

РЕЦЕНЗИЯ

на

дисертационен труд на тема:

„Благополучие в трудни житейски ситуации“

Автор: доц. д-р Цветелина Михайлова

ЮЗУ „Неофит Рилски“

Рецензент: проф. д.пс.н. Людмил Георгиев

СУ „Свети Климент Охридски“

Още в началото на рецензията си бих искал да споделя, че отдавна не бях срещал автор, който представя труд за получаване на научната степен „Доктор на науките“ или т.нар. „голям докторат“, както е популярно да се нарича тази процедура в нашите академични среди. След драматичните промени в стария „Закон за академичните степени и звания“ и приемането на новия „Закон за развитие на академичния състав“ преди десетина години, след премахването на научните съвети и ВАК, и предоставянето на свобода на университетите да присъждат научни степени и академични длъжности, съпътствана понякога с откровени недоразумения, „големият докторат“ някак си се обезцени, тъй като масово се възприе възможността кандидатите да стават професори без тази авторитетна научна степен. Не искам да влизам в подробности, защото те са до болка известни – броят на професорите достигна невиджани висоти за 6 милионна България, който може да бъде сравнен само с броя на генералите, голяма част от които също така са стигнали до своето ниво на некомпетентност. Така че, що се отнася до настоящата процедура, бих искал искрено да поздравя доц. д-р Цветелина Михайлова за нейната научна коректност да следва тази изпитана във времето наша българска университетска традиция.

В продължение на тези предварителни думи мога да споделя и моето удовлетворение от избора на тема и на нейната проверка в такава житейска

ситуация, каквато е наблюдаваната в световен мащаб пандемия, породена от новия коронавирус или Ковид 19, както популярно се нарича. Вече 20 години чета лекционен курс „Екзистенциална психология“ в магистърската програма „Клинична психология“, а от десетина години и курса „Културни модели на екзистенциалните преживявания“ в магистърската програма „Психология на здравето“ в СУ „Свети Климент Охридски“, и имам впечатление от начина, по който студентите възприемат психологическото обучение в екзистенциалните преживявания на хората, тъй като западната университетска традиция, към която се присъединихме отдавна, в достатъчна степен пренебрегва или поне изолира от вниманието си в продължение на години екзистенциалната проблематика. Интересното в тази процедура и в този текст е, че авторката предпочита да интерпретира тази съвременна, определено екзистенциална криза, породена от Ковид 19, през конструкта благополучие, а не, да речем, през метафизичното безпокойство и тревожност или през емпиричния страх от смъртта, регулиращи мисленето и поведението на хората през цялото време на пандемията, чиито край така и не е обявен. И това изглежда не е никак случайно като се имат предвид установените в западните университетски среди и смятани за безспорни *научни критерии*, чието безпрекусловно спазване гарантира академична кариера. За какво всъщност става дума?

Известно е, че подобно на редица други психологически направления и школи, екзистенциалната проблематика навлиза в западната психология извън нейните академични традиции, отвъд университетските изисквания за *научно изследване*, което задължително трябва да бъде подчинено на привнесените от естествените науки методология и инструментариум. Това подчертават и Роло Мей, и Ървин Д. Ялом – основоположниците на американската екзистенциална психотерапия, а причините за този факт те търсят и намират във все същата тази догматичност на университета – тъй като той е този, който дава научните степени и звания, екзистенциалният

