоциите, които хората чувстват ежедневно обикновено се свързват с определени цели, обслужвайки важни функции като например подготовката за действие, вземането на решения, формирането на мнение за рамките на обкръжението, в което се намира някой и разбира се информация за намеренията на околните (Gross, 1998). Tamir и Mauss (2011) твърдят, че очакванията, които имат хората във връзка с контрола на емоциите им налага активиране на регулацията, докато ценностите и целите им определят нейното съдържание. В зависимост от начините, които хората ще изберат, за да постигнат техните цели, се избира процеса и стратегиите, които ще следват.

Регулацията на емоциите предизвиква интерес у множество изследователи, създавайки едно ново поле на изследвания. Познанието и изследванията, свързани с

FACTOR STRUCTURE AND PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF EMOTIONAL REGULATION QUESTIONNAIRE

начините за регулация на емоциите, в последните години се развиват изключително бързо (Eisenberg, Champion & Ma, 2004). Съвременните теории за емоциите наблягат на начините, при които емоциите подпомагат приспособяването чрез подготовката на поведенческите реакции (Tooby&Cosmides, 1990a), подобряват паметта за важните събития (Phelps, 2006) и управляват междуличностните взаимоотношения (Keltner & Kring, 1998).

Целта на регулацията на емоциите е понякога те да се засилват, а друг път да отслабват (Gross, 1999). Емоционалната регулация може да съдържа подобрението на справянето с различни негативни или позитивни емоции – факт, който повлиява живота на хората, било то положително или отрицателно (Parrott,1993). Това означава, че регулацията на емоциите е една от различните форми на повлияване, които съдържат опити да променят някои първоизточници на взаимодействие между човека и обкръжаващата го среда, взаимодействие, което се оценя от човека като положително или отрицателно.

Емоционалната регулация е опит да се повлияе интензивността, продължителността или качеството на емоциите, положителни или отрицателни, така, че индивидът да може да постигне целта, която си е поставил или поведението, което е желателно в рамките на ситуацията или мястото, където се намира той. За да може да постигне желания резултат, човекът трябва да разполага с подходящи умения и стратегии за регулация. Според теоретичните модели за емоционална регулация, като умения се определят начините, чрез които някой се доближава до емоциите си (например дали ги приема), как ги разбира и как ги оценя. Като стратегии за регулиране на емоциите се определят средствата, които някой използва, за да повлияе процеса на зараждане или изразяване на поведението, породено от емоцията (Tull & Aldao 2015). Лицата, които не са устойчиви на негативни емоции са склонни да избират стратегии за отбягване на регулацията на емоции си. От друга страна постоянното използване на дезадаптивни стратегии за регулация на емоциите, като избягването на негативните емоции например, може да доведе до намаляване на уменията за регулация, като например толерантността или осъзнаването на преживените емоции. Уменията и стратегиите са взаимосвързани понятия и си взаимодействат (Denham, 1998).

2.1.Стратегии за емоционална регулация

Емоционалната регулация предполага гъвкавост при използването на подходящи стратегии за регулация на емоциите. Тези стратегии нямат за цел да изтрият емоцията, която преживява някой в даден момент, а да намалят интензивността или продължителността на това емоционално състояние, така, че да бъде възможен контролът на поведението и да съответства на моделите, които всеки е заложил за себе си и за целите, които той иска да постигне (Thompson, 1994).

Емоционалната регулация се отнася до стратегиите, които прилага всеки човек, било то съзнателно или несъзнателно, за да промени емоциите си. Тези стратегии, които всеки

прилага, може да бъдат адаптивни или дезадаптивни. Gross и John (2003) правят едно разграничение на тези стратегии както следва:

- ❖ стратегии, които се прилагат предварително, тоест преди да се изрази силното влияние на емоцията в живота на човека
- ❖ стратегии, които се прилагат след като емоцията вече е завладяла човека

Gross (1998b, 2002) е един от изследователите на емоционалната регулация, който предлага единен модел на регулация, с цел да опише обичайните стратегии, които хората използват, за да повлияят или да се приспособят към нивото на емоционалните си реакции. В този модел се засяга предположението, че, за да се зароди определена емоция, трябва първо да се оценят емоционалните елементи на средата, които като станат „осъзнати и се оценят, поражда един синхронизиран набор от тенденции от реакции, който съдържа емпирични, поведенчески и физиологични системи” (Gross, 2002, 281). Тези процеси може да бъдат автоматизирани или контролирани, съзнателни или неосъзнати и да въздействат в една или повече точки, пораждайки емоция (Gross, 1998a). Според Gross (2002) стратегиите на въздействие или коригирането на емоционалната реакция отразяват основните личностови особености и индивидуални различия, проявени с процесите на емоционална регулация въз основа на личностната структура на всеки определен човек.

Според модела за когнитивна регулация на емоциите (Cognitive Emotion Regulation - CER), Gross (1998a, 2015) твърди, че емоционалната регулация се поражда от когнитивната оценка на фактите, докато емоционалната дисрегулация се поражда поради неуспешното прилагане на подходящи когнитивни, перцептивни и поведенчески стратегии. Това е предизвикателство за хората, които използват начини за регулация на техните емоции, с които увеличават тяхната полза и ограничават техните разрушителни аспекти (John & Gross, 2004).

Целите на процеса за регулация на емоциите се концентрират около основни задачи:

- ✓ да бъде намалено преживяването на една емоция, поради това, че може то вече да не е работещо или да не обслужва действията на човека в една определена социална рамка
- ✓ или да бъде увеличено преживяването на една емоция, за да може човекът да отреагира на различни вътрешни или външни стимули (Καραγιαννοπούλου, 2009).

Основната идея на модела на Gross (2002, 2015) е, че емоциите могат често да променят средата, като по този начин променят възможността за последващите чувства. Когато една емоция се задейства, предизвиква една когнитивна предиспозиция за оценката на бъдещи събития, съгласно с общите размери за оценка, които е предизвикала емоцията. Тези оценки се превръщат в перцептивна призма, през която се пречупва тълкуването на последващите ситуации и взимането на решения относно стратегиите за регулация, който ще последват (Lerner, Piercarlo Valdesolo & Kassam, 2014). Моделът на Gross (1998b, 2002, 2015) има за цел да покаже как определени стратегии за емоционална регулация могат да се различават в

FACTOR STRUCTURE AND PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF EMOTIONAL REGULATION QUESTIONNAIRE

отделни точки на процеса на развитие на емоционалните реакции във времето. Той предоставя една концептуална рамка, която спомага за разбирането на причините, ефектите и механизмите на които се основават различните видове емоционална регулация. Важно е да се отбележи, че това често променя състоянието, довело до емоционалния отговор първоначално. Според Gross (1998b, 1999, 2015) стратегиите за емоционална регулация се делят на две групи:

- тези, които се концентрират върху това, което предшества емоционалния отговор – избор на ситуация, модификация на ситуация, пренасочване на вниманието, когнитивно преформулиране;

- тези, които се концентрират върху емоционалния отговор – формиране на отговор.

Интересът обикновено се фокусира върху две стратегии за регулация на емоциите – когнитивната преоценка или преформулиране (*reappraisal*), което изглежда действа на едно начално, базово ниво на процеса, намалявайки по този начин негативните емоционални преживявания и физиологичната превъзбуда. Докато задържането или потискането (*suppression*), влияе на последващи етапи, ограничавайки настоящето поведение на изразяване на емоциите с последващата загуба на емоционална енергия с висока когнитивна стойност, факт, който влияе отрицателно на междуличностно и социално ниво и като цяло на здравето (John & Gross, 2004; Gross & John, 2003; Gross, 2002).

Според модела на Gross (2001), емоциите могат да бъдат регулирани в петте точки на процеса на тяхното зараждане:

- ✓ избор на ситуацията
- ✓ промяна на ситуацията
- ✓ пренасочване на вниманието
- ✓ когнитивна промяна
- ✓ диференциация на преживелищните, поведенческите или физиологичните реакции.

