



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

Докторска дисертация
за придобиване на образователно-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”

*«Самоуважение, тревожност и модели на междуличностни
отношения сред ученици в горна училищна възраст от Р.
Гърция»*

Докторант: Константинос Апостолос Тафилис
Научен ръководител: Доц. д-р Стоил Мавродиев

Благоевград, 2021 г.

Публичната Защита на дисертацията ще се състои на 22 октомври 2021 г. от 12 ч. в зала 210А, Първи корпус на ЮЗУ „Неофит Рилски“ – Благоевград, или в платформата BigBlueButton, пред научно жури.

Материалите за защитата са налични в секретарския кабинет на катедра „Психология“ на трети етаж, Първи корпус на Югозападен университет „Неофит Рилски“ - Благоевград

УВОД

Изследването, което ще бъде представено, обсъжда ролята на самооценката, безпокойството, увереното поведение и междуличностните отношения сред девойки и младежи. Концептуализацията на факторите, които се изследват в настоящото проучване, могат да бъдат поставени в областта на приложение на Позитивната психология. Един от най-изявените представители на движението за Позитивна психология, Селигман, за разлика от преобладаващите тенденции в психологията, на които се набляга в психопатологията и негативните емоции, посочва, че висшата цел на позитивната психология е да идентифицира и разбере концепциите и идеите, които дават възможност на човешките същества да процъфтяват, да изпитват щастие и радост в своята общност и в обществото (Пезиркианидис Pezirkianidis, 2020).

Фокусът на изследването е взаимовръзката на субективните изживявания на самооценката с чувствата на безпокойство, уверено отношение и междуличностните отношения, по начина, по който те се изразяват посредством употребата на уебстраници за установяване на социални контакти, които са завладели социалния живот на хората. Юношите на възраст от 13 до 16 години, които са ученици в прогимназиите, играят важна роля в настоящото изследване. Моята цел, да изследвам научно гореспоменатите концепции, е обоснована от факта, че многогодишният ми опит като учител в гимназиите ме е накарал да осъзная важността на взаимодействието между самочувствие, безпокойство, и междуличностни проблеми, не само по отношение на субективното благосъстояние на младите ученици, но също

така и в обучителната практика и постигането на целите на образованието.

В така очертаните граници, настоящите възгледи могат да разширят дискусията относно концепциите и връзките между тях, които представляват изследователските цели на настоящото проучване. На първо място, ще разгледам концепцията за самооценката - самочувствието като една от най-масово изследваните идеи в психологическите проучвания. Самочувствието е описание на стойността, която хората поставят на самите себе си и която осигурява и допринася за самопознанието на индивида. По този начин, високото самочувствие е взаимосвързано с по-позитивна оценка за себе си, докато ниското самочувствие се свързва с неблагоприятна оценка за себе си. Важно е все пак, да се посочи, че високото или ниското самочувствие не е задължително в резултат от точна или балансирана обоснованост, а е по-скоро въпрос на лично възприятие и отразява личните вярвания на човека. И макар че все още няма потвърждения за причинно-следствена връзка между самочувствие и благосъстояния, между тези две концепции съществува ключова свързаност. Проучванията подкрепят факта, че високата самооценка е свързана с по-малко стресиращи преживявания, тя също така повишава инициативността и положителните емоции (Баумайстер и колектив Baumeister, et al., 2003). Освен това, доказано е, че високата самооценка подпомага за интернализиране на значимите (любими, най-важни) други личности в живота на индивида по положителен начин (Ман и колектив Mann, et al., 2004).

Тревожните разстройства, като например, фобия, социална фобия, генерализирано тревожно разстройство са

сред често срещаните проблеми с психичното здраве, пред които се изправят юношите в днешно време (Давила и колектив Davila et al., 2008). Всички бурни промени, които се случват по време на юношеството, от гледна точка на биологията, а именно пубертетът, имат своето въздействие върху повишените нива на тревожност през този период на живота (Риърдън и колектив Reardon, et al., 2009). В допълнение, отношенията с връстниците играят важно роля в развитието по време на юношеството и се явяват критичен фактор по отношение на емоционалното и социалното благосъстояние. Отношенията с връстниците очевидно могат да имат своите неоспорими предимства за индивида, но те могат да бъдат и значителен стресов фактор, и да стана причина за социална тревожност. Положителните отношения с връстниците могат да бъдат предпазващи и създаващи сигурност за младежите и да функционират в противовес на появата на тревожност (Ла Грека и Харисън La Greca & Harrison, 2005). Друга критична връзка, анализирана от психологическата литература, е връзката между тревожността и самочувствието, като самочувствието обикновено функционира като защитен механизъм срещу чувствата на нещастие и самотност, като огромна част от преживяването е свързана с взаимодействията с родителите и другите социализиращи фактори, особено в ранните етапи от живота на индивида (Грийнбърг и колектив, Greenberg, et al., 1992). И така, очевидно е, че въздействието на тези функции върху психичния и психологическия свят на всеки индивид е в тясна взаимосвързаност.

ПРЕГЛЕД НА ЛИТЕРАТУРАТА

Позитивна психология: определения, история и критики.

Какво е позитивната психология?

За начало, един важен въпрос, който възниква, е даването на широко приета дефиниция на позитивната психология. Можем да открием общи закономерности сред различните възприятия на концептуализацията на това понятие, но в действителност съществува диференциация и разлика в тълкуването относно факторите, на които да се даде най-голям превес. Шелдън и Кинг (2001) дават определение на позитивната психология като *„нищо повече от научното проучване на обикновените човешки силни страни и добродетели,”* такава, което *“преразглежда и преосмисля средностатистическия човек”*. В Журнала по позитивна психология (2005) се споменава, че *“Позитивната психология се отнася до научно информирани перспективи за онова, което прави живота годен за живеене. Тя се концентрира върху аспекти на състоянието на човека, които водят до щастие, реализация и разцвет.”*

Целта на позитивната психология е била да изследва положителните страни на човешките преживявания и взаимодействие и това е поставено като необходимост, като целта е пред обществото да се посочи едностранчивостта при анализа на негативните човешки преживявания, който се появява след Втората световна война. Така, главната цел на позитивната психология е била да подчертае важността на позитивните концепции като надежда, щастие и оптимизъм за психичното здраве и полезността на този анализ в терапевтичните интервенции или в превенцията на патология в психичното здраве.

Лий, Стийн и Селигман (2005, в Кацаноти Katsantoni, 2020) споменават, че хората, които се сблъскват дори с големи психологически несгоди, също внимателно се опитват да изолират елементите, които ги карат да страдат. Те се нуждаят повече от това да получават повече радост и щастие и полагат огромни усилия, за да придобият емоционална сила. Те използват тези мощни елементи и характеристики на характера, за да коригират своите дефицити, но най-вече, за да придадат значение на живота си.

През 1998 г. Мартин Селигман създава Позитивната психология като отделно направление в американското психологическо сдружение и наши дни това направление бележи значителен растеж. Първоначалната цел в зората на позитивната психология е да се идентифицират и по този начин да бъдат разбрани всички фактори, които помагат на хората да процъфтяват и да функционират по възможно най-успешния начин в рамките на обществото и общността. За да се постигне отстраняването на традиционните психологични подходи, които се концентрират върху изучаването на “характерните” човешки способности и характеристики, позитивните психолози се опитвали да синтезират различни направления в теорията и изследванията, които се стремят да проумеят концепцията за това кое прави живота по-значим (Пециркианидис Pezirkianidis, 2020).

Разбира се, появили са се множество критики относно концентрирането изцяло върху положителни концепции. Едно от предизвикателствата, намерили своя израз, е предположението, че ако предположим, че съществува необходимост от положителна психология, това предполага, че останалата част от познанията в сферата на психологията е негативна психология. И същото предположение продължава,

твърдейки, че ако постоянната необходимост от позитивна психология е истинска, това означава, че така наречената негативна психология е предложила твърде малко. Отговорът на тази критика е признанието, че психологичните знания са предимно неутрални, но паралелно с това са се занимавали предимно с негативните въпроси, в която своя задача са постигнали извънредно висок успех и така са създали неравновесие по отношение на вниманието, отделяна на положителните теми. Друга критика, която се появява, е предполагаемото непризнаване и липса на приемане от страна на позитивните психолози на набора от негативни жизнени преживявания.

Като последица от появилите се критики възниква нова вълна в научното развитие в сферата на позитивната психология. Това ново направление се занимава с философски и онтологични изследвания на концепцията за позитивизма. Втората вълна на позитивната психология има пряка връзка с първоначалните концепции, оформени по време на първото движение, за процъфтяването, положителните качества и т.н. разликата е, че са добавени и някои социално-културни фактори. Доминиращото възприятие на второто движение е диалектическата природа на благосъстоянието. Обяснението на понятието за диалектика е *“напрежението или противопоставянето между две взаимодействащи сили или елементи”*. Употребата на думата “напрежение” е ключова и се обяснява като начина, по който двузначни и противоположни термини са неразривно взаимосвързани и взаимозависими, като единият не може да съществува без своята противоположност.

Позитивната психология в училищата

Всички тези теории, които представляват значителни резултати във връзка с ползотворните въздействия на положителните емоции, които стимулират благосъстоянието и смислените жизнени преживявания довеждат до създаването и приложението на емпирични интервенции в различни области и среди, например на работното място, в училищните системи, в общественото здравеопазване, стимулирайки утвърждаването на положителните емоции.