психолог или екзистенциалният психотерапевт, които желаят да правят и научна кариера, трябва да се съобразяват с тези изисквания, защото в противен случай няма как да сбъднат мечтата си. Проблемът в случая е, че екзистенциалните преживявания трудно, за да не кажа почти невъзможно, се поддават на несъмнената и толкова необходима за академичния наглед *операционализация*, чрез която те да бъдат изследвани съгласно приетите за безспорни математически и статистически процедури – метафизичното безпокойство и емпиричният страх от смъртта или агонията и последните житейски мигове не могат да бъдат „*операционализирани*“ по този начин, а това се отнася и за смисъла на живота, и за суицидните намерения в строго определен смисъл, и за свободата и несвободата, и за любовта, и радостта, и т.н. Парадоксът е, поне що се отнася до психотерапията, че независимо от едно или друго етикетирание на съответния подход, всяка психотерапия е по същество и екзистенциална психотерапия, тъй като тя се намесва в живота на човека с опцията да подобри неговото качество, да го направи по-добър. Оказва се, че екзистенциалните психолози и психотерапевти са някак си предварително лишени от академично признание, докато университетските клинични психолози са склонни на редица компромиси с оглед научната кариера. Разбира се, има някои изключения, но общото правило е това, а от такава гледна точка Зигмунд Фройд, Алфред Адлер, Виктор Франкъл, Карл Густав Юнг и редица други впечатляващи имена в историята на психологията много трудно биха защитили дори магистърска теза по психология, имайки предвид споменатите университетски изисквания за академична кариера, тоест задължителното „*емпирично изследване*“, макар че университетската психология и досега не си е отговорила на въпроса: какво наистина разбира под „*емпирично*“?...

Интересно е, че преди няколко десетилетия все пак екзистенциалната проблематика започна да навлиза полека в полезрението на традиционната западна университетска психология чрез такива конструкти като психично

здраве, щастие и т.н., и, разбира се, *благополучието*, всички те отнесени по-скоро към „нормалното“, отколкото към „патологичното“ психично функциониране. Убеждението на университетските психолози беше и все още е, че тези конструкти подлежат на толкова важната *операционализация* и могат, следователно, да бъдат изследвани чрез стандартните процедури – математически и статистически. Разбира се, подобна вяра може да бъде тотално срината, ако бъде проверена чрез адекватна епистемологическа и философска критика, но тук такава нито е възможна, нито е необходима – в случая си позволих този коментар, за да се опитам да вникна в опасенията, намеренията и очакванията на доц. Цветелина Михайлова, още повече, че тя „идва“ в университетската психология от други области на знанието и социалната практика на по-късен етап в своето житейско израстване, което вероятно обяснява и нейния подход към излагане на избраната проблемна област.

В структурно отношение дисертационният труд е композиран чрез увод, пет глави, заключение, дефинирани научни приноси и приложения, разположени в обем от 561 стандартни страници. Използвани са повече от впечатляващите 1232 литературни източника, от които 499 на кирилица и 733 на латиница – през годините съм рецензирал десетки „малки“ и „големи“ дисертации и спокойно мога да кажа: „Рецензирам, следователно съществувам!“, но си признавам, че не съм срещал дисертационен труд, в който са посочени толкова литературни източника. Така или иначе, във формален аспект дисертацията изпълнява изискванията за подобен тип разработки.

В увода авторката споделя своите предпочитания към избраната тема и факта, че ще изследва преживяването на екзистенциалната криза или ситуацията на пандемия, породена от Ковид 19 в България, а също така и нейните основания да навлезе в тази област чрез благополучието, които, струва ми се, вече са разбираеми, макар и неексплицирани от нея.

Интересно е, че преди уводните думи са представени списък на таблиците и фигурите в текста – съответно 105 и 63. Също така изненадващо, макар и оправдано, според мен, веднага след уводните думи са изведени и изследователските хипотези – една основна и четири работни: изненадващо, защото обикновено хипотезите се споделят едва след теоретичната част, в началото на самото изследване; оправдано, защото тук всяка глава съдържа изследване или коментари към изследване, което прави съвсем логично решението на авторката да формулира хипотезите си още в началото.

Първата глава е посветена на общото представяне на благополучието в западната и българската психология, водещи изследвания и собствено авторовите проучвания в ситуацията на Ковид 19. Твърде подробно в обем от 150 стандартни страници са описани субективното, психичното, психосоциалното и социалното благополучие. Тук съм длъжен да споделя приятното впечатление, което прави нейната свободна и прецизна интерпретация на получените от изследванията й данни.

