

**ВАРНЕНСКИ СВОБОДЕН УНИВЕРСИТЕТ  
„ЧЕРНОРИЗЕЦ ХРАБЪР”  
ЮРИДИЧЕСКИ ФАКУЛТЕТ  
КАТЕДРА „ПСИХОЛОГИЯ”**

**Мила Петкова Балабанова**

**ВЪЗПРИЕМАНЕ НА ПРОМЕНИТЕ ВЪВ  
ВЪНШНОСТТА СЛЕД ЛАЗЕРТЕРАПИЯ И  
ПСИХОСОЦИАЛНОТО ФУНКЦИОНИРАНЕ**

**АВТОРЕФЕРАТ**

на дисертационен труд  
за придобиване на образователна и научна степен „доктор”  
Професионално направление „Психология”  
Докторска програма „Обща психология”

**ВАРНА • 2018**

**ВАРНЕНСКИ СВОБОДЕН УНИВЕРСИТЕТ  
„ЧЕРНОРИЗЕЦ ХРАБЪР”  
ЮРИДИЧЕСКИ ФАКУЛТЕТ  
КАТЕДРА „ПСИХОЛОГИЯ”**

**Мила Петкова Балабанова**

**ВЪЗПРИЕМАНЕ НА ПРОМЕНИТЕ ВЪВ  
ВЪНШНОСТТА СЛЕД ЛАЗЕРТЕРАПИЯ И  
ПСИХОСОЦИАЛНОТО ФУНКЦИОНИРАНЕ**

**АВТОРЕФЕРАТ**

на дисертационен труд  
за придобиване на образователна и научна степен „доктор”  
Професионално направление „Психология”  
Докторска програма „Обща психология”

**Научни ръководители:**

доц. д-р Даниела Андонова  
доц. д-р Красимир Иванов

**Рецензенти:**

проф. д.пс.н. Галя Тодорова Герчева  
проф. д.ик.н. Гошо Кирилов Петков

**ВАРНА • 2018**

Дисертационният труд е обсъден в катедра „Психология” и е насочен за защита пред научно жури, назначено със заповед на Ректора на ВСУ „Черноризец Храбър” № 867/ 03.05.18

Дисертационният труд е в обем от 164 страници и съдържа увод, три глави, заключение и списък на използваната литература, състоящ се от 192 източника – 59 на кирилица и 133 на латиница. Текстът съдържа 32 таблици и 7 фигури.

Авторът на дисертационния труд е докторант на самостоятелна подготовка към Катедра “Психология” при Юридически факултет на ВСУ „Черноризец Храбър” .

Защитата на дисертационния труд пред Научно жури ще се състои на 05.07.2018 от 10.00 ч. в Заседателната зала на ВСУ „Черноризец Храбър” на открито заседание на Научното жури. Материалите по защитата са на разположение в канцеларията на катедра „Психология“ към Юридически факултет на ВСУ „Черноризец Храбър” и на интернет адрес [www.vfu.bg](http://www.vfu.bg), раздел „Докторанти”.

# I. ОБЩА ХАРАКТЕРИСТИКА НА ДИСЕРТАЦИОННИЯ ТРУД

## 1. Въведение

Възприемането на собствената външност е разгледано в този труд като психосоциален феномен, свързан с емоционално-оценъчното отношение към себе си, с Аз концепцията и със себеприемането, намиращ външен израз в постоянните взаимодействия на личността с другите хора. Това води до допускането, че начинът, по който личността възприема своята външност, има критично важни последствия за психосоциалното функциониране. Това допускане се формира като резултат от неформалните разговори и полуструктурирани интервюта с пациенти на естетизираща външността лазертерапия, които съобщават за повишени себеувереност и самочувствие и за повече увереност във взаимодействията си с другите, които обясняват като следствие от промените във външността си. Отчитат също занижено безпокойство и повишено желание за междуличностни запознанства, както и че имат по-голяма смелост да говорят пред публика и да отстояват позициите си. Някои от тях споделят, че са проявили смелост да потърсят нова работа и сами си поставят цели, за които преди не са смятали, че са достойни, постепенно са променили приоритетите си, като се стремят към неща, за които преди не са се осмелявали поради липса на самочувствие от неприемането и нехаресването на външността си. Ориентират се към по-здравословен за тях начин на живот. Имат надежди за подобряване на интимния си живот и партньорските взаимоотношения, а други са осъществили вече нови такива, като обясняват това с промяната на отношението към самите себе си, и с чувството на повече увереност в общуването с партньора. Тези доброволни и спонтанни откровения мотивираха иницирането на това изследване, като доведоха до допускането, че удовлетвореността от външността има важни психологични последствия за развитието, себerealизацията и щастието, и следователно, мотивацията на хората да подобряват външността си вероятно не е само суета, а включва напълно евдемонични (насочени към смисъл в живота и личностен растеж) мотиви – осъществяването на смислени връзки и смислени жизнени цели. Оттук възникна необходимостта това ново допускане да бъде подложено на проверка.

