

СТАНОВИЩЕ

от проф. д-р **Кирилка Симеонова Тагарева**- ръководител на катедра Психология на Пловдивски университет “Паисий Хилендарски“,

на дисертационния труд на **Ася Любенова Ковачева**

на тема: „Влияние на професионалния стрес, емоционалната интелигентност и локуса на контрол върху психичното благополучие на хора в зряла възраст“, за присъждане на образователна и научна степен „**доктор**“

в област на висше образование 3. Социални, стопански и правни науки, професионално направление 3.2 Психология, научна специалност „Педагогическа и възрастова психология“

Със заповед на Ректора на Югозападния университет „Неофит Рилски“ Благоевград (ЮЗУ) съм определена за член на научното жури за осигуряване на процедура за защита на дисертационен труд на тема: „Влияние на професионалния стрес, емоционалната интелигентност и локуса на контрол върху психичното благополучие на хора в зряла възраст“ за придобиване на образователната и научна степен ‘доктор’ в област на висше образование 3. Социални, стопански и правни науки, професионално направление 3.2. Психология, научна специалност Педагогическа и възрастова психология. Автор на дисертационния труд е Ася Ковачева, докторантка към катедра „Психология“, с научен ръководител доц. д-р Наташа Ангелова.

Представеният дисертационен труд е с обем от 217 страници, обособени в увод, три глави, дискусия и изводи, ограничения на изследването, заключение, приноси, публикации по темата, използвана литература, приложения. Библиографската справка включва 415 източника. В изложението са включени 34 таблици и 45 фигури.

Дисертационният труд на Ася Ковачева е посветен на изучаването на психичното благополучие на хора в зряла възраст. Проблемът е значим и актуален в научно и научно-приложно отношение, защото кореспондира със здравето и качеството на живот на хората. В приложен аспект актуалността на темата се открива в търсенето на пътища за намаляване за повишаване на удовлетвореността от живота при възрастните. От тази позиция трябва да оценим разработката на представения дисертационен труд като съществен принос към изследователската практика в областта на позитивната психология и в областта на възрастовата психология. Основната цел, която си поставя Ася Ковачева е да се проучи влиянието на професионалния стрес, емоционалната интелигентност, локуса на контрола върху удовлетвореността от живота при българи, живеещи в България и извън нея. Задачите, които си поставя дисертантката са свързани с изучаването на четири конструкта: работният стрес, емоционалната интелигентност, локуса на контрол и

удовлетвореността от живота. Издигнати са три хипотези: 1: Предполага се, че съществуват статистически значими различия в зависимост от социално-демографските фактори пол, възраст, образование, семейно положение и местоживее по отношение на изучаваните конструкти. 2: Предполага се, че съществуват статистически значими връзки между изследваните конструкти. 3: Предполага се, че работният стрес, локусът на контрол и емоционалната интелигентност са значими предиктори на удовлетвореността от живота.

В съответствие с поставената цел и задачи, Ася Ковачева избира да приложи четири инструмента:

1. Професионален стрес индекс - Job Stress Index (JSI). Инструментът измерва конфликта между работата и семейството, както и фактори от индивидуален, организационен и социален характер, свързани с преживяването на стреса.

2. Скала за емоционална интелигентност на Шуте - Schutte Emotional Intelligence Scale (SEIS). Скалата изследва емоционалната интелигентност като субективна оценка за способността да се разпознават, разбират, регулират и използват собствените емоции. Методиката е адаптирана за българските условия (Стоянова, 2008).

3. Скала за субективен контрол (локус на контрол). В изследването е използвана методиката „Локус на контрола“, публикувана от Н. Витанова и А. Шишков (2004).

4. Скала за удовлетвореност от живота - Satisfaction with Life Scale (SWLS). SWLS измерва общата когнитивна оценка за удовлетвореността от живота, без да включва емоционалния компонент. Използван е превода на М. Бакрачева.

Обработката на данните е извършена чрез IBM SPSS Statistics, версия 23.

В емпиричното изследване, проведено от А. Ковачева, участват общо 412 българи на възраст от 18 до 70 години, като половината от тях живеят в България, а другата половина – в чужбина. Жените са приблизително 63% от изследваните лица, а мъжете- 37%. Получените резултати са акуратно анализирани и представени в таблици и фигури.