Широко възприето е и масово се твърди, че семейството, връстниците и други обкръжения, като например училището, имат важно въздействие върху развитието на младежите. Резултатите от неотдавнашни проучвания водят до предположението, че качественият опит в училище, дори от най-ранна възраст, играе важна роля за усвояване на уменията за критично учене и при възловите моменти от развитието, сред които мотивацията, развитието на идентичност, здравните резултати и цялостния академичен успех.

Друг термин, който се появява, е “позитивно образование”, като определението за “приложна позитивна психология в образованието” се предлага като по-полезно в този контекст (Грийн и Нориш Green & Norrish, 2013). Позитивното образование представлява специфичен подход към образованието, който подчертава значимостта както на традиционните академични постижения, така и на уменията, които водят до развитие на благосъстоянието. Академиците и практиците, които приемат фундаментите на позитивното образование, предполагат, че училищата наистина могат да развиват благосъстоянието и положителните образователни постижения. По този начин полагането на целите е

двупосочно, от една страна се развиват умения и умствени настройки, които се концентрират върху положителните чувства, отношения и личностни характеристики, а от друга страна, се стимулират академичните цели в обучителните процедури (Уотърс Waters, 2011).

Юношество

Периодът в развитието на живота на човека, познат като юношество, представлява преходният период след детството и той продължава дотогава, докато индивидът се постепенно се превръща във възрастен, зрял човек. Науката психология се занимава с анализа на катаклизмените промени, които се случват през този етап от развитието. Тези промени могат да бъдат обобщени във въпроси, които засягат физическото развитие и преобразуването, до което води то, промените, които се наблюдават относно когнитивността по време на юношеството и не на последно място, критично важният въпрос за социалното и културното развитие на младите хора и факторите, които окончателно допринасят за оформянето на личността. Важен въпрос, който се повдига, е свързан с определянето на възрастовите граници, които определят периода на юношеството. Една от характеристиките, описвани като индикатор на този преход, е склонността на подрастващите през този период да се свързват изключително с хора на същата възраст, като отхвърлят близостта и близките отношения с децата и възрастните, с всички положителни и отрицателни последствия от това. Друга характеристика е икономическата зависимост в дългосрочен план, тъй като често те биват поддържани от

своите родители, тъй като се стремят да завършат допълнително образование, чрез което да постигнат специализация в конкретна научна или технологична област. В допълнение юношите често са повлияни от инциденти и събития на тяхната ера като войни, религиозни движения и икономическа нестабилност. Те принципно са по-чувствителни и уязвими по отношение на кризисните ситуации и общата световна обстановка в сравнение с децата (Крейг и Баукум Craig & Baucum, 2002).

Юношеството се характеризира като период от време, през което на физическо ниво се осъществяват извънредно бързи промени и изменения. Растежът рядко се ускорява във всички части на тялото. Този период е интензивен и ускорен, предимно в периферията на тялото, а не в сърцевината. Наблюдават се също така промени в лицевите черти на двата пола.

По отношение на биологичните характеристики, ускоряването в темпа на развитие се случва, заедно със стремителни изменения по отношение на някои характерни черти, свързани с пола (гениталии, растеж на окосмяване и др.). Освен това се наблюдават множество на брой хормонални изменения и преходи, свързани със сексуалността. Както беше споменато, юношите постоянно са загрижени за външния си вид, демонстрират възприятие за собственото си телосложение и са склонни да се сравняват с подобните си.

Относно критичния въпрос за личността и емоционалното развитие сред юношите, изследването се фокусира върху наблюдението и описанието на показателите и предикторите на благосъстояние и нещастие, както и изучаване на основните белези на характера, еволюцията на личностните характеристики, които се свързват с

емоционалната стабилност, благополучието и нещастieto. Интересът към емоционалността и личността през периода на юношеството е насочен най-напред към факта, че през този период от човешкото развитие е възможно да се наблюдава процесът на формиране на емоционалните и личностните характеристики, които могат да определят индивидуалността. На второ място, изследването доказва, че възловите биологични, социални, когнитивни и поведенчески развития, които се осъществяват през юношеството, са свързани взаимно. Емоционалните реакции и белезите на характера играят важно роля в тези промени (Галамбос и Костиган Galambos & Costigan, 2003).

Един от основните методи при изучаване на емоциите е така нареченото регулиране на емоциите. Регулиране на емоциите по принцип са методите, чрез които всеки отделен индивид използва минали емоционални преживявания като средства за постигане на адаптивно функциониране. Това есе отнася до стратегиите за справяне, използвани при емоционалното адаптиране, при настройването към нещастие и опитите да се провокира емоционално състояние, което ще улесни постигането на междуличностните цели. Описани са множество умения, а именно гъвкавост, откликване на промени, способност за разпознаване на емоциите на другите хора, способност за съчувствие и др. По отношение на юношеството, през този период от развитието емоционалното регулиране се характеризира от способността за емоционално регулиране, която е “когнитивно изтънчена”. Затова юношите възприемат стратегии като преосмисляне и възприемане на гледната точка на другия. Освен това налице са някои фактори, които показват наличието на емоционално благосъстояние. Преобладаващ фактор през юношеството е автономията, която

представлява способността на индивида да бъде независим. Един независим юноша се характеризира със самоувереност, което показва способността да поема инициативи и да контролира живота си. Независимият индивид също така се характеризира с това, че има ясна представа за себе си, за целите си в живота, и интернализираните ценности, и накрая, ориентираност по отношение на работата. Втори фактор е междуличностната адекватност, която се определя като способността за позитивно взаимодействие и комуникация с други хора (Галамбос и Костиган Galambos & Costigan, 2003). Третият фактор е психо-социалната зрелост, която представлява способност да функционира правилно при социални обстоятелства и в социална среда. Може да се каже, че емоционалното регулиране е връзка между самооценката, емоционалната ситуация, идентичността, чувствата и отношенията във връзка с връстниците (Галамбос и Костиган Galambos & Costigan, 2003).

Когнитивното развитие през юношеството се определя предимно от абстрактни мисловни процеси и употребата на метакогниция или метапознание. И метапознанието, и абстрактното мислене играят важна роля в съдържанието на паметта, стратегиите за решаване на проблеми и мисълта, което е социално и етично определена. Трябва да споменем три характеристики на когнитивните процеси при юношите, които заслужават да бъдат отбелязани: първо, способността да свързва две относителни променливи с цел да изгради решение на проблем, второ, способността да допуска какво е въздействието на една променлива върху друга и накрая, способността да свързва и разделя променливи по продуктивен и предполагаем начин (Галахър Gallagher, 1973 в Крейг и Бакум in Craig & Baucum, 2002)

По отношение на усъвършенстването на мета когнитивните стратегии, което е налице по време на юношеството, то може да бъде описано като способността им да отсяват, да променят по съзнателен начин своите мисли. Така, когнитивното развитие по време на юношеството може накратко да се опише като: по-ефективно използване на системите за обработка на информация, каквато е паметта, поддръжка и предаване на информацията, използване на по-усложнени стратегии за решаване на проблеми, усвояване на по-успешни начини за обработка на информация и съхранение на данни по символични начини и усвояване на изпълнителни операции на високо ниво, а именно планиране, вземане на решения, гъвкавост при избора и употребата на различни когнитивни стратегии (Стърнберг Sternberg, 1988 в Крейг и Баукум in Craig & Baucum, 2002).

Друг важен проблем, във връзка с който ще бъдат от полза допълнителни разяснения, са представите свързани с пола, които водят до усвояване на ролите на секса и пола. Има различни фактори на социализацията, които въздействат върху половото развитие, като семейството, училището, общността и медиите. Всички тези фактори имат ключово влияние върху придобиването на осъзнаване на това кое е уместно за мъжете и за жените, представи, които се тълкуват различно от всяко специфично общество. Съзнаването за половите стереотипи се засилва по време на узряването и развитието, когато индивидът навлиза в юношеството, мъжете и жените развиват нови когнитивни умения, като същевременно развиват съзнаване за множествеността на съществуващите подходи по отношение на ролите на половете.

Тревожност, самоувереност, агресия, самооценка, междуличностни отношения и интернет страниците на социалните мрежи

Тревожност

Както вече беше посочено, юношеството е период на значителни промени, които се случват при множество разнообразни обстоятелства, физически, социални, докато тийнейджърите се подготвят за прехода към живота на възрастните. В тази ситуация при юношите е налице тенденция за по-голям риск за притеснения, тъй като им се налага да управляват и да се справят с всички тези изменения и да реагират спрямо тях. Всички тези фактори, които са важни в развитието на тийнейджърите, а именно, сред останалите, отношенията с връстниците, имиджът, представата за себе си, представянето в училище, могат да станат важни причини за развитие на тревожност.

Всички тийнейджъри изпитват известна тревожност на моменти. За много от тях неща като говорене пред публика, финални изпити, важни атлетически състезания, или дори излизането на среща могат да причинят чувства на притеснение и безпокойство. Те могат да усещат също така ускорено сърцебиене или прекомерно изпотяване. По този начин техният мозък реагира на чувствата на тревожност. За някои юноши обаче, тревожността може да премине отвън тези типични симптоми и отрицателно да повлияе на приятелствата, и семейните отношения, участието в извънкласните дейности и дори работата им в училище.