## 2. Актуалност и значимост на темата на изследването

**Актуалността** на дисертационното изследване произтича от засилващото се разбиране за важността и последствията на отношението към собствената телесна външност – изследователска област, която се утвърждава в последните десетилетия като силно актуална поради поне три причини.

Първо, нарастването на продължителността на живота и поставянето на нови граници за т.нар. „средна възраст“ провокират промени в нагласата и представите на човека за самия себе си по отношение не само на това, че *може* да изглежда по-добре, но и за това, че *трябва* да изглежда по-добре, за да отговаря на растящите социални и икономически изисквания, поставяни не само пред професионалното реализиране и кариерно израстване, но и в реализирането на удовлетворяващи интимни и партньорски взаимоотношения. Външността се определя като един от водещите критерии в избора на партньор и социално значим критерий, по който човек оценява себе си и другите. Интересен проблем представлява и ролята на възприемането на собствената външност в контекста на растящата алиенация и съвременния феномен на все по-стесняващите се преки междуличностни

взаимодействия, заместени от индиректната комуникация чрез социалните мрежи, телефона и видеотехнологиите.

Второ, нараства изследователският интерес към негативните психосоциални последици при хора с вродени или придобити нежелани физически особености и белези – след онкохирургия и терапия, катастрофи и травми, с наднормено тегло, кожни състояния и заболявания, възрастови изменения и други, социално утвърдени като „неестетични” особености на външността.

Трето, изследователите се интересуват и от психосоциалните ефекти и последици в стремежа към постоянни промени във външността. Редица анализи и проучвания се посвещават на изучаването на причините и мотивите зад все по-ескалиращите тенденции да се удовлетворява чрез хирургични интервенции потребността от позитивно приемане на собственото тяло, постигане на удовлетвореност от собствената външност и придобиване на по-привлекателен за другите външен вид.

Тези съвременни феномени повдигат изключително актуални изследователски въпроси – както сами по себе си, така и поради връзката им с качеството на живот и психичното благополучие в контекста на социалната адаптация като цяло и в частност – междуличностните и интимните взаимоотношения, особено уязвими към негативното възприемане на телесния Аз и дефицитите в социалните взаимодействия, следващи от него.

**Значимостта** на дисертационното изследване може да бъде дискутирана в теоретичен и приложен аспект.

На теоретично ниво значимостта на изследването се отнася до поставянето на въпроси, по които в научната литература липсват ясни отговори. Проблемът за ролята на физическия (телесния) Аз в личностната структура е засега слабо разработен и недооценен. Той е споменаван и разглеждан предимно в рамките на неговото участие в процесите на формиране и изграждането на личностната идентичност, но трудно могат да се посочат трудове, в които да е разработена дълбочината и многоаспектността на връзките и взаимоотношенията между физическия Аз с другите измерения на Аза, както и да се посочи теоретична концепция за неговите функции, значимост и роля.

В подкрепа на това твърдение могат да бъдат посочени следните аргументи. Първо, съществуват множество изследвания върху ролята на външността и в частност на физическата привлекателност в междуличностните и социалните взаимоотношения на индивида, чиито резултати потвърждават, макар и косвено, взаимосвързаността между отношението към собствената телесна външност и отношението към себе си (общата самооценка), но не дават отговор на въпроси от обхвата на настоящето изследване като значението на самооценката за външността за общата самооценка, както и доколко самооценката за външността повлиява общата Аз-концепция.

Второ, установена бе липсата на научна литература и изследвания, обсъждащи психологичните ефекти и последици при хора с проблеми във външността, подложени се на лазертерапия. Предварителните проучвания показват, че липсват изследвания върху психологичните последици и психологичните ефекти от медицински интервенции за подобряване на външността и в частност – след лазерната хирургия и лазертерапия в области като дерматология, дерматохирургия и естетична и реконструктивна медицина. Тъй като тази изследователска област е изцяло неразработена, опитът този нов изследователски проблем да бъде подложен на теоретичен анализ и емпирична проверка е допълнителен аргумент за значимостта на изследването.