Направените от дисертантката изводи са логическо следствие от получените резултати. Анализът на резултатите от проведеното изследване доказват, че трите хипотези се потвърждават частично. Оказва се, че единствено емоционалната интелигентност се утвърждава като статистически значим устойчив предиктор на удовлетвореността от живота. Освен това, анализът на получените в изследването резултати сочи липса на самостоятелен предиктивен ефект на локуса на контрол и работния стрес. Авторката предполага, че влиянието им върху психичното благополучие се реализира съвместно с други личностни и социални фактори.

Научно-приложните приноси в дисертационния труд се заключават в провеждането на оригинално проучване на работния стрес, емоционалната интелигентност, локуса на контрол и удовлетвореността от живота при българи в зряла възраст, живеещи у нас и в

чужбина. Приемам научните приноси, които отговарят на съдържанието на дисертационния труд и се заключават в следното:

1. На базата на осъществен теоретичен анализ са интерпретирани съвременни схващания за професионалния стрес, емоционалната интелигентност, локуса на контрол и психичното благополучие.

2. Потвърдени са добрите психометрични характеристики на използваната методика за работен стрес.

3. Проведено е оригинално емпирично проучване в научното поле на изследваната проблематика у нас относно благополучието на българи у нас и в чужбина. Установено е, че емоционалната интелигентност е единственият статистически значим и устойчив предиктор на удовлетвореността от живота. А от компонентите на емоционалната интелигентност, мотивацията за преодоляване на трудности има най-съществен принос за обяснение на психичното благополучие.

4. Установени са статистически значими различия по основни социално-демографски характеристики и значими взаимовръзки между работния стрес, локуса на контрол, емоционалната интелигентност и удовлетвореността от живота. Установени са на статистически значими различия във възрастов план по отношение на локуса на контрол и удовлетвореността от живота.

5. Емпиричните данни дават основание да се заложат специфични дейности за насърчаване на емоционалната интелигентност при развитието на образователни, социални политики, психокорекционни практики и здравни стратегии, които целят промотирането на позитивното психично развитие и здраве.

Заключение

Дисертационният труд показва, че докторантката Ася Любенова Ковачева притежава задълбочени теоретични знания и професионални умения, като демонстрира качества и умения за самостоятелно провеждане на научно изследване.

Поради гореизложеното, убедено давам своята **положителна оценка** за проведеното изследване, представено от рецензираните по-горе дисертационен труд, автореферат, постигнати резултати и приноси, и предлагам на почитаемото научно жури да присъди образователната и научна степен ‘доктор’ на **Ася Любенова Ковачева** в област на висше образование: Социални, стопански и правни науки, професионално направление Психология, научна специалност „Педагогическа и възрастова психология“.

20.07.2026 г.

Изготвил становището:

/проф. д-р Кирилка Тагарева/

STANDPOINT

by Prof. **Kirilka Simeonova Tagareva** PhD - head of the Department of Psychology of Plovdiv University "Paisiy Hilendarski"

on **Asya Lyubenova Kovacheva**'s dissertation

on the topic: **"Influence of occupational stress, emotional intelligence and locus of control on the psychological well-being of adults"**

for awarding the educational and scientific degree **"doctor"**

in the field of higher education 3. Social, economic and legal sciences, professional direction 3.2 Psychology, scientific specialty "Pedagogical and age psychology"

By order of the Rector of the Southwestern University "Neofit Rilski" Blagoevgrad (SWU), I have been appointed as a member of the scientific jury to ensure a procedure for the defense of a dissertation on the topic: "Influence of occupational stress, emotional intelligence and locus of control on the psychological well-being of adults" to acquire the educational and scientific degree 'doctor' in the field of higher education 3. Social, economic and legal sciences, professional direction 3.2. Psychology, scientific specialty Pedagogical and age psychology. The author of the dissertation is Asya Kovacheva, a doctoral student at the Department of Psychology, supervised by Assoc. Prof. Natasha Angelova, PhD.

The presented dissertation has a volume of 217 pages, divided into an introduction, three chapters, discussion and conclusions, limitations of the study, conclusion, contributions, publications on the topic, references, and appendices. The bibliographic reference includes 415 sources. The presentation includes 34 tables and 45 figures.