Тревожността може да засегне приятелствата по негативен начин. Много от физическите оплаквания, които се

срещат при нарушения от типа на тревожността, имитират оплакванията на средностатистическия тийнейджър, но имат тенденция да се увеличават заедно с израстването. Някое главоболие от време на време например не би трябвало да бъде причина за притеснения, но честите главоболия са „червено знаме“. Американската академия по педиатрия препоръчва тийнейджърите на възраст от 13 до 18 години да спят 8 до 10 часа редовно, за да се стимулира оптималното им здравословно състояние. Педиатрите също така препоръчват изключване на екраните и дисплеите 30 минути преди сън и отстраняване на всякакви електронни устройства от спалнята.

Поведение на увереност

По отношение на концепцията за увереност, може да се даде следното определение *“легитимно и честно изразяване на личните права, чувства, вярвания и интереси, без да се нарушават или отричат правата на другите”* (Шимицу и колектив Shimizu, et al., 2004).

Увереността се свързва също и със способността да се изразява без тревожност или агресия в различни ситуации, така че увереността се възприема като понятие с различни измерения. Други определения на увереното поведение споменават *“процес на пряко и уместно комуникиране на личните нужди, желания и мнения, без наказване на другите”* (Саркова и колектив Sarkova, et al., 2014).

Увереността е характеристика, която е ориентирана към себеизразяването по социално приемлив начин и има ключово значение при създаването на социални отношения и взаимодействия по време на юношеството, играе определяща роля при междуличностното поведение и също така извежда на преден план личните таланти и подпомага креативността на

индивида. Увереността е ценно комуникационно приспособление, което с времето процъфтява в човешкото поведение. Младежите, по време на участието си в групите, съставени от техни връстници, прилагат разнообразни умения за отстояване и увереност, а именно сътрудничество, компромис, общуване и др., и така с всички тези качества те формират основната линия на социалния си живот (Пари и Кумар Parray & Kumar, 2007).

На база ползотворните резултати от увереността в себе си и негативната връзка на уверените индивиди с тревожността и депресията, са въведени множество програми, които се концентрират върху подсилване и подобряване на нивата на увереност в себе си сред юношите. Тези усилия са довели до въвеждане на набор от програми, които прилагат “Обучение за увереност в себе си”. По-късно обучението в самоувереност е повлияно от женските движения и се фокусира върху подкрепа на жените за придобиване на умения да защитават своите права и да поемат контрол над живота си, посредством организиране на общностни класове. Така обучението в самоувереност придобива тясна свързаност с движенията на жените. Съществуват множество проучвания, които са изследвали полезните въздействия на самообучението и самоусъвършенстването (Фуспитаа и колектив Fuspitaa , et al., 2018; Пари Parray, 2017; Лин и колектив Lin, et al., 2004).

Агресивно поведение

Агресивното поведение сред учениците е явление, което е характерно през различни периоди от време и в наши дни е още по-злободневна и актуална тема. Относно определението на термина, агресия е поведение, което се стреми към причиняване на потенциална вреда, или нараняване, или щета. Агресивните поведения обикновено се описват като компонент на насилието и тормоза, а корените на тези поведения могат да бъдат открити в преживявания от детството в резултат от емоционална интелигентност и, в най-висша форма, липса на самочувствие. Някои други теоретици описват агресията по-скоро като намерение, отколкото действие и още повече, тя се счита за проблем, който включва в състава си множество фактори и процедури, а именно характер, социално поведение, самооценка и др. Съществува огромно количество научни изследвания на агресивното поведение и възможните стратегии за интервенция. Ефективността на интервенцията се счита за взаимосвързана с нивото на участие и съдействие на всички фактори, свързани с проблема, които съществуват в училищната среда (Kasiora, 2018).

Самооценка

Самооценката или самочувствието е тема, широко дискутирана и изследвана в областта на психологията. Свързаността на самооценката с характера и поведението все още е един от ключовите въпроси, които са предмет на дискусии и има противоречиви мнения относно определението и потенциалните въздействия на концепцията. Тези аргументи ще бъдат обсъдени в настоящия раздел на прегледа на литературните източници.

Самооценката очевидно е въпрос на лична оценка и тя разкрива много неща за нашия личен живот. Една от причините, поради които изследването на този проблем остава важно, е, че той ни ръководи към едно за по-добро разбиране на начина, по който хората възприемат себе си своята индивидуалност, значението на своите действия, целите си, отношенията си и бъдещите си мисли. Нещо повече, самооценката е важна представа, която се проявява както в положителните, така и в отрицателните състояния и ситуации, така че има отношение към разширен набор от поведения (Мрук Mruk, 2006).

Относно историческия произход на самооценката, до 60-те години на XX век е имало само някои поводи, при които тя е била споменавана, като интерес към този фактор бил изразяван основно от клинични специалисти по психодинамична терапия (например Адлер, Хорни). Обяснението за това е, че по онова време бихейвиоризмът е бил преобладаващата теория, върху която се концентрирали академичните трудове, а бихейвиоризмът се интересувал единствено от поддаващите се на наблюдение явления. Систематичен интерес относно самооценката и свързаните с нея явления се породил в средата на 60-те години на XX век. През тези години самооценката била изследвана от множество различни перспективи, а именно перспективата на теорията за обучението на Станли Купърсмит, хуманистичната перспектива и потенциалните терапевтични ползи във връзка със здравословното, автентично и оптимистично съществуване на Карл Роджърс, видното изследване на самооценката на Морис Розенберг и книгата на Натаниъл Брандън, превърнала се в бестселър “Психологията на самооценката“. През следващите десетилетия на 80-те и 90-те

години на XX век значимостта на концепцията е разширила диапазона си, изследвайки потенциалната връзка на самооценката с ключови социални проблеми, като злоупотребата с упойващи вещества, богатство и бременност сред тийнейджърите. Напоследък проучванията са насочени към изследване на връзките между самооценка, щастие и благосъстояние. Предлага се взаимодействие между самооценката и имунокомпетентността, като по този начин се оформя връзката между психичното и физическото благосъстояние. Накрая, са правени опити за изследване на връзката между самооценка и автентичност (Mruk Mruk, 2006).

Важен въпрос, на който трябва да се намери отговор, е въпросът кои идеи се включват в концептуалното формиране на отрицателната и положителната самооценка. Относно хората с ниска самооценка, те обикновено са считани за нещастни и неудовлетворени от себе си, но изследователите предполагат, че тези твърдения не са толкова точни. Индивидите с ниска самооценка са несигурни, объркани от най-неутралните чувства по отношение на своето аз. Фактът, който предполага такова заключение, е, че в много от наличните проучвания на самооценката мнозинството от хората с негативна самооценка са склонни да отговарят около средната точка на скалите за отговор, докато само няколко участниците в тези проучвания са изразили явно нехаресване и неудовлетворение от себе си. В други проучвания се наблюдава, че хората с ниска самооценка не могат ясно да предадат схващането си за себе си, което означава, че техните възприятия за себе си не изглеждат толкова последователни и стабилни и те се характеризират с малко увереност. Доказано е също така, че индивидите с ниска самооценка имат

положителни преценки за себе си, констатация, която противоречи на общоприетото виждане, че фундаментална характеристика на хората с ниска самооценка е липсата на компенсиращи качества (Кернис Kernis, 2003).

По време на юношеството, чиято главна характеристика е стремежът към все по-голяма самостоятелност от страна на юношата, нещата във връзка със самооценката могат да се превърнат в сложен проблем. През този период тийнейджърът се променя не само телесно, но също така емоционално и психически. Много често тийнейджърите влизат в конфликт със своите родители и са особено чувствителни към всяка критика, която те им отправят. Приятелите също играят много важна роля в живота на юношата и тяхното отношение го засяга твърде много. И така, много лесно един коментар или шега относно външния вид или поведение може да накара тийнейджъра да се почувства подценяван или отхвърлен от тях, и така той се чувства като безполезен или малоценен. Ниското самочувствие на един тийнейджър може а се прояви в различни поведения. Например, юношите могат да станат изолирани, да избягват да опитват нови неща, често пъти да чувстват, че с тях са се отнесли несправедливо, че ги критикуват, лесно се влияят от приятелите си нерешителни са, изпитват прекомерна тревожност или дори перфекционизъм. Въпреки, че на пръв поглед юношите изглежда повече се интересуват от мнението на своите връстници, те не престават да обичат и да се влияят от реакциите и мненията на своите родители или учители. Любовта и интереса на родителите и учителите, но с поставяне на граници и правила посредством дискусии и без твърде много строгост, помагат да се зазdravi самоувереността. Похвалете, когато постигне целите си и

подкрепяйте, когато се провали. Възнаграждавайте всяко усилие, което полага. Съдействайте да си поставя малки и реалистични цели, така че да може постепенно да се придвижва към най-големите, без преувеличени очаквания. Правилните стандарти и примери са важни фактори, като например да не се коментира външния вид на другите или пък да ги учим, че външността ни не е толкова важна, колкото е важна вътрешната красота. Ръководенето към решението, вместо улесняването да го намери, когато има проблем, е важно за повишаване на самоувереността, както и стимулирането да развива способностите си.

Междудличностни взаимоотношения

Проучванията на юношеството са особено заинтересовани от това да добият представа във връзка с въпроса за междудличностните отношения през този период от човешкото развитие. Междудличностните отношения представляват ключов фактор, който и взаимосвързан с различни страни на поведенческото, емоционалното и когнитивното развитие, като в проучванията са посочени няколко тенденции, които се опитват да хвърлят повече светлина върху нашето разбиране на тези аспекти.