Различната регулация на една и съща емоционална реакция е в основата на начина, по който индивидът се справя със склонността си да преживява конкретно емоции като тревожност или гняв (John & Gross, 2004; Gross & John, 2003; Gross, 2002). Стратегиите за емоционална регулация, особено преоценката и потискането, са тези, които може да приложи човека, за да регулира емоционалното преживяване и изразяване, и те се различават по времето на развитието на емоционалната реакция (Gross, 2001), в зависимост от етапа, на който се прилагат.

2.1.1. Когнитивната преоценка– *cognitive reappraisal*

Когнитивната преоценка се свързва с възприятието, което човекът формира за една определена ситуация. На тази база, емоционалната преработка има като отправна точка един

вид преценка или оценка на една ситуация, откъде произхожда и интерпретацията на мотивите на индивида или участниците в рамките на взаимодействието (Roseman&Smith, 2001; Scherer, 2001 от Sutton &Wheatley, 2003). Както става ясно, тази оценка на ситуацията не е обективна, а субективна оценка на стимула, който предизвиква емоционалната реакция на човека (Καραγιαννοπούλου, 2009). Когнитивната преоценка се появява в човека още в началото на процеса на формиране на емоциите, поради което се отнася до действията, които човекът прави преди да се активира емоцията в пълната ѝ сила и промени поведението му, така, че да може да модифицира цялата емоционална последователност, преди да са се оформили тенденциите за емоционална реакция (Gross, Richards & John, 2006). Когнитивната преоценка, като форма на когнитивна промяна, включва изграждане на ново емоционално състояние по такъв начин, че може да промени емоционалното си въздействие с цел да контролира специалното значение, което ще бъде дадено на събитията (John & Gross, 2004). Лицата, които използват когнитивната преоценка често имат по-високи нива на екологични познания, лично развитие и себепознание, един по-подреден начин на живот, едно по-голямо чувство на автономия и по-добри връзки с хората около тях (Ryff, 1989).

2.1.2. Експресивно потискане – Expressive suppression

Потискането представлява стратегия, фокусирана върху реакцията на освободената емоция. Намесва се сравнително бавно в създаването на емоциите и основно променя израза на обичайните емоционални реакции (Grossetal, 2006). По-конкретно, репресията, тъй като навлиза по-късно в процеса на формиране на емоциите, изисква от човека да управлява с много внимание обичайните емоционални реакции, които се появяват постоянно. Репресията може да създаде едно усещане за разлика между вътрешното преживяване и външния израз, което води до емоции, които не са автентични и това може да затрудни създаването на тесни емоционални връзки (Gross & John, 2003). За разлика от когнитивната преоценка, експресивната репресия е по-резултатна при насочването на изразяването на емоциите, но няма субективно облекчение от негативните емоции (Gross, Richards & John, 2006).

Ежедневната употреба на потискането се свързва с по-рядко преживяване на позитивни емоции и по-често преживяване на негативни. Лицата, които използват по-често потискането като стратегия за емоционална регулация, показват нарушения в паметта при разговор, тъй като им липсват вълнуващи емоции на фона на техните преживявания, като проявяват симптоми, които се свързват с високи нива на депресивно поведение (Gross et al., 2006). Резултати от различни изследвания показват, че лицата, които използват експресивната репресия са по-малко позитивни във вижданията си за бъдещето, склонни са да отбягват и да нямат особено тесни социално емоционални връзки и съответно подкрепа (Gross & John, 2003). Като цяло използването на преоценката се свързва с много показатели за здравословно функциониране на човека, докато използването на потискането се свързва с много показатели, характерни за множество дисфункции на индивида (Gross et al., 2006).

FACTOR STRUCTURE AND PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF EMOTIONAL REGULATION QUESTIONNAIRE

II. Изследователски дизайн:

Настоящото емпирично изследване е проведено в рамките на два месеца 01.07.2024 – 01.09.2024 година, на територията на Република България. Тестуването е извършено чрез попълване на пакет от тестове, направен в Googleforms, електронно.

Цел на изследването:

Изследването има за цел да представи предварителни резултати от адаптацията на Въпросник за емоционална регулация на Джеймс Грос и Оливър Джон, за нуждите на българската културна среда, и да установи дали съществуват статистически значими различия по социално демографските фактори пол и здравен статус (боледуващи често и боледуващи рядко) по отношение на различни стратегии за емоционална регулация.

1.1. Задачи на изследването

1. Подбор на изследвани лица.
2. Изготвяне на тестова батерия в Googleform, част, от която е настоящият въпросник.
3. Провеждане на изследването.
4. Обработка на резултатите.
5. Да се изведат психометричните характеристики на въпросника.
6. Да се провери конструктор валидността и надеждността на въпросника.
7. Да се установи дали съществуват статистически значими различия по изследвания конструктор по независимите фактори – пол и здравен статус.

2. Хипотези на изследването

Основна хипотеза: *Предполага се, че факторната структура на въпросника за български условия ще потвърди тази в оригиналния, както и че съществуват статистически значими различия по социално демографските фактори -пол и здравен статус по отношение на прилаганите стратегии за емоционална регулация.*

3. Методика на изследването

3.1. Въпросник „Емоционална регулация” (Приложение №1)

Настоящият въпросник изследва регулирането на емоциите и е предназначен да оцени индивидуалните различия в обичайното използване на две стратегии за емоционална регулация: когнитивната преоценка и експресивното потискане. Той е създаден от Gross, J.J., & John, O.P. (2003) и публикуван в статията Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being в Journal of Personality and Social Psychology, 85, 348-362. Въпросникът се състои от 10 въпроса със седем степенна скала за оценка от 1 – „напълно несъгласен“ до 7 – „напълно съгласен“. Изследваното лице

трябва да избере една от цифрите от 1 до 7, в зависимост до колко е съгласен или не с даденото твърдение. Въпреки, че някои от въпросите изглеждат еднакви, всъщност се различават значително и това трябва да се каже на изследваните лица, за да се избегнат грешки при даването на отговори. За настоящето изследване въпросникът е преведен на български и обратно на английски език от двама психолози и един филолог, с отлично ниво на владеене на английски.

В оригиналната версия са извлечени две субскали, носещи имената на двете стратегии за емоционална регулация и са както следва:

- ✓ Субскала „когнитивно преформулиране“, включваща 6 айтема: 1, 3, 5, 7, 8 и 10. Минималният бал по тази субскала е 6 точки, а максималният е 42 точки. За настоящата извадка $x = 30.20$; $SD = 7.09$.
- ✓ Субскала „Експресивна репресия“, състояща се от айтеми: 2, 4, 6 и 9. Минималният бал по тази субскала е 4 точки, а максималният е 28 точки. За настоящата извадка $x = 15.23$; $SD = 6.23$.

Характеристиките на всяка една от субскалите е описана в теоретичната рамка.

3.2. Изследвани лица

Изследваните лица са 142 на брой, като мъжете са 27.5%, а жените близо 72%, на възраст между 20 и 70 години, някои от които имат психосоматични болести, а други не. Разпределението според здравния статус на изследваните лица е - 77% боледуват рядко и 23% боледуват често.

4. Етични проблеми

Настоящото емпирично изследване е проведено с доброволното съгласие на всяко едно от изследваните лица. Те са информирани подробно за целите и значението на изследването и уведомени, че тяхното участие и съдействие не предполага извличане на каквито и да било ползи за тях. Спазена и гарантирана е строгата конфиденциалност на резултатите и те се ползват само за научни цели, без да се оповестяват поименно.

5. Статистически методи за обработка на получените резултати

За статистическата обработка на резултатите е приложен статистикоматематическата програма SPSS, версия 23. Приложени са следните статистически процедури: описателна статистика; проверка за нормалността на разпределение на отговорите по айтемите от въпросника, чрез коефициент за асиметрия и експес; определяне на дискриминативната мощност на айтемите чрез напараметричната процедура Ман-Уитни; функционалност на дистракторите; оценка на надеждността на въпросника, чрез Алфа на Кронбах; извличане на структурната организация на въпросника (конструкт-валидност), чрез прилагане на факторен анализ на въпросника; Т-тест за две независими извадки.