The dissertation of Asya Kovacheva is dedicated to the study of the psychological well-being of adults. The problem is significant and relevant in a scientific and applied scientific sense, because it directly corresponds to the health and quality of life of people. In an applied aspect, the relevance of the topic is found in the search for ways to increase life satisfaction among adults. From this position, we must evaluate the development of the presented dissertation as a significant contribution to research practice in the fields of positive psychology and developmental psychology. The main goal that Asya Kovacheva sets for herself is to investigate the influence of occupational stress, emotional intelligence and locus of control on life satisfaction among Bulgarians living in Bulgaria and abroad. The tasks that the doctoral student sets for herself are related to the study of four constructs: occupational stress, emotional intelligence, locus of control and life satisfaction. Three hypotheses are put forward: 1: It is

assumed that there are statistically significant differences depending on socio-demographic factors – gender, age, education, family status and place of residence – with regard to the studied constructs. 2: It is assumed that there are statistically significant relationships between the investigated constructs. 3: It is assumed that occupational stress, locus of control and emotional intelligence are significant predictors of life satisfaction.

In accordance with the set goal and tasks, Asya Kovacheva chooses to apply four instruments:

1. Job Stress Index (JSI). The instrument measures the conflict between work and family, as well as factors of an individual, organisational and social nature related to the experience of stress.

2. Schutte Emotional Intelligence Scale (SEIS). The scale investigates emotional intelligence as a subjective assessment of the ability to recognise, understand, regulate and use one's own emotions. The instrument has been adapted for Bulgarian conditions (Stoyanova, 2008).

3. Locus of Control Scale (locus of control). The study used the "Locus of Control" instrument published by N. Vitanova and A. Shishkov (2004).

4. Satisfaction with Life Scale (SWLS). The SWLS measures the overall cognitive assessment of life satisfaction, without including the emotional component. The translation by M. Bakracheva was used.

Data processing was performed using IBM SPSS Statistics, version 23.

A total of 412 Bulgarians aged between 18 and 70 years participated in the empirical study conducted by A. Kovacheva, with half of them living in Bulgaria and the other half abroad. Women account for approximately 63% of the participants, and men – 37%. The obtained results are carefully analysed and presented in tables and figures.

The conclusions drawn by the doctoral student are a logical consequence of the obtained results. The analysis of the results of the conducted research demonstrates that the three hypotheses are partially confirmed. It transpires that emotional intelligence alone is established as a statistically significant and stable predictor of life satisfaction. Furthermore, the analysis of the result obtained in the study indicates the absence of an independent predictive effect of locus of control and occupational stress. The author suggests that their influence on psychological well-being is realised jointly with other personal and social factors.

The applied scientific contributions in the dissertation consist in conducting an original study of occupational stress, emotional intelligence, locus of control and life satisfaction among Bulgarian adults living in Bulgaria and abroad. I accept the scientific contributions that

correspond to the content of the dissertation work and conclude in the following:

1. On the basis of a theoretical analysis, contemporary views on occupational stress, emotional intelligence, locus of control and psychological well-being have been interpreted.
2. The good psychometric characteristics of the applied instrument for occupational stress have been confirmed.
3. An original empirical study has been carried out in the scientific field of the studied problem regarding the well-being of Bulgarians living in Bulgaria and abroad. It has been established that emotional intelligence is the only statistically significant and stable predictor of life satisfaction. Furthermore, among the components of emotional intelligence, the motivation to overcome difficulties makes the most significant contribution to explaining psychological well-being.
4. Statistically significant differences according to key socio-demographic characteristics and significant interrelationships between occupational stress, locus of control, emotional intelligence and life satisfaction have been established. Statistically significant age-related differences with regard to locus of control and life satisfaction have been established.
5. The empirical data provide grounds for embedding specific activities to promote emotional intelligence in the development of educational and social policies, psychocorrective practices and healthcare strategies aimed at promoting positive mental development and health.

Conclusion

The dissertation shows that the doctoral student Asya Lyubenova Kovacheva possesses in-depth theoretical knowledge and professional skills, demonstrating qualities and skills for independent conduct of scientific research.

Due to the above, I confidently give **my positive assessment** of the conducted research, presented by the above-reviewed dissertation work, abstract, achieved results and contributions, and I propose to the honorable scientific jury to award the educational and scientific degree "doctor" to **Asya Lyubenova Kovacheva** in the field of higher education: Social, economic and legal sciences, professional direction Psychology, scientific specialty "Pedagogical and age psychology".

20.07.2026

Prepared the standpoint:

/Prof. Kirilka Tagareva, PhD /