През последните десет години или повече нараства интересът към изследване на многостранните взаимодействия, които се проявяват и се състоят в разнообразен контекст, а именно семейната среда, училище, квартал. Пример за тези подходи е изследването относно “теория за семейните системи”, което обогатява познанията ни за комплексните отношения и влияния, вплетени в различните подсистеми на семействата, които се създават. Теоретиците, според които привързаността се простира отвъд ранното детство, популяризират изследването на твърденията, че юношите са

конструктивни в отношенията със своите родители, връстници, с романтичните си партньори. Тези изследвания са показали, че взаимоотношенията по време на ранното детство засягат и могат да се разглеждат като предшественик на социалните отношения, които се проявяват по време на юношеството и младостта (Сметана, Кампионе-Бар и Мецгер Smetana, Campione-Barr, and Metzger, 2006).

Теорията за привързаността настоятелно твърди, че концепцията за привързаността има адаптивен и важен характер, тъй като е свързана с естествени процеси, които имат значение за оцеляването. По време на най-ранните си преживявания индивидът формира множество умствени представи за обкръжаващия го свят. Преживяванията свързани с хората, които се грижат за бебето в най-ранна възраст и особено степента на сигурност на привързаността, която се изпитва, играе важна роля в отношенията на зрелия индивид, тъй като поведението на връстниците са вградени в предварително съществуващите модели, които се основават на отношенията с отглеждащите бебето. В допълнение, вътрешните модели, които се развиват, определят, в определена степен, преценките, които се правят по отношение на света. Например, сигурно привързаните бебета е вероятно да създадат вътрешни представи на другите като по-надеждни и достъпни. Тези модели, които се създават по време на ранното детство, е възможно да останат за цял живот на индивида и да се генерализират така, че да засягат другите отношения. По време на юношеството, онези, които са преживели близка привързаност и сигурност в отношенията с родителите си, вероятно ще имат по-високо удовлетворение от живота, академичен успех, междуличностно функциониране и по-ниски нива на тревожност. Съответно, важноста на

привързаностите към връстниците се подчертава в множество проучвания, като се твърди, че привързаността към връстниците има положително въздействие в глобалната самооценка, в академичния успех и възприятията относно качеството и значимостта на живота (Ма и Хюбнер Ма & Huebner , 2008).

За да обобщим, както ясно е посочено в много от упоменатите проучвания, налице е определена връзка и взаимоотношения между междуличностните отношения и самооценката. В няколко проучвания и теории се посочва тази задълбочена връзка. В теорията на социометъра се посочва, че главната цел на концепцията за самооценката е да функционира като средство за проследяване на реакциите на другите хора относно себе си. Това означава, че самооценката, според тази теоретична рамка, варира в зависимост от приемането на другите. Друга значима теория, теорията за отразените оценки, подчертава важността на възприетите оценки от другите, които оформят начина, по който индивидите оценяват себе си. Предполага се, че имиджът са себе си се изгражда и изживява чрез имиджа, който са изградили значимите за нас близки и любими хора и генерализираното общество. Теорията за привързаността, която е подробно упомената, води до пряката връзка между самооценка и интимни отношения (Харис и Орт Harris and Orth, 2019).

В изследването на Садовникова (2016) във връзка със самооценката се разглежда въздействието на нивото на привързаност към родителите и връстниците. В изследването участват 161 юноши на възраст 13-18 години. Резултатите разкриват важни различия и вариации във фактора самооценка сред юношите със “стабилна” и “нестабилна” привързаност

към техните родители. Освен това, юношите, изпитващи стабилна привързаност към своите родители, изразяват по-ефективни комуникационни стратегии към своето семейство и своите връстници. Тяхната самооценка, също така, се увеличава, във връзка с връстниците с нестабилна привързаност. И накрая, привързаността към бащата е посочена като важен фактор за постигане на висока степен на самооценка.

Интернет страниците на социалните мрежи

В наши дни, страниците в интернет на социалните мрежи (ССМ) предлагат на индивидите възможността да представят себе си и да получават социални връзки с други хора. Тези социални мрежи могат да бъдат концентрирани върху различни теми и рамки, примерно въпроси, свързани с работата, романтични връзки, свързване между хора с еднакви интереси по различни теми като музика, политика и т.н., като осигуряват възможност за общуване с хората, които вече познават, офлайн, но също и за общуване с непознати хора, с които могат да се социализират онлайн. Фейсбук (Facebook) е сред най-широко използваните ССМ и са направени огромно количество проучвания и публикации с цел да се анализират потребителските профили и потенциалните резултати от употребата му.

Фейсбук може да осигури на потребителите с активиран профил възможността да добавят приятели и последователи, да публикуват постове и коментари и да реагират на такива, да стават членове на виртуални групи, основани на общи интереси и да разглеждат профилите на други хора. Фейсбук като информационна технология може в крайна сметка да подобри социалния капитал. Академичните

теми, от които изследователите се интересуват, са представянето на личността и притесненията относно неприкосновеността, времеви модели за употреба, връзката между онлайн профила и развитието на приятелството. Проучванията показват, че хората е по-вероятно да търсят индивиди, с които имат и офлайн контакт, отколкото хора, които са им напълно непознати (Елисън и колектив Ellison, et al., 2007).

Констатациите на мета анализа на Лиу, Баумайстер и Ейнсуърт (2016), относно социалните мрежи, особено Фейсбук, и развитието на социалния капитал, предполагат, че има определени главни дейности, с които са ангажирани потребителите на Фейсбук, и които са, на първо място, саморазкриването, което се представя чрез постване на актуализации на статуса, снимки и друга информация за индивида, и които имат за цел представяне на себе си, на второ място са отговорите и реакциите на постове и страниците на други хора, които представляват възможни начини за взаимодействие, подпомагащи поддръжката и разцвета на отношенията. Позитивните реакции на харесване с „лайкове“ (*от английски език - “like” – харесвам, харесване*) на постове играят ключова роля при създаването на лично удовлетворение и наслада между посетителите, и също един възможен резултат е, че потребителите, които често са заети с отговори с „харесване“, биха могли да изградят повече социален капитал, защото има по-голяма вероятност да получат подобни реакции в отговор. Третата дейност, която е представена, е търсенето на информация, тъй като потребителите на ССМ се стремят да научат повече за другите хора. Тези упоменати действия стимулират обмена на лична информация и усещането за познаване на другия. Другите две

дейности, които са основни, това е употребата на ССМ за игри и забавления или за инсталиране на онлайн приятелство. В мета анализа се споменава, че последните не са от голямо значение за увеличаване на социалния капитал. Причината е, че онлайн контактите и дейностите се изключват от офлайн ежедневието и така възможните начини да се изпитват чувства на притежаване на социален капитал намаляват. Освен това изследователите също така твърдят, че е налице значителна възможност потребителите на ССМ да изградят социален капитал чрез засилване на преди съществувалите техни офлайн отношения обикновено с действия като разкриване на информация за себе си и запитване за информация за другите хора. Проучването на Елисън и колектив (2007), което си поставя за цел да изследва връзката между ползването на Фейсбук и социалния капитал. Резултатите от проучването предполагат, че употребата на Фейсбук е взаимосвързана със степени на психологическо благосъстояние, тъй като тя би могла да предостави по-големи предимства за потребители изпитващи ниска самооценка и ниско удовлетворение от живота.

В други проучвания употребата на ССМ, по-специално на Фейсбук, се наблюдава от гледна точка на фактори като стилове на привързаност, глобална самооценка, екстраверсия и междуличностни компетенции. Относно проблема на онлайн и офлайн отношенията, те се изграждат и тълкуват от характеристиките и ценностите на индивида. По този начин се потвърждава, че чертите на характера са предикторите на естеството и интензитета на електронното междуличностно общуване. Относно въпроса на връзката на стиловете на привързаност и онлайн междуличностните отношения, необходими са повече проучвания, за да се определи

дълбочината на тази връзка. Обаче, определената и важна връзка на социалното поведение офлайн със стиловете на привързване, предполага също така асоциация със социалното поведение онлайн. Относно връзката на самооценката и социалното поведение онлайн, констатациите на проучването на Живица и Дановски (2008, в Дженкинс-Гуарниери, и колектив Jenkins-Guarnieri, et al., 2012) предполагат, че хората с висока самооценка и екстраверсия са по-популярни във Фейсбук и в света офлайн също.

В проучването на Дженкинс-Гуарниери, и колектив (2012), резултатите предполагат позитивна връзка между екстраверсията и ползването на Фейсбук. Относно стила на привързване, приятността и откритостта са положително свързани с междуличностната компетенция и накрая, ползването на фейсбук има отрицателна връзка с компетенцията при инициране на междуличностни отношения. В друго проучване, предприето от Фалкенбург, Петер и Шоутен (2006) се наблюдава връзката между самооценка и благосъстояние по време на ползването на сайтове за приятелски контакти. Констатациите, които предполагат съществуването на непряка връзка, по-конкретно, са, че профилите, които получават положителна обратна връзка, увеличавали самооценката на юношите, които са собственици на профилите.

ДИЗАЙН НА ПРОУЧВАНЕТО

Цели на проучването

Както вече беше споменато, налице е връзка между концепциите за самооценка, междуличностни отношения и

увереност, и представата за благосъстояние на индивидите. Вземайки предвид факта, че няма много изследвания в тази сфера, които да документират гореспоменатите концепции сред гръцките ученици, целта на изследването, което се представя в настоящата разработка, е да се анализира и проучи концепцията за междуличностните отношения и връзката им с представата за самооценка, за увереност в себе си и за тревожност сред юношите, живеещи в района на Гърция. Сайтовете на социалните мрежи като Фейсбук са навлезли драстично в ежедневието и играят важна роля в изразяването и формирането на интимни запознанства, като юношите не са изключение. Така, крайната цел на настоящото изследване е да предостави по-задълбочено разбиране и знания относно ключовия въпрос за връзката между междуличностните отношения, чувствата на тревожност и увереност, самооценката на индивидите по време на юношеството. Друга цел също така е да се осигури рамка и тълкуване на връзката между тези концепции, която би била от полза за образователните стратегии в училищната среда.