FACTOR STRUCTURE AND PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF EMOTIONAL REGULATION QUESTIONNAIRE

6. Обработка и анализ на резултатите:

6.1. Извеждане на психометричните характеристики на въпросника за емоционална регулация

Проверката за нормалността на разпределение на отговорите по айтемите и баловите по отделните скали от въпросника е осъществена чрез коефициент за асиметрия и ексцес.

Коефициентите на асиметрия на всички айтеми от въпросника за емоционална регулация варират в диапазона от -0,126 до -1,524, а коефициентите на ексцес варират от 0,296 до -1,257, което означава, че може да се приеме, че разпределението на отговорите по тези айтеми е приблизително нормално, тъй като тези коефициенти са в диапазона от -2 до +2 (Джонев, С., 2004; Стоянова, С., 2007).

6.2. Функционалност на дистракторите:

Висока привлекателност имат всички алтернативи за отговор по следните твърдения: 2, 3, 4, 6, 9 – т.е. избрани са от повече от 5% от изследваните лица. При твърдения: 1, 5, 7, 8 и 10, алтернативата за отговор „по-скоро несъгласен“ е избрана от по-малко от 5% от изследваните лица, което означава, че този вариант за отговор не е достатъчно привлекателен. За целите на настоящото изследване, предложената оценъчна скала ще се запази, както е предложена в оригиналната методика, за да не се нарушава оценъчната рамка.

6.3. Дискриминативна мощност на дистракторите:

За определяне на дискриминативната мощност на айтемите на въпросника за емоционална регулация, изследваните лица са групирани в две групи, според общия им бал по всяка една от подскалите на въпросника. В групата със слаба изразеност на стратегията когнитивно преформулиране попадат изследвани лица с бал от 4 до 10 точки, а в групата с висока изразеност на тази стратегия, попадат изследвани лица с бал от 20 до 28 точки. Непараметричният метод на Ман-Уитни, показва, че и двете групи изследвани лица се различават статистически значимо по отговорите си по всички айтеми от субскалата „когнитивно преформулиране“ ($p < 0.001$), което означава, че всички айтеми от субскалата имат отлична дискриминативна мощност да разграничат получилите висок бал по субскалата, от тези с нисък бал по скалата. Резултатите са поместени в таблица 1.

Таблица 1. Разграничение между изследваните с нисък и висок бал по субскала „Когнитивно преформулиране“

Айтеми	групи	брой	Среден ранг	Статистически коефициенти
Айтем 1	слаба	32	18,31	Mann-Whitney U=58,000; Z=-6,747; P<0.001
	силна	39	50,51	

Айтем 3	слаба	32	20,55	Mann-Whitney U=129,500; Z=-5,832; P<0.001
	силна	39	48,68	
Айтем 5	слаба	32	28,28	Mann-Whitney U=377,000; Z=-3,021; P<0.001
	силна	39	42,33	
Айтем 7	слаба	32	16,69	Mann-Whitney U=6,000; Z=7,289; P<0.001
	силна	39	51,85	
Айтем 8	слаба	32	17,17	Mann-Whitney U=21,500; Z=-7,106; P<0.001
	силна	39	51,45	
Айтем 10	слаба	32	20,53	Mann-Whitney U=129,000; Z=-5,895; P<0.001
	силна	39	48,69	

Същата процедура е приложена и за субскала „Потискане“. В групата със слаба изразеност на стратегията потискане попадат изследвани лица с бал от 6 до 25 точки, а в групата с висока изразеност на тази стратегия, попадат изследвани лица с бал от 35 до 42 точки. Непараметричният метод на Ман-Уитни, показва, че и двете групи изследвани лица се различават статистически значимо по отговорите си по всички айтеми от субскалата „потискане“ ($p<0.001$), което означава, че всички айтеми от субскалата имат отлична дискриминативна мощност да разграничат получилите висок бал по субскалата, от тези с нисък бал по скалата. Резултатите са поместени в таблица 2.

Таблица 2. Разграничение между изследваните с нисък и висок бал по субскала „Потискане“

Айтеми	групи	брой	Среден ранг	Статистически коефициенти
Айтем 2	слаба	35	18,27	Mann-Whitney U=9,500 ; Z=-6,777; P<0.001
	силна	28	49,16	
Айтем 4	слаба	35	18,03	Mann-Whitney U=1,000; Z=-7,012; P<0.001
	силна	28	49,46	
Айтем 6	слаба	35	18,34	Mann-Whitney U=12,000; Z=-6,820;
	силна	28	49,07	

FACTOR STRUCTURE AND PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF EMOTIONAL REGULATION QUESTIONNAIRE

				P<0.001
Айтем 9	слаба	35	19,07	Mann-Whitney U=37,500; Z=-6,416; P<0.001
	силна	28	48,16	

6.4. Структурна организация на въпросника за емоционална регулация.

За проверка на структурата на въпросника в настоящето изследване бе приложен конфирматорен факторен анализ върху 10-те твърдения, който търси 2 фактора, както в оригиналната методика. Данните са анализирани по метода на главните компоненти, с Варимакс-ротация, с нормализация по Кайзер. Получените резултати показват, че тестът на Бартлет за сферичност е статистически значим ($p < 0.001$), а мярката за адекватност е 0.786. Факторният анализ е приемлив. Общата обяснена дисперсия след ротацията е 58,266%. Извлечени са два фактора и всеки, от който обяснява над 10% от дисперсията по променливите. Фактор 1 обяснява 40,23% от общата дисперсия и включва 6 твърдения, с факторно тегло между 0.399 и 0.857. Той се асоциира с подskalата „когнитивно преформулиране“. Към фактор 2, който обяснява 18,03% от общата дисперсия, се отнасят четири твърдения с факторно тегло между 0.666 и 0.875. Той се асоциира с подskalата „Потискане“. Резултатите от факторния анализ са представени в таблица 3.

Таблица 3. Тегла на айтемите по извлечените фактори от въпросника за емоционална регулация след ротация на факторните оси

Айтеми	фактор 1	Фактор 2
1	0.767	
3	0.478	
5	0.399	
7	0.857	
8	0.838	
10	0.729	
2		0.769
4		0.875
6		0.842
9		0.666

6.5. Вътрешна съгласуваност на айтемите/Надеждност на въпросника:

За проверка на надеждността на въпросника за изследваната извадка е използван коефициента алфа α на Кронбах чрез анализ на десетте въпроса, разпределени в две субскали. Вътрешната съгласуваност на айтемите по двете субскали е както следва:

- Субскала „Когнитивно преформулиране“, състояща се от 6 айтема - 1, 3, 5, 7, 8 и 10 е с висока вътрешна хомогенност: α на Кронбах = 0.790;
- При субскала „Потискане“, включваща 4 айтема: 2, 4, 6 и 9 се регистрира също висока вътрешна хомогенност на айтемите: α на Кронбах = 0.828.
- Надеждността на цялата скала е α на Кронбах = 0.827.