Втората глава, в която са представени видовете и категориите на конструкта благополучие, следва същата логика – едновременно са споделени както общотеоретичните съдържания на понятията, така и конкретните им проявления в ситуацията на пандемията от Ковид 19. Тук акцентът е поставен върху емоционалното благополучие, което включва позитивни и негативни емоции, преживявани в тази екзистенциална криза. Остава да добавя, че и тази глава е внушителна по своите размери – 135 стандартни страници, тоест повече от половината текст е посветена на теоретичната и изследователска интерпретация на благополучието.

Трета глава продължава тази последователност и благополучието е изследвано във връзка с адаптивността и здравето, конкретизирани в тази ситуация на Ковид 19. Представени са и такива конструкти от етническата и крос-културната психология като инкултурацията и акултурацията, чрез

които може би се търси връзка между преживяването на кризата с оглед културната принадлежност. Наскоро изнесох пленарен доклад на тема: „Западните „революции“ и източните „диктатури“ в ситуацията на пандемията Ковид 19“ на една Международна конференция, така че от моя гледна точка приветствам този подход, макар че авторката е могла да го разгърне още по-пространно. Иначе проблематиката в тази глава можеше да бъде включена в предишните две глави, тъй като нейният обем – само 24 стандартни страници създава впечатление за асиметричност на фона на внушителните по своите размери първа и втора глави.

Четвъртата глава, съвсем логично, е посветена на интерпретацията и преживяванията на трудни житейски ситуации, те са показани чрез стреса, и са представени някои видове проблемни ситуации като изключителни / екстремни, критична, кризисна и конфликтна ситуации. Обемът на тази глава е 48 стандартни страници.

Петата глава е посветена на представянето на различни стратегии за справяне и преодоляване на проблемните житейски ситуации като копинг-стратегии и тяхната връзка с благополучието. Този анализ има за цел да ни отведе към интерпретация на специфичните мерки за подобряване на благополучието в преживяването на пандемията от Ковид 19 от хората в България, споделени от авторката в края на главата, разположена в обем от 49 стандартни страници.

В заключението авторката обобщава инструментариума, извадките и резултатите от проведените от нея три изследвания, а също така и начина, по който тези резултати се отнасят с хипотезите. Оказва се, че основната хипотеза се потвърждава – представен е подробен анализ, а същото се отнася и за останалите четири работни хипотези. Разбира се, тук ще спестя подробното описание на изследванията и резултатите, защото то би надхвърлило далеч обема на изискванията за една рецензия, още повече, че съм сигурен, че авторката ще ги представи в своята презентация, както

впрочем по всяка вероятност и колегите в своите рецензии и становища. За мен далеч по-важно е тук да обобщя, че независимо от споделените по-горе забележки, доц. Цветелина Михайлова в своя дисертационен труд се представя като автор с богата теоретична психологическа култура и с безспорни изследователски качества, които проличават в целия текст. Още повече, независимо от личните предпочитания на рецензента, „големият докторат“ е в крайна сметка личен творчески продукт, чрез който трябва да бъдат оценявани достойнствата на авторката, а не дали нейните тези са съзвучни или не с разбиранията на оценяващия ги.

Съществен компонент и заедно с това едно от важните изисквания на рецензирането е степента на съвпадение между представите на авторката и тези на рецензента за формулираните научни приноси. И тук, особено от гледна точка на една лична „естетика“ на рецензента, бих споделил малко страскащото за мен извеждане на шест „подприноса“ на 8-мия принос. Освен това, струва ми се, че някои приноса биха могли да бъдат доста съкратени или по-скоро обобщени, подобно на третия и шестия, тъй като в този си вид са достатъчно подробни, повтаряйки тези, които вече са представени в основния текст. Така или иначе, приемам научните приноси, които доц. Цветелина Михайлова е представила като постижения на своя дисертационен труд.