1. Цел на проучването беше да изследва връзката между самооценка и тревожност като белег на характера и като състояние.
2. Да изследва междуличностните отношения, така като са изразени в рамките на навиците за контактуване в мрежата по време на ползване на Фейсбук и връзката с тревожността
3. Да открие предимствата на самочувствието и увереността при юношите
4. Да опише отрицателните въздействия на тревожността сред учениците и възможните последствия при изразяване на самооценката и междуличностните отношения.

Хипотези на изследването

Х₁: Предполагаше се, че ще има статистически значими различия в нивото на самооценка сред юношите с различни нива на тревожност като черта от характера и като състояние.

Х₂: Предполагаше се, че ще има негативна корелация между самооценката и тревожността като черта на характера и като състояние.

Х₃: Предполагаше се, че високите нива на увереност в себе си ще представляват положителна корелация с високи нива на самооценка и отрицателна корелация с ниските нива на тревожност като черта на характера.

Х₄: Хипотезата беше, че високите нива на тревожност като черта на характера и ниските нива на самооценка ще бъдат в положителна корелация с високите нива на ползване на Фейсбук.

Метод

Обща предистория и процедура на изследването

Участниците в изследването бяха призовани на дадат отговори на въпросниците, отнасящи се до личните им преживявания и да посочат степента на съответствие, която се появява във въпросите относно гореспоменатите фактори. Изследването е проведено на територията на Република Гърция в периода 2018 – 2019 г. Първата стъпка е да бъдат информирани енергично и цялостно участниците в училищата и членовете на учителския състав относно темата и целта на настоящото изследване, чрез специално съображение, създадено по тази причина. Всички участници бяха посетени от интервюиращи. Всеки участник и родителите му попълниха

стандартна декларация за съгласие. Участниците бяха подбрани съгласно разрешението на родителите им и личното им съгласие да участват. Методиките на изследването бяха представени на всеки индивид и на учениците беше позволено да проверят документите, преди да започнат да ги попълват. Изследването се проведе в малки групи чрез попълване на лист с химикал.

Изследването беше локализирано в прогимназиално училище в административен регион Тесалия в Централна Гърция, по-конкретно в град Лариса. Има различни причини, които обосновават избора да бъде предприето изследване в този конкретен регион. Кациора (2018) споменава някои критични точки относно социологическото и географското значение на региона: *“На първо място, това е земеделски район. През последните 10 години много имигранти идват на работа и остават със семействата си. Това води до някои проблеми, пред които се изправя директорът на училището. Все повече училища се характеризират като мултикултурни училища. На второ място, Лариса, капиталът на Тесалия, е един от най-големите региони в Гърция [приблизително 5-ти в страната]. На трето място, това е типична извадка на регион, който комбинира характеристиките на гръцката среда {селски, урбанистични, планински и морски райони}. На четвърто място, Лариса има доста стабилен постоянен брой училищен състав и малък процент на движение на персонала. На пето място, регионът на Лариса включва град Лариса, Фарсала, Агиокамнос, Койлада и големите села и градовете наоколо.”*

Участници

Настоящото проучване е извършено в един от видовете училища, които съществуват в гръцката образователна система. Възрастта е доминиращ критерий, който определя вида на училището, в което трябва да участва всеки ученик. Видът на училището, чиято популация от юноши се стреми да проучи настоящото изследване е втора степен на образованието. В тази степен има два вида училища, Гимназии (Gymnasiums) и Лицеи (Lyceums). Учениците, които успешно завършат трите класа на гимназията, приключват задължителната степен на образование и в последните класове от образованието – в лицееите, присъствието е доброволно, като ученици, завършили трите класа на гимназията, имат възможността да бъдат приети в университет за придобиване на висше образование. За да преминат от един клас в друг, учениците трябва успешно да преминат изпити. Целевата група на настоящото изследване са учениците, посещаващи прогимназиалните класове в гимназията, на възраст от 13 до 16 години. Изборът на участниците в тази възрастова група се обосновава от бурните промени и изменения, които претърпяват индивидите, попадащи във възрастовата група на ранното и средното юношество. Извадката на изследването се състои от 120 ученици в прогимназия, които са избрани произволно от различни училища в град Лариса.

Инструменти на изследването

Въпросниците са най-преобладаващите инструменти на изследванията, използвани в количествени проучвания с цел да се даде количествен израз на данните, които се събират и така да могат да бъдат изключени някои общи заключения относно популацията, която се изследва. В настоящото изследване е решено да се използват четири по-рано

създадени и публикувани скали, създадени за измерване на представите за самооценка, тревожност, увереност в себе си и междуличностни отношения. Изборът да се използват въпросници, които вече са публикувани и посочени в измерването на концепциите, в които настоящото изследване се стреми да се задълбочи, вместо да създава оригинални скали, се основава на потребността от инструменти за измерване, които вече са били изпробвани и използвани в други популации и че те притежават в крайна сметка предпочитаната вътрешна цялостност и надеждност.

Инструментите са Скала на Розенберг за измерване на самооценката (тази скала се състои от 10 елемента, на което да се отговори с пет-точкова скала на Ликерт, от “Категорично съгласен” до “Категорично несъгласен”), Тест на Спилбъргър – самооценъчна скала за тревожност като състояние и като черта на характера STAI (State and Trait Anxiety Inventory) който се състои от 40 въпроса, разделени в две под-скали - състоянието на тревожност и тревожността като черта на характера, и двата с 20 изречения, на които да се отговори по скала от четири пункта: “Изобщо не” до “В много голяма степен да”), Тест за увереност в себе си на Фигерейдо, който се състои от 60 елемента и въпросника, който оценява ползването на Фейсбук, състоящ се от 11 елемента.

РЕЗУЛТАТИ ОТ ИЗСЛЕДВАНЕТО

Демографски данни

Участници в настоящото проучване бяха 120 юноши на възраст 13-16 години ($M = 14.11$ $SD = .56$). Почти половината от всички 59 (49.2%) са момчета, а 61 (50.8%) са момичета.

По отношение на различните възрасти в извадката, както може да се види от следващата таблица, 12 участници, 10% от извадката, бяха на 13 години. Голямото мнозинство от участниците, 83 ученици, бяха на възраст 14 години (69.2 %), а 1/5 от учениците (20 %) бяха на 15 години. Накрая имаше един участник на 15 години (8% от извадката).

Допълнителен въпрос, който се отнасяше до това в кой клас е ученикът. Всички юноши бяха разпределени в 8^{ми} и 9^{ти} клас. Участниците, учещи в 8^{ми} клас, бяха малцинство ($N=27$; 22.5%). В 9^{ти} клас бяха 93 ученици, което означава 77.5% от извадката ($N=93$; 77.5%).

Агресия и възраст, пол и клас.

Ще бъде анализирана връзката между променливата за възраст, пол и клас с променливите за увереност (агресия, манипулация, пасивно отношение и увереност), самооценка, тревожност като състояние и като черта на характера. По този начин ще бъде обсъдено дали връзката между променливите показва зависимост или независимост. Показано е, че учениците на възраст 13 години имат най-висок процент в ниска самонасочена агресия (40.1%), като най-висок процент се наблюдава в групата на 15-годишните (12.5%). Най-високият процент за средната самонасочена агресия се открива в групата на 15-годишните (75%), а най-ниският в групата на 13-годишните (50%). По отношение на високото ниво на агресия, най-високият процент се открива сред 15-годишните ученици (12.5%), а най-ниският процента се открива сред 13-годишните (8.3%). След тест с хи-квадрат за независимост, стигнах до следното заключение. Първо, предвид факта, че 50% от клетките очакваха преброяване по-

малко от 5, което е повече от 20%, резултатите не могат да се корелират, защото корелацията е безсмислена.

Един пример е агресията според пола. Относно ниската самонасочена агресия, най-високият процент е сред момчетата (32.8%), по отношение на средната агресия момчетата имат малко по-висок процент (64.4%) а при високата самонасочена агресия момчетата имат по-високия процент (13.6%). След попълване на Тест с хи-квадрат за независимост, могат да бъдат направени следните изводи. Като се има предвид, че стойността на p е по-висока от 0.5 (0.333), доказва се, че двете променливи, агресия и пол, са независими, което означава, че нивото на агресия не е засегнато от пола при учениците, които взеха участие в изследването.

Вторият пример е процентът на ниска, средна и висока агресия според класа. Учениците от 8ми клас имат по-висок процент в ниското посочено агресивно отношение (40,7%). Във връзка със средното посочено агресивно отношение учениците от 9ти клас представят най-високия процент (63,4%). Учениците от 8^{ми} клас имат най-ниския процент във високо агресивното отношение (3,7%). След попълване на тест с хи-квадрат за независимост, са направени следните изводи. Предвид факта, че стойността на p е по-висока от 0.5 (0.131), се доказва, че двете променливи, агресията и класа, са независими, което означава, че нивото на агресия не е засегнато от класа на учениците, които взеха участие в изследването.

Пасивно отношение и възраст, пол и клас.