6.6. Т-тест за две независими извадки

След проведената статистическа процедура Т-тест за две независими извадки се установиха статистически значими различия между мъжете и жените по отношение на изследваните стратегии за емоционално регулиране. Резултатите са в подкрепа на тенденцията, че мъжете в по-голяма степен прилагат стратегиите за емоционално регулиране (когнитивно преформулиране и потискане) в сравнение с жените ($M_{\text{мъже/КП}}=32,64$; $SD_{\text{мъже/КП}}=7,44979$; $M_{\text{жени/КП}}=29,28$; $SD_{\text{жени/КП}}=6,79455$; $t_{\text{КП}}=2,554$; $df=139$; $p_{\text{КП}}=0,012$; $M_{\text{мъже/Потискане}}=20,07$; $SD_{\text{мъже/потискане}}=7,60673$; $M_{\text{жени/потискане}}=13,34$; $SD_{\text{жени/потискане}}=4,44436$; $t_{\text{потискане}}=6,512$; $df=139$; $p_{\text{потискане}}<0,001$). По отношение на стратегиите за емоционална регулация се наблюдава и следната тенденция: боледуващите по-често прилагат стратегията потискане, в сравнение с боледуващите по-рядко ($M_{\text{група2/потискане}}=17,8281$; $SD_{\text{група2/потискане}}=6,62021$; $M_{\text{група1/потискане}}=13,1026$; $SD_{\text{група1/потискане}}=5,02097$; $t_{\text{потискане}}=4,835$; $df=140$; $p_{\text{потискане}}<0,001$). За стратегията когнитивно преформулиране не се установяват статистически значими различия, тъй като нивото на значимост е по-голямо от 0.05.

Дискусия: Резултатите от изследването потвърдиха хипотезите, свързани с факторната структура на въпросника и статистическите различия по социално-демографските фактори. Преобладаващата тенденция, според която мъжете по-често използват стратегии за емоционална регулация, може да бъде свързана с различия в социализацията и културни нагласи, които възприемат емоционалното потискане като по-приемлива стратегия за справяне с емоции. Резултатите за здравния статус също са интересни, като установяването на връзка между често боледуващите и използването на стратегията „потискане“ може да отразява психологическа адаптация към хроничния стрес, свързан с честите заболявания.

Ограничения:

- ❖ Извадката от 142 изследвани лица може да не бъде достатъчно представителна за цялото население на България, особено като се има предвид неравномерното разпределение по пол и здравен статус;

FACTOR STRUCTURE AND PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF EMOTIONAL REGULATION QUESTIONNAIRE

- ❖ Използването на електронна форма за попълване на въпросника може да изключи участниците без достъп до интернет или тези, които не са достатъчно уверени в използването на технологиите, което може да доведе до ограничение в представителността на извадката.

Въпреки тези ограничения, изследването предлага ценни данни за психометричните характеристики на адаптирания въпросник и показва важни тенденции в употребата на стратегиите за емоционална регулация в българската популация.

Насоки за бъдещи изследвания: *Една от насоките, която е подходящо да се обмисли е допълването на социално-демографски фактори*, като възраст, образование, семейно положение и др. Провеждане на *изследвания, разкриващи взаимовръзката между стратегиите за емоционална регулация и психичното здраве*. *Изследвания за ефективността на интервенции*, насочени към подобряване на стратегиите за емоционална регулация, които могат да бъдат полезни за приложението на въпросника в консултативната и терапевтичната практика.

Заклучение:

Настоящото емпирично изследване демонстрира, че адаптираният въпросник за емоционална регулация на Джеймс Грос и Оливър Джон показва добри психометрични характеристики в български контекст. Факторната структура на въпросника е ясно обособена и е еднозначна. И за български условия, факторното решение съвпада с теоретичния модел. По подобие на оригиналния въпросник, структурата на въпросника е двуфакторна. Факторният модел демонстрира силна устойчивост, което свидетелства, че изследваните лица са отговаряли еднозначно на айтемите в рамките на различните субскали. Вътрешната съгласуваност на айтемите и по двете субскали е висока, което демонстрира цялостна висока надеждност на въпросника за емоционална регулация. Айтемите са с висока разграничителна мощност, което позволява диференциране на изследваните лица с високи прояви на стратегиите от тези с ниски прояви на същите. В българското изследване статистическите анализи показват значими различия между мъжете и жените по отношение на емоционалната регулация, като мъжете по-често използват стратегията „потискане“. Изследването също така показва, че боледуващите често хора прилагат стратегията „потискане“ по-често от тези, които боледуват рядко.

Използвани източници:

1. Djonev, S. (2004). *Socialna psihologia. Tom 5. Izsledovatelski dizain. Statisticheska obrabotka – SPSS. Interpretatsia*. Sofia-R, Sofia.
2. Hadzhieva, Ts. (2022). Razvitie na emotsionalnata inteligentnost. [Development of emotional intelligence]. *Yearbook of Psychology*, 13(2), 295-299.
3. Stoyanova, S. (2007). *Osnovi na psihologicheskite izmervania: Adaptatsia na test*. UI "N. Rilski", Blagoevgrad.
4. Denham, S. A. (1998). *Emotional development in young children*. Guilford Press.
5. Eisenberg, N., Champion, C., & Ma, Y. (2004). Emotion-related regulation: An emerging construct. *Merrill-Palmer Quarterly*, 50(3), 236-259.

6. Fischer, A. H., Manstead, A. S. R., Evers, C., Timmers, M., & Valk, G. van der. (2004). Motives and norms underlying emotion regulation. In I. Nykliček, L. Temoshok, & A. Vingerhoets (Eds.), *Emotional expression and health: Advances in theory, assessment and clinical applications* (pp. 241–254). Hove, UK: Brunner-Routledge.
7. Fischer, A. H., Manstead, A. S., Evers, C., Timmers, M., & Valk, G. (2004). Motives and norms underlying emotion regulation. *Handbook of emotion regulation*, 187-202.
8. Gross, J. J. (1998a). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
9. Gross, J. J. (1998b). Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 224-237.
10. Gross, J. J. (1999). Emotion regulation: Past, present, future. *Cognition & Emotion*, 13(5), 551-573.
11. Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291.
12. Gross, J. (2008). *Emotion Regulation*. In Handbook of emotions, edited by Lewis, M., Haviland -Jones, J. and Barret, L., The Guilford Press, New York, London;
13. Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
14. Gross, J. J., & Muñoz, R. F. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2(2), 151-164. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.1995.tb00036.x>
15. Gross, J. J., & Richards, J. M., & John, O. P. (2006). Emotion regulation in everyday life. In D. K. Snyder, J. Simpson, & J. N. Hughes (Eds.), *Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health* (pp. 13-35). Washington, DC: American Psychological Association.
16. Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-24). New York: Guilford Press.
17. John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *Journal of Personality*, 72(6), 1301-1334;
18. Karagiannopoulou, E. (2009). "The role of cognitive and affective components in learning under stress: The case of Greek university students." *Learning and Individual Differences*, 19(4), 415-420;
19. Keltner, D., & Kring, A. M. (1998). Emotion, social function, and psychopathology. *Review of General Psychology*, 2(3), 320-342.
20. Lerner, J. S., Valdesolo, P., & Kassam, K. S. (2014). Emotion and decision making. *Annual Review of Psychology*, 66, 799-823.
21. Parrott, W. G. (1993). Beyond hedonism: Motives for inhibiting good moods and for maintaining bad moods. *Handbook of mental control*, 278-305.
22. Petrides, K. V., & Furnham, A. (2000). On the dimensional structure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 29(2), 313-320.
23. Petrides, K. V., & Furnham, A. (2003). Trait emotional intelligence: Behavioural validation in two studies of emotion recognition and reactivity to mood induction. *European Journal of Personality*, 17(1), 39-57.