Що се отнася до забележките, които също така са изискване към едно рецензиране, бих казал, че те вече бяха споделени от мен по-горе, така че тук мога да споделя моите не толкова препоръки, колкото пожелания към бъдещите изследователски търсения на авторката. Ако тя продължи да има интерес към екзистенциалната криза, породена от пандемията Ковид 19, която всъщност още не е приключила – не се знае как ще се развият нещата през зимата и пролетта на следващата година, макар че дори и тя да не се развие психичните травми досега ще продължават да влияят върху преживяванията на хората, то за мен ще представлява интерес тя да се

опита да ги изследва и през други преживявания, не толкова или само чрез благополучието, макар и те да не „подлежат на операционализация“. Имам предвид страха от смъртта, суицидните намерения, агресията и най-вече смисъла на живота. Разбира се, това е само мое лично пожелание, което авторката може да приеме като предизвикателство, но с което може и да не се съобрази.

В заключение, имайки предвид психологическата и изследователска култура на доц. Цветелина Михайлова, и нейните безспорни качества, демонстрирани в нейния дисертационен труд на тема: „Благополучие в трудни житейски ситуации“, си позволявам да препоръчам на уважаемите членове на достопочтенното жури да ѝ даде исканата от нея научна степен „Доктор на науките“. Считам, че това ще бъде адекватна оценка за нейните усилия, но заедно с това и предпоставка за бъдещо вдъхновение в опитите ѝ за навлизане в необятните дебри на психологическото познание.

21.09. 2020 г.

С о ф и я

Рецензент:

(проф. д.пс.н. Людмил Георгиев)

REVIEW

of a dissertation on the topic:

“Well-being in difficult life situations”

Author: Assoc. Prof. Tsvetelina Mihaylova, Ph.D.

South-West University “Neofit Rilski”

Reviewer: Prof. Lyudmil Georgiev, Sc. D.

Sofia University “St. Kliment Ohridski”

At the very beginning of my review, I would like to share that I have not met an author for a long time who presents work for obtaining the scientific degree “Doctor of Science” or the so-called “Big doctorate”, as this procedure is popularly called in our academic groups. After the dramatic changes in the old “Law on Academic Degrees and Titles” and the adoption of the new “Law on the Development of Academic Staff” ten years ago, after the abolition of scientific councils and the Higher Attestation Commission, and the giving universities the freedom to award degrees and academic positions, sometimes accompanied by obvious misunderstandings, the “Big doctorate” was somehow devalued, as the possibility of candidates becoming professors without this authoritative degree was widely accepted. I do not want to go into details, because they are painfully known - the number of professors has reached unprecedented heights for 6 million population of Bulgaria, which can only be compared with the number of generals, many of whom have also reached their level of incompetence. So, as far as the current procedure is concerned, I would like to sincerely congratulate Assoc. Prof. Tsvetelina Mihaylova, Ph.D. for her scientific correctness to follow this time-tested Bulgarian university tradition.

Besides of these introductory words, I can share my satisfaction with the choice of topic and its verification in such a life situation as the worldwide observed pandemic caused by the new coronavirus or COVID-19, as it is popularly called. For 20 years I have been giving a lecture course “Existential

Psychology” in the master’s program “Clinical Psychology”, and for ten years the course “Cultural Models of Existential Experiences” in the master’s program “Psychology of Health” at Sofia University “St. Kliment Ohridski”, and I have an impression from the way students perceive psychological learning in people’s existential experiences, as the Western university tradition, which we joined long ago, sufficiently ignores or at least isolates from its attention for years the existential problems. The interesting thing about this procedure and this text are that the author prefers to interpret this contemporary, definitely existential crisis caused by COVID-19, through the construct of well-being, and not, say, through metaphysical anxiety and worry or the empirical fear of death, regulating the thinking and behaviour of people throughout the pandemic, the end of which has never been announced. And this does not seem to be a coincidence at all, given the established in Western university societies and considered indisputable scientific criteria, the unconditional observance of which guarantees an academic career. What is it really about?