Следващата таблица съдържа процента на резултатите на учениците за пасивно отношение според възрастовата група. Както може да се наблюдава, възрастовата група на 14-годишните представя най-високия процент на ниското пасивно отношение (20.5%). В самонасоченото средно пасивно отношение 15-годишните ученици имат най-висок процент (79.2%). Във връзка с пасивното отношение най-високият процент се наблюдава във възрастовата група на 13-годишните (16.7%). След провеждане на тест с хи-квадрат за независимост, стигнахме до следното заключение. На първо място, предвид факта, че 58.3 % от клетките се очакваше да наброяват по-малко от 5, което е повече от 20%, резултатите не могат да се корелират, тъй като корелацията е безсмислена.

По отношение на пол и пасивно отношение, момичетата имат по-висок процент в по-ниското пасивно отношение (23%) в сравнение с момчетата, а момчетата имат по-висок процент от момичетата в средно пасивното отношение (79.7%). Относно високо пасивното отношение, момичетата имат най-високия процент (9.8%). След попълване на Тест с хи-квадрат за независимост, могат да бъдат направени следните заключения. Имайки предвид факта, че стойността на p е по-висока от 0.5 (0.299), се доказва, че двете променливи, пасивно отношение и пол, са независими, което означава, че нивото на агресия не се засяга от пола на учениците, които взеха участие в изследването.

Манипулативно отношение и възраст, пол и клас.

Следната таблица представя процентите на всяка възрастова група относно манипулативното отношение. Във връзка с ниско манипулативното отношение, участниците на възраст 13 години имат най-високия процент (25%). В средно манипулативното отношение 14-годишните ученици преобладават с процент от 77.1%. По отношение на високо манипулативното отношение, възрастовата група на 15-годишните надвишава (29.2%). След провеждане на тест с хи-квадрат за независимост, направихме следните изводи. На първо място, предвид факта, че 58,3 % от клетките се очакваше да наброяват по-малко от 5, което е повече от 20%, това означава, че резултатите не могат да се корелират, тъй като корелацията е безсмислена.

Процентите на резултатите на момчетата и момичетата ученици за манипулативно отношение са представени в следващата таблица. Момчетата имат по-висок процент от момчетата както при ниското (14.8%), така и при средното (75.4%) манипулативно отношение. На последно място, момчетата имат най-висок процент при високо манипулативното отношение (18.6%). След извършване на Теста с хи-квадрат за независимост, могат да бъдат направени следните заключения. Предвид факта, че стойността на p е по-висока от 0.5 (0.384), доказва се, че двете променливи, манипулативно отношение и пол са независими, което означава, че нивото на агресия не е засегнато от пола на учениците, които взеха участие в изследването.

В таблица 17 е представено манипулативното отношение според класа на учениците. Участниците от 8^{ми} клас имат най-високият процент както в ниското манипулативно отношение (18.5%), така и в средното манипулативно отношение (81.5%). Във високото манипулативно отношение преднина имат учениците от 7^{ми} клас (18.3%). След провеждане на теста с хи-квадрат за независимост, заключението, до което достигнахме, беше, че на първо място, предвид факта, че 33.3 % от клетките се очакваше да наброяват по-малко от 5, което е повече от 20%, резултатите не могат да се корелират, тъй като корелацията е безсмислена.

Отношение на увереност и възраст, пол и клас.

Таблица 19 изследва връзката на увереността и възрастта. Най-високият процент на ниска увереност се открива във възрастовата група на 13-годишните (8.3%). Най-високият процент на средната увереност се намира сред 14-годишните ученици (44.6%), а най-високият процент на високата увереност е сред 15-годишните ученици (67.%). След провеждане на тест с хи-квадрат за независимост, предвид факта, че 50% от клетките се очакваше да наброяват по-малко от 5, което е повече от 20%, така че резултатите не могат да се корелират, тъй като корелацията е безсмислена.

Таблица 19.

Кръстосан раздел за възраст и увереност

Възраст		Скала_Увереност			Общо
		ниско	средно	високо	
13	Отброяване	1	5	6	12
	% в рамките на Възраст	0,08	0,42	0,5	1
	% в рамките на Скала_Увереност	0,5	0,1	0,09	0,1
	% от Общо	0,01	0,04	0,05	0,1
	Отброяване	1	37	45	83
14	% в рамките на Възраст	0,01	0,45	0,54	1
	% в рамките на Скала_Увереност	0,5	0,73	0,67	0,69
	% от Общо	0,01	0,31	0,38	0,69
	Отброяване	0	9	15	24
	% в рамките на Възраст	0	0,38	0,63	1
15	% в рамките на Скала_Увереност	0	0,18	0,22	0,2
	% от Общо	0	0,08	0,13	0,2
	Отброяване	0	0	1	1
	% в рамките на Възраст	0	0	1	1
	% в рамките на Скала_Увереност	0	0	0,02	0,01
16	% от Общо	0	0	0,01	0,01
	Отброяване	2	51	67	120
Общо	% в рамките на Възраст	0,02	0,43	0,56	1

% в рамките на Скала_Увереност	1	1	1	1
% от Общо	0,02	0,43	0,56	1

Таблица 20.

Тест с хи-квадрат – резултати за възраст и увереност

	стойност	df	Asymp. Знач. (2-странна)
Хи-квадрат на Пирсън	5,028 ^a	6	0,54
Съотношение на вероятност	4,23	6	0,65
Линейна по линейна асоциация	1,79	1	0,18
N валидни случаи	120		
а. 6 клетки (50,0%) очакваха отброяване по-малко от 5. Минималното очаквано отброяване е ,02.			

Относно пол и увереност, както може да се установи при ниска и средна увереност момчетата имат по-висок процент от момичетата (1.7%) и (47.5%), докато момичетата имат по-висок процент при високата увереност (60.7%). След провеждането на тест с хи-квадрат за независимост, стигнахме до следното заключение. На първо място, предвид факта, че 33.3% от клетките се очакваше да наброяват по-малко от 5, което е повече от 20%, резултатите не могат да се корелират, тъй като корелацията е безсмислена.

Таблица 21.

Кръстосана област за пол и увереност

Пол	Скала_Увереност	Общо
-----	-----------------	------

		ниско	средно	високо	
Момиче	Отброяване	1	28	30	59
	% в рамките на	0,02	0,48	0,51	1
	Пол				
	% в рамките на	0,5	0,55	0,45	0,49
	Скала_Увереност				
Момиче	% от Общо	0,01	0,23	0,25	0,49
	Отброяване	1	23	37	61
	% в рамките на	0,02	0,38	0,61	1
	Пол				
	% в рамките на	0,5	0,45	0,55	0,51
Общо	Скала_Увереност	0,01	0,19	0,31	0,51
	% от Общо	2	51	67	120
	Отброяване	0,02	0,43	0,56	1
	% в рамките на				
	Пол	1	1	1	1
	Скала_Увереност	0,02	0,43	0,56	1
	% от Общо				

Таблица 22.

Тест с хи-квадрат – резултати за пол и увереност

	Стойност	df	Asymp. Знач. (2- странно)
Хи-квадрат на Пирсън	1,189 ^a	2	0,55
Съотношение на вероятност	1,19	2	0,55
Линейна по линейна асоциация	1,03	1	0,31
N валидни случаи	120		

а. 2 клетки (33,3%) очакваха отброяване по-малко от 5.
 Минималното очаквано отброяване е ,98.

В таблица 23 са представени процентите на увереност според класа. В ниска и средна увереност най-високият процент се представя при учениците от 8^{ми} клас, 7.4% и 44.4% съответно и както може да се очаква, най-високият процент при високата увереност се открива сред ученици от 9^{ти} клас. След провеждане на тест с хи-квадрат за независимост, предвид факта, че 33.3% от клетките се очакваше да наброяват по-малко от 5, което е повече от 20%. По този начин, резултатите не могат да се корелират, тъй като корелацията е безсмислена.

Таблица 23.

Кръстосана област за клас и увереност

Клас		Скала_Увереност			Общо
		ниско	средно	високо	
8	Отброяване	2	12	13	27
	% в рамките на Клас	0,07	0,44	0,48	1
	% в рамките на Скала_Увереност	1	0,24	0,19	0,23
	% от Общо	0,02	0,1	0,11	0,23
	Отброяване	0	39	54	93
9	% в рамките на клас	0	0,42	0,58	1
	% в рамките на Скала_Увереност	0	0,77	0,81	0,78
	% от Общо	0	0,33	0,45	0,78
	Общо Отброяване	2	51	67	120

% в рамките на клас	0,02	0,43	0,56	1
% в рамките на Скала_Увереност	1	1	1	1
% от Общо	0,02	0,43	0,56	1

Таблица 24.

Тест с хи-квадрат – резултати за клас и увереност

	стойност	df	Asymp. Знач. (2-странно)
Хи-квадрат на Пирсън	7,288 ^a	2	0,03
Съотношение на вероятност	6,38	2	0,04
Линейна по линейна асоциация	2,21	1	0,14
N валидни случаи	120		
а. 2 клетки (33,3%) очакваха отброяване по-малко от 5. Минималното очаквано отброяване е ,45.			

По отношение на всички останали оценени променливи, а именно самооценка и тревожност като състояние и като черта на характера, след провеждане на тест с хи-квадрат за независимост, стигнахме до извода, че резултатите не могат да се корелират, тъй като процентът на клетките, които очакваха отброяване по-малко от 5 беше повече от 20%, затова корелацията е безсмислена.