FACTOR STRUCTURE AND PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF EMOTIONAL REGULATION QUESTIONNAIRE

24. Phelps, E. A. (2006). Emotion and cognition: Insights from studies of the human amygdala. *Annual Review of Psychology*, 57, 27-53.
25. Rolston, A., & Lloyd-Richardson, E. (n.d.). What is emotion regulation and how do we do it? Cornell Research Program on Self-Injury and Recovery. Retrieved from <http://www.selfinjury.bctr.cornell.edu/perch/resources/what-is-emotion-regulationsinfo-brief.pdf>
26. Roseman, I. J., & Smith, C. A. (2001). Appraisal theory: Overview, assumptions, varieties, controversies. In K. R. Scherer, A. Schorr, & T. Johnstone (Eds.), *Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research* (pp. 3-19). New York: Oxford University Press.
27. Scherer, K. R. (2001). Appraisal considered as a process of multilevel sequential checking. In K. R. Scherer, A. Schorr, & T. Johnstone (Eds.), *Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research* (pp. 92-120). New York: Oxford University Press.
28. Schartau, P. E., Dalgleish, T., & Dunn, B. D. (2009). Seeing the bigger picture: Training in perspective broadening reduces self-reported affect and psychophysiological response to distressing films and autobiographical memories. *Journal of Abnormal Psychology*, 118(1), 15-27;
29. Sheppes, G., Scheibe, S., Suri, G., & Gross, J. J. (2011). Emotion-regulation choice. *Psychological Science*, 22(11), 1391-1396;
30. Sutton, R. I., & Wheatley, K. (2003). Emotional regulation and people at work. In R. G. Lord, R. J. Klimoski, & R. Kanfer (Eds.), *Emotions in the workplace: Understanding the structure and role of emotions in organizational behavior* (pp. 55-74). San Francisco: Jossey-Bass.
31. Tamir, M., & Mauss, I. B. (2011). Social cognitive factors in emotion regulation: Implications for well-being. *Emotion Regulation and Well-Being*, 31-47;
32. Tooby, J., & Cosmides, L. (1990a). The past explains the present: Emotional adaptations and the structure of ancestral environments. *Ethology and Sociobiology*, 11(4-5), 375-424;
33. Tull, M. T., & Aldao, A. (2015). Editorial overview: New directions in the science of emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*, 3, iv-x;
34. Vasiou, A. (2008). Emotional regulation strategies and their relation to stress and satisfaction in the workplace. *Hellenic Journal of Psychology*, 5, 123-146;
35. Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. In N. A. Fox (Ed.), *The development of emotion regulation: Biological and behavioral considerations* (pp. 25-52). *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3, Serial No. 240).

Приложение №1:

Въпросник ERQ

Моля, отговорете на зададените Ви по-долу въпроси, като изберете в каква степен сте съгласен/а с всяко едно от посочените твърдения.

Възможно е някои от въпросите да Ви изглеждат подобни един на друг, но те се различават много съществено.

Попълването на въпросника е анонимно и резултатите от него ще бъдат използвани само за научни цели, като конфиденциалността им е гарантирана.

Благодарим Ви за участието!

Дата: _____

Въпроси	1 Напълно несъгласен	2	3	4	5	6	7 Напълно съгласен
1.Когато искам да почувствам <i>по-положителна</i> емоция (като например радост или удоволствие) аз <i>променям онова, за което си мисля.</i>							
2. Пазя емоциите си за себе си							
3.Когато искам да почувствам <i>по-негативна</i> емоция (като тъга или гняв), аз <i>променям онова, за което си мисля</i>							
4.Когато чувствам <i>позитивни</i> емоции, аз внимавам да не ги изразявам.							
5.Когато съм лице в лице със стресова ситуация, се стремя да <i>мисля за нея</i> по начин, който ми помага да остана спокоен.							
6.Аз контролирам емоциите си като <i>не ги изразявам.</i>							
7.Когато искам да почувствам <i>по-позитивна</i> емоция, аз <i>променям начина, по който мисля за тази ситуация.</i>							
8.Аз контролирам емоциите си, <i>променяйки начина, по който мисля</i> относно ситуацията, в която съм.							
9.Когато чувствам <i>негативни</i> емоции, гледам да съм сигурен, че не ги изразявам.							
10.Когато искам да почувствам по-малко <i>негативна</i> емоция, аз <i>променям начина, по който аз мисля за ситуацията.</i>							



АГРЕСИЯ И БЪРНАУТ СРЕД СЛУЖИТЕЛИ НА ПЕНИТЕНЦИАРНИ ЗАВЕДЕНИЯ

AGGRESSION AND BURNOUT AMONG STAFF OF PENITENTIARY INSTITUTIONS

Emelina Valentinova Zaimova-Tsaneva, PhD

Chief Assistant Professor, Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

Email: emelina_z@swu.bg

Ivaylo Liubomirov Yordanov, PhD student

Department of Psychology, SWU "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

Email: ivojordanov79@abv.bg

Резюме

Настоящото изследване разглежда връзката между агресивността и синдрома на професионално прегаряне (бърнаут) сред служители на пенитенциарни заведения в България. В изследването участват 379 надзиратели (263 мъже и 116 жени), като се използват Въпросникът за агресивност на Бъс-Дюрки и MBI (Maslach Burnout Inventory). Анализираните данни разкриват статистически значими положителни корелации между компонентите на бърнаута (особено дехуманизация и емоционално изтощение) и различни форми на агресия – включително телесна, вербална и инструментална. Резултатите подчертават необходимостта от целенасочени интервенции за подкрепа на психичното здраве, редуциране на стреса и изграждане на организационна култура, която ограничава предпоставките за агресивно поведение. Изследването допринася към натрупващото се знание за психосоциалните рискове в затворническата среда и предлага практически насоки за подобряване на професионалното благополучие на служителите.

Ключови думи: агресия, бърнаут, надзиратели, пенитенциарна система, дехуманизация, емоционално изтощение, работоспособност

Abstract

The present study examines the relationship between aggression and burnout among prison staff in Bulgaria. The study involved 379 correctional officers (263 men and 116 women) using the Buss-Durkey Aggression Questionnaire and the Maslach Burnout Inventory (MBI). The analyzed data revealed statistically significant positive correlations between burnout components (especially dehumanization and emotional exhaustion) and various forms of aggression – including physical, verbal, and instrumental. The results highlight the need for targeted interventions to support mental health, reduce stress, and build an organizational culture that limits the prerequisites for aggressive behavior. The study contributes to the accumulating knowledge about psychosocial risks in the prison environment and offers practical guidelines for improving the professional well-being of staff.

Keywords: aggression, burnout, correctional officers, penitentiary system, dehumanization, emotional exhaustion, work capacity

Агресия в контекста на пенитенциарната професия

Агресията и насилието от страна на надзорно-охранителния състав са дългогодишна част от представите за затворническите институции, както в популярната култура, така и според редица емпирични изследвания, които ги разглеждат като част от ежедневната реалност в много затвори (Tewksbury & Collins, 2006). Използването на сила обикновено не е самоцелно

средство за наказание или унижение, а се прилага с цел овладяване на поведението на лишените от свобода – особено когато те се различават от персонала по демографски показатели (Marquart, 1986). Въпреки това, насилието засяга както затворниците, така и служителите, поради което разкриването на психологическите детерминанти на агресивното поведение в пенитенциарната среда е от съществено значение (Hornsveld & Kraaiaa, 2022).

Хербергер и Магда (Herberger & Magda, 2015) определят агресивния акт като съзнателно поведение, целящо да причини страдание на друго лице. Те правят разграничение между враждебна агресия (насочена към нанасяне на болка) и инструментална агресия (насочена към постигане на друга цел). В затворите доминира инструменталната агресия, която може да приеме формата на неправомерна или ненужно прилагана сила – често като резултат от дефицит на алтернативни стратегии за справяне (Griffin & Bernard, 2003). Джефрион и др. (Geoffrion et al., 2020) подчертават, че агресията на работното място варира от вербални обиди и разпространение на слухове до физически нападения, които водят до влошено здраве, психични проблеми и промени в социалното функциониране на жертвите.

Освен насилие срещу лишените от свобода, често се наблюдава и междуличностна агресия между служителите в системата – под формата на заплахи, враждебност, тормоз и вербална агресия (Klerx-Van Mierlo & Bogaerts, 2011). Изследване на Шафран и Тарталини (Safran & Tartaglioni, 1996), обхващало 807 служители в градски затвор, установява, че повече от половината са били жертва на поне един акт на насилие в рамките на 10 години работа. Данни от Краткоски (Kratcoski, 1988) показват, че 70% от насилието се случва в зони с висока сигурност, основно по време на дневна смяна, и често е насочено към по-млади и неопитни служители.