It is known that, like several other psychological fields and schools, existential problems enter Western psychology beyond its academic traditions, beyond the university requirements for *scientific research*, which must be subordinated to the methodology and tools introduced by the natural sciences. This is emphasized by both Rollo May and Irwin D. Yalom, the founders of American existential psychotherapy and the reasons for this fact are sought and found in the same dogmatism of the university - because he is the one who gives degrees and titles, the existential psychologist or the existential psychotherapist, who also wants to make a scientific career, must comply with these requirements, because otherwise, they will not be able to make their dream come true. The problem, in this case, is that existential experiences are difficult, not to say almost impossible, to succumb to the undoubted and so necessary for the academic view *operationalization*, through which they can be studied according to the accepted indisputable mathematical and statistical procedures - metaphysical anxiety and

the empirical fear of death or agony and the last moments of life cannot be “*operationalized*” in this way, and this applies to the meaning of life, to suicidal intentions in a strictly defined sense, and freedom and non-freedom, and for love, and joy, etc. The paradox is, at least as far as psychotherapy is concerned, that regardless of one or another labelling of the respective approach, every psychotherapy is essentially existential psychotherapy, as it intervenes in a person’s life with the option to improve his quality, to make it better. It turns out that existential psychologists and psychotherapists are somehow deprived of academic recognition in advance, while university clinical psychologists are prone to many trade-offs in terms of scientific careers. Of course, there are some exceptions, but the general rule is this, and from that point of view Sigmund Freud, Alfred Adler, Victor Frankl, Carl Gustav Jung and many other impressive names in the history of psychology would find it very difficult to defend even a master’s thesis in psychology, bearing in mind the before mentioned university requirements for an academic career, that is, the compulsory “*empirical research*”, although university psychology has not yet answered the question: what does it really mean by “*empirical*”? ...

Interestingly, a few decades ago, however, existential problems began to slowly enter the field of view of traditional Western university psychology through such constructs as mental health, happiness, etc., and, of course, *well-being*, all of which were rather related to “Normal” than to “pathological” mental functioning. The belief of university psychologists was and still is that these constructs are subject to such important operationalization and can, therefore, be studied through standard procedures - mathematical and statistical. Of course, such a belief can be completely destroyed if it is tested by adequate epistemological and philosophical criticism, but here such is neither possible nor necessary - in this case I allowed myself this comment to try to understand the fears, intentions and the expectations of Assoc. Prof. Tsvetelina Mihaylova, moreover, that she “comes” to university psychology from other fields of

knowledge and social practice at a later stage in her life, which probably explains her approach to exposing the chosen problem area.

Structurally, the dissertation is composed of an introduction, five chapters, a conclusion, defined scientific contributions and applications, found in a volume of 561 standard pages. More than an impressive 1,232 literary sources have been used, of which 499 in Cyrillic and 733 in Latin - over the years I have reviewed dozens of “small” and “large” dissertations and I can safely say: “I am reviewing, therefore I exist!”, But I admit that I have not come across a dissertation in which so many literary sources are cited. In any case, in a formal aspect, the dissertation fulfils the requirements for this type of development.

In the introduction, the author shares her preferences for the chosen topic and the fact that she will explore the experience of the existential crisis or the situation of a pandemic caused by COVID-19 in Bulgaria, as well as its reasons to enter this area through well-being, which I think, are already understandable, though unexplained by her. It is interesting that before the introductory words a list of tables and figures in the text is presented - 105 and 63, respectively. Also surprisingly, although justified, in my opinion, immediately after the introduction words the research hypotheses are derived - one main and four work ones: surprising, because usually the hypotheses are shared only after the theoretical part, at the beginning of the research itself; justified, because here each chapter contains research or comments on the research, which makes quite logical the author’s decision to formulate her hypotheses at the beginning.

The first chapter is devoted to the general presentation of well-being in Western and Bulgarian psychology, leading research, and the author’s research in the situation of COVID-19. Subjective, mental, psycho-social, and social well-being are described in great detail in a volume of 150 standard pages. Here I am obliged to share the pleasant impression made by her free and precise interpretation of the data obtained from her research.

The second chapter, which presents the types and categories of the construct well-being, follows the same logic - both the general theoretical contents of the concepts and their specific manifestations in the situation of the COVID-19 pandemic are shared. Here the emphasis is on emotional well-being, which includes positive and negative emotions experienced in this existential crisis. It is still to add that this chapter is also impressive in its size - 135 standard pages, more than half of the text is dedicated to the theoretical and research interpretation of well-being.