Корелациите Самооценка и Тревожност

В този раздел на представените резултати от проучването ще бъде изследвана първата хипотеза на проучването. Подкрепено от литературата, беше установено, че самооценката е по-висока в групата на момчетата ($M = 29.55$; $SD = 3.26$) отколкото в извадката на момичетата ($M = 28.45$; $SD = 4.07$) (Бамайстер Baumeister, 2013; Конър и колектив Conor, et. all, 2004; Нтемсия Ntemsia, 2017; Патица и колектив Patitsa, et. all, 2011). Също в унисон с другите изследвания (Нтемсия и колектив Ntemsia, et. all, 2017) средните резултати, получени за момчетата, са: тревожност като състояние показва $M = 43.54$; $SD = 9.20$; а тревожност като черта на характера $M = 44.06$; $SD = 8.91$. В съответствие с гореспоменатите предишни проучвания, юношите-момичета в тази извадка показват по-високи от момчетата резултати за тревожност като състояние с $M = 44.06$; $SD = 9.71$ и тревожност като черта на характера е $M = 44.95$; $SD = 8.88$.

В следната таблица е показано разпределението на хората според нивата на самооценка и тревожностите (като черта на характера и като състояние).

Таблица 25.

Анализ с хи-квадрат на нивата на самооценка по нивата на тревожност като състояние и като черта на характера, брой и процент на участниците.

Степени на	Степени на самооценка		Общо
тревожност	Ниско	Умерено	Високо
като			
състояние			

Ниско	2 (1.66%)	11 (9.16%)	6 (5%)	19 (15.83%)
Умерено	8 (6.66%)	50 (41.66%)	24 (20%)	82 (68.33%)
Високо	8 (6.66%)	9 (7.5%)	2 (1.66%)	19 (15.83%)
Общо	18 (15%)	70 (58.33%)	32 (26.6%)	120

$$X^2 (4, N = 120) = 13.789; p = .008$$

Степени на
тревожност
като черта
на характера

Ниско	1 (0.83%)	8 (6.66%)	6 (5%)	15 (12.5%)
Умерено	12 (10%)	50 (41.66%)	24 (20%)	86 (71.66%)
Високо	5 (4.16%)	12 (10%)	2 (1.66%)	19 (15.83%)
Общо	18 (15%)	70 (58.33%)	32 (26.6%)	120

$$X^2 = 4, N = 120 = 5.426; p = .246$$

Резултатите по-горе ясно показват, че само шест от всички участници, които са 5% от всички юноши, имат високи нива на самооценка и ниски степени на тревожност като състояние. 24 ученици или 20% от участниците имат умерени степени на тревожност като състояние и високи нива на самооценка същевременно. От общо 32 (26.6%) тийнейджъри показват високи нива на самооценка, което е много добър резултат изобщо, сравнено с дадените високи степени на тревожност като състояние, които са 19 (15.8%) участници. Получените от хи-квадрата данни $X^2 (4, N = 120) = 13.789; p = .008$ показват статистически значителни разлики между групите.

Представените данни за разпределението на хората в различните нива на самооценка и степени на тревожност като черта на характера показват, че няма ясни разлики между

изпитваното ниво на самооценяване и степента на тревожност като черта на характера $X^2=4$, $N = 120$) $=5.426$; $p = .246$. И така, констатациите, представени в таблица 1, показват, че първата хипотеза е отчасти доказана.

Освен това, следващите констатации се поддържат от предишни изследвания (Икечукву Ikechukwu, 2013; Лестър Lester, 2015; Розенберг Rosenberg, 1985; Сиголиту Sygkollitou, 1997) и от пръв поглед в следващата таблица 26 може да се получи информация, че втората изградена хипотеза тук се доказва. Налице е обратна връзка между нивата на самооценка и степента на тревожност като състояние, както и тревожността като черта на характера. Изведените резултати показват, че с нарастването на самооценката, расте по-ниската тревожност като състояние и като черта на характера.

Таблица 26.

Spearman`s Rho, Степен на значение и променливи

Тревожност като Spearman`s-.227		
състояние	rho	
	p	.013
	N	120
Тревожност като Spearman`s-.210		Самооценка
черта на	rho	
характера	p	
	N	
		.021
		120

Резултатите са много логични и $r_s = -.227$; $p = .013$ което ще рече, че юношите с високи нива на самооценка имат ниски степени на тревожност като състояние, както и че с

изграждане на самооценката може да се намали степента на тревожност в момента. Същото се наблюдава в следващия резултат $r_s = . - 210$; $p = .021$ където самооценката се повишава, а тревожността като черта на характера се намалява. Тези резултати съответстват също така на някои констатации в литературата (Нтемсия и колектив Ntemsia, et. all, 2017) Според изследването на Розенберг през 1962 г. резултатите показват ясно обратна връзка между ниво на самооценка и степен на тревожност. Някои учени предполагат, че самооценката служи на буферна функция на тревожността (Грийнберг и колектив Greenberg et. all, 1992; Лиъри Leary, 1990; Самън и колектив Salmon et. all, 1998).

Корелациите на увереност, самооценка, тревожност и ползване на Фейсбук

В този параграф ще обсъдим критичните връзки, които възникват от констатациите на проучването между концепциите за увереност, самочувствие и тревожност.

Таблица 27.

Корелация на променливите увереност и самооценка

Увереност	Корелация на	Самооценка
	Пирсън	
	Знач. (2-	0,2
	опашки)	
N	120	

(*: $p < 0.05$, **: $p < 0.01$)

Данните, представени в таблица 30 показват корелацията между увереност и самооценка. Заключението,

което може да се изследва след прилагане на коефициента на корелация на Пирсън r , че увереността и самооценката представят пренебрежима негативна корелация $r = -.119$ така че няма статистически значими констатации, които показват, че увереността и самооценката са взаимно свързани. Тази констатация води до отхвърляне на първата половина на хипотезата на изследването, че високите степени на увереност ще представят положителна корелация с високото самочувствие.

Таблица 28.

Корелация на променливите увереност и тревожност като черта на характера

Увереност	Корелация на Пирсън	Тревожност като черта на характера
Знач. (2-опашна)	0	
N	120	

(*: $p < 0.05$, **: $p < 0.01$)

Данните, представени в таблица 28, показват корелацията между променливите увереност и тревожност като черта на характера. Забележките, които могат да бъдат отправени след приложение на коефициента на корелация на Пирсън са, че увереността и тревожността като черта на характера представят една статистически значима отрицателна корелация $r = -.280^{**}$. Това означава, че докато променливата за увереност се увеличава, променливата за тревожност като състояние се намалява. Тази констатация води до приемане на втората половина на третата хипотеза на проучването, че

високи степени на увереност ще представят отрицателна корелация с ниските степени на тревожност като състояние на личността.

Таблица 29.

Корелация на променливите самооценка и тревожност като черта на характера

Тревожност като черта на характера	Корелация на Пирсън	.252**	Ползване на Фейсбук
	Знач. (2-опашна)	0,01	
	N	120	
Самооценка	Корелация на Пирсън	0,13	
	Знач. (2-опашна)	0,15	
	N	120	

(*: $p < 0.05$, **: $p < 0.01$)

Таблица 29 представя коефициент на корелация на Пирсън за трите променливи, а именно тревожността като черта на характера и самооценката взаимно свързана с ползването на Фейсбук. Крайният резултат от тази корелация е ключов за контролирането на четвъртата хипотеза, която сме формулирани, “високите степени на тревожност като черта на характера и ниските нива на самооценка ще бъдат положително взаимосвързани с високи нива на ползване на Фейсбук.” Когато се позоваваме на променливата за Ползване на Фейсбук, използваме измерването на първия въпрос във въпросника относно Фейсбук, който беше “Колко време прекарвате средно на ден във Фейсбук?”. Както се разбира от таблицата, променливата за тревожността като състояние и променливата за ползване на Фейсбук включват статистически значима положителна корелация $r = .252^{**}$, $p < 0.01$, което

означава, че първата величина на нашата хипотеза се потвърждава.

		Скала пасивн ост	Скала агреси я	Скала манипу лативн ост	Скала уверено ст	Самоо ценка	Състоя ние тревож ност	Черта Тревожн ост
Скала пасивн ост	Корелаци я на Пирсън	1	0,06	0,12	-0,14	,275**	,215*	,317**
	Знач. (2- опашна)		0,55	0,18	0,13	0	0,02	0
	N	120	120	120	120	120	120	120
Скала агреси я	Корелаци я на Пирсън	0,06	1	,263**	0,05	0,03	0,16	0,03
	Знач. (2- опашна)	0,55		0	0,6	0,74	0,07	0,75
	N	120	120	120	120	120	120	120
Скала манипу лативн ост	Корелаци я на Пирсън	0,12	,263**	1	-0,03	0,02	0,06	0
	Знач. (2- опашна)	0,18	0		0,75	0,86	0,5	0,97
	N	120	120	120	120	120	120	120
Скала_ Уверен ост	Корелаци я на Пирсън	-0,14	0,05	-0,03	1	-0,12	-,220*	-,280**
	Знач. (2- опашна)	0,13	0,6	0,75		0,2	0,02	0
	N	120	120	120	120	120	120	120
Самоо ценка	Корелаци я на Пирсън	,275**	0,03	0,02	-0,12	1	,325**	,427**
	Знач. (2- опашна)	0	0,74	0,86	0,2		0	0
	N	120	120	120	120	120	120	120
Състоя ние _Трево жност	Корелаци я на Пирсън	,215*	0,16	0,06	-,220*	,325**	1	,571**
	Знач. (2- опашна)	0,02	0,07	0,5	0,02	0		0
	N	120	120	120	120	120	120	120

Черта Тревож ност	Корелаци я на Пирсън	,317**	0,03	0	-,280**	,427**	,571**	1
	Знач. (2- опашна)	0	0,75	0,97	0	0	0	
	N	120	120	120	120	120	120	120
**. Корелацията е значителна на 0.01 ниво (2-опашна).								
*. Корелацията е значителна на 0.05 ниво (2-опашна).								