Виктимизацията в затворите води до редица негативни ефекти: повишен риск от травми, понижение в качеството на предоставяните услуги, емоционално изтощение и желание за напускане (Cullen et al., 1993; Langan & Pelissier, 2001; Rugala & Isaacs, 2002). Либлинг и Маруна (Liebling & Maruna, 2005) отбелязват, че психологическите последици за служителите могат да бъдат дълготрайни и тежки.

Някои автори предполагат, че честата експозиция на агресия може да „вдигне прага“ за това, което служителите възприемат като агресивно поведение, което променя възприятието за нормалност в работната среда (Kerekes et al., 2018).

Барон и Нойман (Baron & Neuman, 1996) доказват, че агресията на работното място води до пониско благополучие и здравословни проблеми. Driscoll et al. (1995) съобщават за т.нар. „изместена агресия“ – например прояви на враждебност към случайни хора извън работната среда. Според Бьорквист и др. (Björkqvist et al., 1994), жертвите често развиват симптоми на посттравматично стресово разстройство (ПТСР), тревожност и депресия.

Класически пример за агресивното поведение в затворническа среда е Станфордският затворнически експеримент на Филип Зимбардо (2017), който показва как нормални хора могат бързо да възприемат дехуманизиращо и садистично поведение в контекста на власт и подчинение. Участниците, разделени на надзиратели и затворници, започват да се държат според ролята си с изненадваща интензивност. Надзирателите демонстрират агресивност, унижение и контрол, а затворниците – подчинение и загуба на идентичност (McLeod, 2020). Зимбардо (2017) заключава, че не личността, а ситуационните условия и социалната роля обуславят поведението.

Бърнаут сред служителите в пенитенциарната система

Въпреки че бърнаутът сред пенитенциарните служители дълго време остава подценяван, през последните години се наблюдава нарастващ интерес към този проблем (Lambert et al., 2012). Работата в затворите се характеризира с интензивни психоемоционални натоварвания, които могат да доведат до изчерпване на емоционалните и поведенческите ресурси на служителите. Сред основните ролеви стресори се открояват: ролев конфликт, неяснота в очакванията към служителя, ролево претоварване и възприеман риск от насилие (Garland, 2004; Lambert et al., 2009; Lambert et al., 2015).

Литературният обзор на Гершайн и др. (Gerstein et al., 1987) показва, че честият контакт със затворници може да се свърже с повишено емоционално изтощение и чувство на неудовлетвореност. В тази връзка, Линдкуист и Уайтхед (Lindquist & Whitehead, 1986) установяват, че при около 25% от изследваните служители се наблюдават високи нива на дехуманизация, а при 33% — високи нива на емоционално изтощение. Подобни резултати са потвърдени и от изследванията на Чийк и Милър (Cheek & Miller, 1982) и Маслах и кол. (Maslach et al., 1996), които сочат, че хроничният стрес, особено когато е свързан с междуличностни взаимодействия, води до професионално прегаряне.

Връзката между директния контакт с лишени от свобода и бърнаута е обект на редица изследвания. Дигнам и др (Dignam et al., 1986) разграничават негативния и позитивния контакт, като установяват, че именно негативните взаимодействия са свързани с повишен риск от прегаряне. Интересен нюанс добавят Линдкуист и Уайтхед (Lindquist & Whitehead, 1986), според които по-продължителното взаимодействие със затворници може да бъде и източник на професионално удовлетворение, особено когато контактът е положителен и води до усещане за постижение.

Морган и съавтори (Morgan et al., 2002) подчертават, че служителите в затворите разполагат с по-малко вътрешни ресурси за справяне със стреса в сравнение със самите лишени от свобода. Те са изложени на постоянен натиск, липса на подкрепа и високи очаквания, което създава идеална среда за развитие на бърнаут.

Според обзор на Шауфели и Питърс (Schaufeli & Peeters, 2000) бърнаутът сред служителите в затвори се проявява най-често чрез три основни симптома: емоционално изтощение, цинично отношение към задържаните и намалено чувство за професионална ефективност. Същевременно се отбелязва, че организационни фактори като липса на признание, лоша комуникация с ръководството и несъответствие между очаквания и реалност допринасят съществено за формирането на бърнаут синдрома.

В България, изследване на Харизанова и Търновска (Harizanova & Turnovska, 2013) също потвърждава високите нива на бърнаут сред надзирателите в местата за лишаване от свобода. Резултатите сочат, че факторите, водещи до бърнаут, са сходни с тези, идентифицирани в международната литература – натиск, напрежение, липса на подкрепа и висока емоционална ангажираност без адекватна компенсация.

МЕТОДОЛОГИЯ

Цел и изследователски подход

Настоящото изследване има за цел да изследва нивата на агресия и бърнаут сред служители, заемащи длъжността „надзирател“ в български пенитенциарни заведения. Използван е количествен подход с прилагане на стандартизирани психодиагностични инструменти, позволяващи емпирично измерване на изследваните конструкти.

Респонденти

В изследването участват общо 379 служители, от които 263 мъже и 116 жени. Всички участници заемат длъжността „надзирател“ в различни затвори на територията на България. Изследваните лица са подбрани на принципа на доброволното участие и анонимност, като е спазена конфиденциалността на предоставената информация.

Инструменти

За събиране на емпиричните данни по отношение на агресивността на надзирателите е използван Въпросник за изследване на агресивността на Бъс и Дюрки (Манчева, 2017). Въпросникът съдържа 75 дихотомни айтема („Да“/„Не“), разпределени в скалите телесна агресия (ТА), вербална агресия (ВА), индиректна агресия (ИА), опозиционно поведение (ОП), агресивна раздразнителност (АР), агресивно недоверие (АН), ревност и омраза (РО), вина след агресия (ВСА) и скала лъжа“ (за контрол на искреността). Методиката позволява изчисляване на общ индекс на агресивност, както и профил на специфичните форми на агресивно поведение.

За изследване нивата на бърнаут е използван Maslach Burnout Inventory (MBI), адаптиран от Ценова (1992). Инструментът се състои от 22 твърдения, които измерват Емоционално изтощение (ЕИ), Дехуманизация (ДХ) – прояви на безразличие и цинизъм към хората, с които се работи и Работоспособност (Р) – субективна оценка на ефективност и компетентност.

Включени са и демографски въпроси относно пола, възрастта и трудов стаж на надзирателите

Процедура

Инструментите са предоставени на участниците на хартиен носител. Изследването е проведено в рамките на работното време със съдействието на ръководствата на съответните институции. Всички участници са дали информирано съгласие. Отговорите са обработени количествено, като са използвани описателни статистики и корелационен анализ.

Резултати

В изследването взеха участие общо 379 служители, изпълняващи длъжността „надзирател“ в български затвори. От тях 263 са мъже и 116 са жени. Мъжете представляват 69,4% от извадката, а жените – 30,6%, което отразява факта, че в България има само 11 затвора за мъже и 1 за жени.

Възрастта на участниците варира от 21 до 59 години. Средната възраст е 39 години (Mean = 39,09; SD = 8,39), което свидетелства за умерена вариативност в разпределението. Това предполага, че повечето участници се намират в активна трудоспособна възраст, с потенциален натрупан професионален опит, но и с различни степени на излагане на организационен стрес.

Разпределението по възрастови групи е следното:

- 18–25 години: 5,0% (n = 19)
- 26–35 години: 32,5% (n = 123)
- 36–45 години: 37,7% (n = 143)
- 46–55 години: 22,4% (n = 85)
- 56+ години: 2,4% (n = 9)

Описателна статистика на изследваните променливи

За целите на изследването са изчислени средни стойности и стандартни отклонения по скалите на агресия и бърнаут при изследваните лица

Таблица 1. <i>Описателна статистика по подскалите на Въпросника за изследване на агресивността (по Бъс и Дюрки)</i>			
	N	Mean	Std. Deviation
Телесна агресия	379	4,17	2,06
Вербална агресия	379	6,58	2,04
Инструментална агресия	379	1,99	1,85
Опозиционно поведение	379	1,30	1,64
Агресивна раздразнителност	379	2,67	2,57
Агресивно недоверие	379	4,02	1,82
Ревност и омраза	379	1,65	2,00
Вина след агресия	379	2,86	2,20
Обща агресивност	379	13,43	5,01

В таблица 1 са представени основните описателни показатели (средна стойност и стандартно отклонение) по подскалите на Въпросника за изследване на агресивността (по Бъс и Дюрки) при извадка от 379 надзиратели.