Chapter Three continues this sequence, and well-being is studied in relation to adaptability and health, concretized in this situation of COVID-19. Constructs of ethnic and cross-cultural psychology such as inculturation and acculturation are also presented, through which a connection between experience may look for the crisis in terms of cultural affiliation. I recently delivered a plenary report on “Western “revolutions” and Eastern “dictatorships” in the context of the COVID-19 pandemic” at an international conference, so from my point of view, I welcome this approach, although the author could have developed it even more. Otherwise, the problems in this chapter could be included in the previous two chapters, as its volume - only 24 standard pages creates the impression of asymmetry against the background of the impressive in size the first and second chapters.

The fourth chapter, quite logically, is dedicated to the interpretation and experience of difficult life situations, they are shown through stress, and present some types of problem situations such as unique/extreme, critical, crisis and conflict situations. The volume of this chapter is 48 standard pages.

The fifth chapter is devoted to the presentation of various strategies for dealing with and overcoming problematic life situations such as coping strategies and their relationship to well-being. This analysis aims to lead us to an interpretation of the specific measures to improve the well-being in the experience of the COVID-19 pandemic by people in Bulgaria, shared by the author at the end of the chapter, placed in a volume of 49 standard pages.

In the conclusion, the author summarizes the tools, samples, and results of her three studies, as well as how these results relate to the hypotheses. It turns out that the main hypothesis is confirmed - a detailed analysis is presented, and the same applies to the other four working hypotheses. Of course, here I will save the detailed description of the research and the results because it would far exceed the scope of the requirements for a review, especially since I am sure that the author will present them in her presentation, as well as colleagues in their reviews and opinions. For me, it is far more important to summarize here that despite the above remarks, Assoc. Prof. Tsvetelina Mihaylova in her dissertation presents herself as an author with a rich theoretical psychological culture and indisputable research qualities that are evident throughout the text. Moreover, regardless of the personal preferences of the reviewer, the “great doctorate” is ultimately a personal creative product through which the author’s honours must be assessed, not whether her theses are in tune with the evaluator’s understanding.

An essential part and at the same time, one of the important requirements of the review is the degree of coincidence between the author’s and the reviewer’s ideas about the formulated scientific contributions. And here, especially from the point of view of a personal “aesthetics” of the reviewer, I would share the slightly frightening for me output of six “contributions” to the 8th contribution. Furthermore, it seems to me that some of the contributions could be quite abbreviated or rather summarized, like the third and sixth, as they are in sufficient detail in this form, repeating those already presented in the main text. In any case, I accept the scientific contributions that Assoc. Prof. Tsvetelina Mihaylova has presented as achievements in her dissertation.

As for the remarks, which are also a requirement for a review, I would say that they have already been shared by me above, so here I can share not so much my recommendations as my wishes for the author’s future research. If she continues to be interested in the existential crisis caused by the COVID-19 pandemic, which is not over yet - it is not known how things will develop in the

winter and spring of next year, although even if it does not develop, the mental trauma so far will continue to influence people's experiences, it will be in my interest for her to try to explore them through other experiences, not so much or only through well-being, although they are not "subject to operationalization". Mean the fear of death, suicidal intentions, aggression, and most of all the meaning of life. Of course, this is just my personal wish, which the author may accept as a challenge, but with which she may not comply.

In conclusion, having in mind the psychological and research culture of Assoc. Prof. Tsvetelina Mihaylova, and her indisputable qualities, expressed in her dissertation on the topic: "Well-being in difficult life situations", I dare to recommend the esteemed members of the honourable jury to give her the requested from her scientific degree "Doctor of Science". I believe that this will be an adequate assessment of her efforts but at the same time a prerequisite for future inspiration in her attempts to enter the vast depths of psychological knowledge.

21.09.2020

Sofia

Reviewer:

(Prof. Lyudmil Georgiev, Sc. D)