		Скала пасивн ост	Скала агреси я	Скала манипу лативн ост	Скала уверено ст	Самооц енка	Състоян ие тревожн ост	Черта Тревожн ост
Скал а паси внос т	Корелаци я на Пирсън	1	0,06	0,12	-0,14	,275**	,215*	,317**
	Знач. (2- опашна)		0,55	0,18	0,13	0	0,02	0
	N	120	120	120	120	120	120	120
Скал а агрес ия	Корелаци я на Пирсън	0,06	1	,263**	0,05	0,03	0,16	0,03
	Знач. (2- опашна)	0,55		0	0,6	0,74	0,07	0,75
	N	120	120	120	120	120	120	120
Скал а мани пула тивн ост	Корелаци я на Пирсън	0,12	,263**	1	-0,03	0,02	0,06	0
	Знач. (2- опашна)	0,18	0		0,75	0,86	0,5	0,97
	N	120	120	120	120	120	120	120
Скал а_Ув ерен ост	Корелаци я на Пирсън	-0,14	0,05	-0,03	1	-0,12	-,220*	-,280**
	Знач. (2- опашна)	0,13	0,6	0,75		0,2	0,02	0
	N	120	120	120	120	120	120	120
Само оцен ка	Корелаци я на Пирсън	,275**	0,03	0,02	-0,12	1	,325**	,427**
	Знач. (2- опашна)	0	0,74	0,86	0,2		0	0
	N	120	120	120	120	120	120	120
Съст ояни е Трев ожно ст	Корелаци я на Пирсън	,215*	0,16	0,06	-,220*	,325**	1	,571**
	Знач. (2- опашна)	0,02	0,07	0,5	0,02	0		0
	N	120	120	120	120	120	120	120

Черт а _Тре вожн ост	Корелаци я на Пирсън	,317**	0,03	0	-,280**	,427**	,571**	1
	Знач. (2- опашна)	0	0,75	0,97	0	0	0	
	N	120	120	120	120	120	120	120
**. Корелацията е значителна на 0.01 ниво (2-опашна).								
*. Корелацията е значителна на 0.05 ниво (2-опашна).								

Ето как увеличеното ползване на Фейсбук се установява в корелация с увеличаване на тревожността като състояние. Преминавайки към втората скала на хипотезата можем да наблюдаваме, че самооценката и ползването на Фейсбук представляват пренебрежима положителна корелация ($r = .131$), която не е статистически значима, което ни води към извода, че ползването на Фейсбук и самооценката не изглежда да са взаимно свързани.

Таблица 30.

Корелация на всички променливи.

Накрая, Таблица 30 представя общите корелации на всички променливи, които са били измерени и оценени посредством инструментите, използвани в изследването. Както може да се види, пасивното отношение е взаимосвързано със самооценката ($r = .275^{**}$, $p < 0.01$, 2-опашна), тревожността като състояние ($r = .255^{**}$, $p < 0.01$, 2-опашна) и тревожността като черта на характера ($r = .317^{**}$, $p < 0.01$, 2-опашна), представяйки положителни статистически значими корелации, които могат да се тълкуват, като увеличаването на пасивното отношение може да е взаимосвързано с увеличаването на другите три променливи -

самооценка, тревожност като състояние и като черта на характера. Агресивното отношение изведе статистически значима положителна корелация с манипулативното отношение ($r = .263^{**}$, $p < 0.01$, 2-опашна). Скалата за увереност представи статистически значима отрицателна корелация с Тревожността като състояние ($r = -.220^*$, $p < 0.05$, 2 опашна) и тревожността като черта на характера ($r = -.280^{**}$, $p < 0.01$, 2-опашна), което означава, че увеличение на увереното поведение е взаимосвързано с намаление на тревожността като черта на характера и като състояние. Както вече беше посочено, самооценката е взаимосвързана с пасивно отношение, увереност и тревожност (като състояние и черта на характера).

ЗАКЛЮЧЕНИЯ

Самооценката е важен компонент на личността. В много проучвания е показано, че това е съществен фактор на психичното здраве и е в отрицателна взаимовръзка със самотата, тревожността и депресията (Тейлър и Браун Taylor & Brown, 1988; Дейвис, Хансен и колектив Davis, Hansen, et al., 1992; Лаасгаард и Елклит Lasgaard & Elklit, 2009; Махон и колектив Mahon, et al., 2006; Ал Хатиб Al Khatib, 2012). Нивото на самооценка е от висше значение, когато общуваме с другите то задвижва самоувереността или липсата ѝ. Да се живее без удобните нива на самооценка за един юноша означава да се придвижи директно към тревожността и следователно към самотата. Като цяло в резултат може да се обобщи, че момчетата имат по-високи нива на самооценка от момичетата. Тревожността като състояние и черта на характера е по-висока сред младите момичета отколкото сред

младите момчета. Както е показано във всички анализи по-горе, тези констатации се подкрепят от разнообразни проучвания.

Въз основа на резултатите от настоящото изследване, беше установено, че самооценката има силна отрицателна корелация с двете скали на STAI (тревожност като черта на характера и като състояние) сред юношите.

По отношение на третата хипотеза на проучването, което беше проведено, *„Предположението беше, че високите степени на увереност ще представят положителна корелация с високото самочувствие и негативна корелация с ниските степени на тревожност като черта на характера”*, беше установено, че високите степени на увереност имат силна отрицателна корелация с ниските степени на тревожност като черта на характера. Обаче втората скала на хипотезата, която беше насочена към силна положителна корелация между висока самооценка и високи степени не уверено отношение, не беше потвърдена, тъй като нямаше статистически значима корелация.

И накрая, относно четвъртата хипотеза, беше предположено, че *“високите степени на тревожност като черта на характера и ниските нива на самооценка ще бъдат положително взаимосвързани с високи нива на ползване на Фейсбук.”*. Данните, които се получиха след статистически контрол на променливите, потвърдиха хипотезата, че силната тревожност като черта на характера и високи нива на ползване на социалната мрежа Фейсбук имат силна корелация. Въпреки това, другата скала на хипотезата, която се отнасяше до корелацията на ниски нива на самооценка и високи нива на ползване на Фейсбук не беше доказана.

За да обобщим, въпреки факта, че много от учениците, които взеха участие в настоящото проучване, оцениха своите нива на самооценка като умерени и високи, заключенията на това проучване са в широк мащаб подчертаващи абсолютно критично важната необходимост да се засилват, стимулират и укрепват чувствата на субективната самооценка в чувствителната и уязвима възраст на юношеството в гръцките региони, като се вземат предвид положителните резултати, които този акт може да провокира по отношение на тревожността като състояние и като черта на характера. Образователните програми за насърчаване на самооценката и благосъстоянието в училищната среда в гръцката област, както и техниките за управление на тревожността изглежда имат жизненоважно значение в повишаването на качеството на образователния живот както и изпълнение на образователните цели. Възможно е също така да се приложи образование за родителите относно самооценката и благосъстоянието на детето, тъй като родителите могат да изиграят активна и важна роля в благополучието и щастието на детето в сътрудничество с учителите в училище и другите социализиращи фактори. Относно ползването на страниците в интернет на социалните мрежи, предимно Фейсбук, образователните програми с акцент върху злободневни и значими въпроси, които вълнуват юношите, трябва да имат място в аналитичните предмети от училищната програма, тъй като твърдо вярваме, че такова включване би било много полезно.

ПРИНОСИ НА НАСТОЯЩОТО ПРОУЧВАНЕ

Настоящото проучване беше осъществено и предприето в съществуваща и реална образователна среда и в резултат има своята практическа приложимост. Един от множеството приноси на настоящото изследване е фактът, че то разширява научната литература, която се занимава с въпросите на самооценката, тревожността и междуличностните отношения по време на юношеството. Макар че връзките и отношенията на самооценката, тревожността, субективното благосъстояние или маладаптивните отношения, като агресия или пасивност сред младежите са сред най-важните въпроси, които занимават психолозите и социолозите, когато набират огромни количества и разнообразие от данни, проучвания и образователни интереси, в гръцките региони все пак изглежда е налице празнота в литературата при изследването и задълбоченото откриване на взаимовръзките между гореспоменатите фактори, особено по време на юношеството.

Предвид практическите приложения на заключенията и констатациите на настоящото изследване, всички фактори, които са включени в процедурата по обучение в училище и в образователните програми, както и хората, заинтересовани от възпитанието на юношите, могат да се информират и да придобият полезни знания относно важните взаимовръзки, които се осъществяват по отношение на самооценката, тревожността, увереното отношение и междуличностните взаимоотношения.

Публикации по темата на дисертацията

Тафилис, К. (2019). Връзки между самооценка и тревожност като състояние или черта на характера сред юношите в Гърция. *Годишник по психология* 10(1). стр. 127-136.

Тафилис, К. (2020). Теоретичен подход към самооценката в детството и юношеството. *Годишник по психология* 11(1). стр. 56-59.

Тафилис, К. (2021). Позитивната психология: нова форма на психология. *Годишник по психология* 12(1). под печат.