Най-висока средна стойност е отчетена при вербалната агресия ($M = 6,58$, $SD = 2,04$), следвана от телесната агресия ($M = 4,17$, $SD = 2,06$) и агресивното недоверие ($M = 4,02$, $SD = 1,82$). Тези резултати показват, че сред изследваните лица преобладават изразените словесни прояви на агресия, както и негативни очаквания и подозрителност към околните.

По-ниски стойности са наблюдавани при опозиционното поведение ($M = 1,30$), ревността и омразата ($M = 1,65$) и инструменталната агресия ($M = 1,99$), което предполага, че тези форми на агресивност са сравнително по-слабо проявени. Отчетената средна стойност на общата агресивност е $M = 13,43$ ($SD = 5,01$), което се интерпретира като умерено ниво на агресия сред надзирателите.

Нивото на вина след агресивни прояви също е сравнително ниско ($M = 2,86$), което може да бъде разглеждано в контекста на специфичната роля и среда на работа, изискваща често контролиране и прилагане на санкциониращи действия.

Средната стойност на общата агресия е $Mean = 13,43$ ($SD = 5,01$), което показва умерено изразено агресивно поведение сред изследваните лица.

Наблюдаваните стойности показват преобладаване на вербални и недоверителни прояви на агресия, което е типично за контексти с повишен контрол, какъвто е затворът.

Бърнаут

Таблица 2. <i>Описателна статистика на подskalите на бърнаут</i>			
	N	Mean	Std. Deviation
Емоционално изтощение	379	12,80	7,84
Дехуманизация	379	5,72	5,76
Работоспособност	379	31,88	10,68

В Таблица 2 са представени резултатите от описателния анализ на трите подскали на синдрома на професионалното прегаряне (бърнаут), измерени чрез MBI (Maslach Burnout Inventory), при извадка от 379 служители, изпълняващи длъжността „надзирател“ в пенитенциарна среда.

Средната стойност на емоционалното изтощение е $M = 12,80$ ($SD = 7,84$), което показва умерени до високи нива на психично натоварване и умора сред участниците. Това измерение отразява чувството на енергийно изчерпване и липса на ресурси, често свързано с дълготрайна работа в напрегната и рискова среда.

По подskalата дехуманизация, средната стойност е $M = 5,72$ ($SD = 5,76$), което е индикатор за прояви на емоционално дистанциране, безразличие или цинизъм по отношение на лишението от свобода. Този компонент е от особено значение в контекста на пенитенциарната среда, където професионалната дистанция понякога се използва като защитен механизъм срещу психологическото натоварване.

От друга страна, резултатите по скалата работоспособност показват сравнително висока средна стойност – $M = 31,88$ ($SD = 10,68$), което предполага запазено усещане за лична ефективност, компетентност и способност за справяне с работните изисквания.

Обобщено, данните сочат, че макар надзирателите да демонстрират известни признаци на емоционално изтощение и дехуманизация, те същевременно запазват сравнително високо ниво на професионална работоспособност – фактор, който може да играе защитна роля срещу развитието на тежки форми на бърнаут.

Таблица 3

Корелационен анализ между скалите за агресивност и подskalите за бърнаут

		Емоционално изтощение	Дехуманизация	Работоспособност
Телесна агресия	r	0,075	0,196**	-0,089
	p	0,125	0,00	0,083
Вербална агресия	r	0,152**	0,163**	-0,111*
	p	0,003	0,001	0,031
Инструментална агресия	r	0,212**	0,223**	-0,110
	p	0,000	0,000	0,033
Опозиционно поведение	r	0,037	0,064	-0,088
	p	0,471	0,212	0,087
Агресивна раздразнителност	r	0,164**	0,164**	-0,119*
	p	0,004	0,001	0,020
Агресивно недоверие	r	0,105	0,146**	-0,040

AGGRESSION AND BURNOUT AMONG STAFF OF PENITENTIARY INSTITUTIONS

	p	0,041	0,005	0,434
Ревност и омраза	r	0,162**	0,126*	-0,082
	p	0,002	0,014	0,113
Вина след агресия	r	0,175**	0,223**	-0,033
	p	0,001	0,000	0,521
Обща агресивност	r	0,179**	0,232**	-0,143**
	p	0,000	0,000	0,005
<i>N=379**.</i> Корелацията е значима на ниво 0,01 *. Корелацията е значима на ниво 0,05				

Корелационният анализ, представен в Таблица 3, изследва връзките между различни аспекти на агресивността и трите подскали на бърнаута: емоционално изтощение, дехуманизация и работоспособност.

Наблюдават се слаби до умерени положителни корелации между емоционалното изтощение и няколко от скалите за агресивност. Най-силна връзка е установена с инструменталната агресия ($r = 0,212$, $p < 0,001$) и вина след агресия ($r = 0,175$, $p < 0,01$). Значими положителни връзки са отчетени и с агресивна раздразнителност, вербална агресия, ревност и омраза, както и обща агресивност. Това предполага, че по-високата склонност към агресивни прояви е свързана с по-високи нива на психическо изтощение сред надзирателите.

Дехуманизацията показва статистически значими положителни корелации с почти всички измерения на агресивността. Най-високи стойности са отчетени при вина след агресия ($r = 0,223$, $p < 0,001$), инструментална агресия ($r = 0,223$, $p < 0,001$) и обща агресивност ($r = 0,232$, $p < 0,001$). Тези резултати потвърждават, че агресивните нагласи и поведение са тясно свързани с емоционалната дистанция и цинизма по отношение на лишените от свобода.

Наблюдават се слаби, но статистически значими отрицателни корелации между работоспособността и някои от скалите на агресивност, най-вече с обща агресивност ($r = -0,143$, $p < 0,01$), агресивна раздразнителност ($r = -0,119$, $p < 0,05$) и вербална агресия ($r = -0,111$, $p < 0,05$). Това показва, че повишената агресивност е свързана с понижен усет за ефективност и професионална компетентност.

Данните подкрепят хипотезата за взаимовръзка между агресивността и симптомите на бърнаут, като особено значима е ролята на инструменталната и общата агресивност. Тези резултати подчертават необходимостта от интервенции, насочени към управление на агресията и поддържане на психологическото благополучие на служителите в пенитенциарната система.

ОБСЪЖДАНЕ

Настоящото изследване потвърждава значимостта на проблема с агресията и професионалното прегаряне сред служителите в пенитенциарната система. Получените резултати показват умерено до високо изразени нива на агресивност и бърнаут, като най-високи са стойностите при вербалната агресия, телесната агресия, агресивното недоверие и емоционалното изтощение.

Корелационният анализ разкрива статистически значими връзки между различни форми на агресия и измеренията на бърнаута. По-конкретно, по-високи нива на емоционално изтощение и дехуманизация са свързани с повишени стойности на телесна, вербална и инструментална агресия. Тези резултати се вписват в предишни констатации, че емоционалното изчерпване и загубата на емпатия (дехуманизация) са свързани с агресивни реакции на работното място (Lambert et al., 2012; Garland, 2004; Baron & Neuman, 1996).

Интересен е и фактът, че работоспособността показва обратна, макар и слаба, връзка с някои агресивни нагласи, особено с агресивната раздразнителност и общата агресивност. Това предполага, че усещането за лична ефективност може да действа като защитен фактор, намаляващ вероятността за проява на агресия в контекста на високо натоварване.

Резултатите следва да се разглеждат и в светлината на специфичната професионална среда – затворническата институция е високостресова, често непредвидима и включва значителен контакт с потенциално рискови и конфликтни лица. Това обуславя както изчерпването на емоционалните ресурси, така и нарастващите прояви на агресия, които в някои случаи могат да се нормализират като част от професионалното поведение (Herberger & Magda, 2015; Klerx-Van Mierlo & Bogaerts, 2011).

Съществува риск тези поведенчески модели да се затвърдят във времето и да доведат до организационна култура на насилие, недоверие и емоционална изолация, което изисква целенасочени интервенции както на индивидуално, така и на институционално ниво.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изследването подчертава важността на проследяването и анализа на агресивността и синдрома на професионално прегаряне сред служителите в пенитенциарните заведения. Резултатите разкриват статистически значими връзки между различни форми на агресия и компонентите на бърнаута, което потвърждава, че емоционалното изтощение и дехуманизацията могат да бъдат рискови фактори за агресивно поведение. В условията на затворническа среда, където стресът е хроничен, а междуличностните конфликти са чести, тази връзка има особена значимост.

Получените данни налагат необходимостта от целенасочени политики за подкрепа на психичното здраве, програми за управление на стреса, както и вътрешноорганизационни механизми за превенция на агресията. Осигуряването на устойчивост и благополучие сред служителите е от решаващо значение както за тяхната професионална ефективност, така и за гарантиране на безопасна институционална среда.

Funding/Financial support

Изследването е реализирано като част от дейностите по проект „Психологични, правни и здравни аспекти на работата в пенитенциарни заведения. Модел за подобряване на психичното благополучие“ финансиран от Фонд научни изследвания с договор № КП-06-Н75/1 от 07.12.2023г.

Литература

- Baron, R.A.; & Neuman, J.H. (1996). Workplace violence and workplace aggression: Evidence of their relative frequency and potential causes". *Aggressive Behavior*, 22 (3): 161–173.
- Björkqvist, K., Österman, K., & Hjelt-Bäck, M. (1994). Aggression among university employees. *Aggressive Behavior*, 20(3), 173–184
- Cheek, F., & Miller, M. D. (1982). Reducing staff and inmate stress. *Corrections Today*, 44(5), 72-76.
- Cullen, F., Latessa, E., Burton, V., & Lombardo, L. (1993). The correctional orientation of prisonwardens: Is the rehabilitative ideal supported? *Criminology*, 31, 69–92

AGGRESSION AND BURNOUT AMONG STAFF OF PENITENTIARY INSTITUTIONS

- Dignam, J. T., Barrera, M., & West, S. G. (1986). Occupational stress, social support, and burnout among correctional officers. *American journal of community psychology*, 14(2), 177.
- Driscoll, R., Worthington, K., & Hurrell, J. J. (1995). Workplace assault: An emerging job stressor. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 47 (4): 205–211
- Garland, B. (2004). The impact of administrative support on prison treatment staff burnout: An exploratory study. *The Prison Journal*, 84, 452-471
- Geoffrion, S., Hills, D. J., Ross, H. M., Pich, J., Hill, A. T., Dalsbø, T. K., ... & Guay, S. (2020). Education and training for preventing and minimizing workplace aggression directed toward healthcare workers. *Cochrane database of systematic reviews*, (9).
- Gerstein, L. H., Topp, C. G., & Correll, G. (1987). The role of the environment and person when predicting burnout among correctional personnel. *Criminal Justice and Behavior*, 14(3), 352-369.
- Griffin, S. P., & Bernard, T. J. (2003). Angry aggression among police officers. *Police quarterly*, 6(1), 3-21.
- Harizanova, S., & Turnovska, T. (2013). BURNOUT AMONG CORRECTIONAL OFFICERS IN BULGARIA. In *ISEE Conference Abstracts 25* (Vol. 2013, No. 1, p. 4887).
- Herberger, J., & Magda, E. (2015). Aggression in prison service personnel and its causation. *The Open Criminology Journal*, 8(1).
- Hornsveld, R. H., & Kraaiaam, F. W. (2022). Psychological factors predicting violent prison inmates' anger and aggression. *Journal of Forensic Psychology Research and Practice*, 1-17.
- Kerekes, N., Apelqvist, S., Fielding, C., Anckarsäter, H., & Nilsson, T. (2018). The prison adjusted measure of aggression (PAMA): psychometric characteristics of a new tool measuring change in aggressive behaviors in correctional settings. *Psychiatry research*, 263, 130-138.
- Klerx-Van Mierlo, F., & Bogaerts, S. (2011). Vulnerability factors in the explanation of workplace aggression: The construction of a theoretical framework. *Journal of forensic psychology practice*, 11(4), 265-292.
- Kratcoski, P. C. (1988). The implications of research explaining prison violence and disruption. *Federal Probation*, 52(1), 27–32.
- Lambert, E. G., Hogan, N. L., Dial, K. C., Jiang, S., & Khondaker, M. I. (2012). Is the job burning me out? An exploratory test of the job characteristics model on the emotional burnout of prison staff. *The Prison Journal*, 92(1), 3-23.
- Lambert, E. G., Hogan, N. L., Griffin, M. L., & Kelley, T. (2015). The correctional staff burnout literature. *Criminal Justice Studies*, 28(4), 397-443.
- Lambert, E. G., Hogan, N. L., Jiang, S., & Jenkins, M. (2009). I am fried: Stressors and burnout among correctional staff. *Corrections Compendium*, 34(2), 16-23.
- Langan, N. P., & Pelissier, B. M. M. (2001). The effect of drug treatment on inmate misconduct in Federal prisons. *Journal of Offender Rehabilitation*, 34, 21–30
- Lindquist, C. A., & Whitehead, J. T. (1986). Burnout, job stress and job satisfaction among southern correctional officers: Perceptions and causal factors. *Journal of Offender Counseling Services Rehabilitation*, 10(4), 5-26.

- Mancheva, R. (2017). *Diagnostika na lichnostta s deviantno povedenie* [Diagnosis of the personality with deviant behavior]. SWU Publishing House "Neofit Rilski".
- Marquart, J. W. (1986). Prison guards and the use of physical coercion as a mechanism of prisoner control. *Criminology*, 24(2), 347-366.
- Maslach, C., S. E. Jackson & M. P. Leiter (1996) *Maslach Burnout Inventory Manual*, Third Edition, Consulting Psychologists, Press Palo Alto, CA.
- McLeod, S. (2020). Stanford prison experiment. *Simply Psychology* Retrieved from www.simplypsychology.org/zimbardo.html
- Morgan, R. D., Van Haveren, R. A., & Pearson, C. A. (2002). Correctional officer burnout: Further analyses. *Criminal Justice and Behavior*, 29(2), 144-160.
- Rugala, E. A., & Isaacs, A. R. (2002). *Workplace violence: Issues in response*. Quantico, VA: Federal Bureau of Investigation Academy
- Safran, D. A., & Tartaglino, A. J. (1996). Workplace violence in an urban jail setting. In G. R. VandenBos & E. Q. Bulatao (Eds.), *Violence on the job: Identifying risks and developing solutions* (pp. 207–216). American Psychological Association
- Schaufeli, W. B., & Peeters, M. C. (2000). Job stress and burnout among correctional officers: A literature review. *International Journal of stress management*, 7(1), 19-48.
- Tewksbury, R., & Collins, S. C. (2006). Aggression levels among correctional officers: Reassessing sex differences. *The Prison Journal*, 86(3), 327-343.
- Tsenova, B. (1992). *Vuprosnik na Maslakh za opredelyane sindroma burnaut (MBI)* [Maslach Burnout Inventory (MBI)]. Natsionalen tsentŭr po higiena, meditsina i ekologiya.
- Zimbardo, F. (2017). *Efektat Lutsifer: Kak dobrite hora stavat zli* [The Lucifer Effect: How good people turn evil]. Iztok-Zapad.