Трето, дисертационното изследване насочва вниманието към нов изследователски проблем за ефектите на самооценката за външността върху взаимоотношенията и взаимодействията с другите, и по-конкретно - възможните връзки на самооценката за външността с такива витални аспекти от личностната комуникативна динамика, каквито са желанието за общуване и комуникативното безпокойство – най-голямата бариера пред общуването с другите и следователно – пред личностната реализация. Не бяха открити изследвания върху възможните взаимовръзки между самооценката за външността с тези аспекти на комуникативната активност.

Четвърто, проекцията на самооценката за външността върху качеството на живот и позитивното личностно функциониране на съвременния човек е проблем с неоспорима значимост в изследването на психичното и физическото здраве. При нарастващото психологично и социално значение на външността и физическия Аз, липсата на теоретична концепция не позволява да се разкрият и обяснят неизвестни досега страни на отношението на човека към самия себе си, повлияващи неговото психично благополучие.

Приложната значимост на изследването се състои във възможностите, които то предлага за по-богати и детайлни интерпретации на психологичните измерения на външността и на образа за тялото в областите на:

- приложната и консултативна психология с отношение към психичното здраве, например във взаимоотношението между терапевт и пациент, изискващо специфични знания за самооценката за външността, които позволяват на терапевта да открие проблемите, свързани с външността, както и да разбере мотивите зад притесненията на пациента в общуването му с другите и противоположния пол, нежелание за социализация и т.н., базирани на занижена самооценка за външността и съответно с негативния образ на пациента за себе си в този контекст. Изследването има потенциал да послужи на специалисти в областта на психичното здраве (психотерапевти, консултанти, училищни психолози), които работят с хора с проблеми във външността, с физически недостатъци, както и с такива с нереално занижена самооценка за външността;

- естествичната и реконструктивна хирургия, лазерната дерматология и други медицински сфери, налагащи професионална и специализирана намеса за подобряване на външността в контекста на редуцирането на неудовлетвореността от нея и повишаване на психичното благополучие и на качеството на живот, както и в други медицински сфери, в които присъства проблематиката на компрометираната външност, като психодерматологията.

Като краен продукт, дисертационното изследване предлага на теоретици и изследователи в сферата на психологията на външността нова концептуална рамка в разбирането на недостатъчно изследвана проблематика.

### **3. Обект и предмет на изследването**

**Обект** на изследването е самооценката за външността, разбирана като афективно-оценъчно отношение към собствената телесна външност като цяло и отделните конституционални характеристики и физически особености. **Предмет** на изследването са психосоциалните последици от промени в самооценката за външността в резултат на медицинска намеса (лазерна терапия), водещи до трайни промени във външността.

#### **4. Цел и задачи на дисертационния труд**

**Целта** на изследването е да се проучат ефектите на промени в самооценката за външността в резултат на осъществени промени във външността чрез лазерна терапия и връзките на самооценката за външността със самооценката, комуникативното безпокойство, желанието за общуване, междуличностните взаимоотношения, мотивацията на дългосрочното поведение и емоционалното благополучие.

Формулирани са следните **задачи**, обслужващи целта:

1. Да се обоснове психологичното значение на външността като феномен с критична важност за цялостното психосоциално функциониране на личността.
2. Да се разгледат класически и съвременни гледни точки за ролята на външността във формирането и развитието на общата самооценка и да се обоснове значението на конструкта „самооценка за външността“.
3. Да се разгледат теоретичните основи на човешките комуникации и комуникативната активност на личността, да се анализира участието на външността като комуникат в общуването, както и възможните дефицити в междуличностните взаимодействия, ограниченията и бариерите в общуването следствие от понижена самооценка за външността.
4. Да се подготви експерименталното изследване по отношение на подбор/създаване на инструментариум, избор на експериментален план, уточняване на процедурата и подбор на изследвани лица.
5. Да се осъществи набирането на емпирични данни и статистическата им обработка.
6. Да се анализират получените резултати.
7. Да се формулират изводи и препоръки за приложение на резултатите от дисертационното изследване.

#### **5. Хипотеза на дисертационното изследване**

**Хипотезата** на дисертационното изследване е, че повишената самооценка за външността в резултат на подобрения във външността оказва позитивно влияние върху психосоциалното функциониране, като: общата самооценка се повишава, желанието за общуване се повишава, комуникативното безпокойство намалява, междуличностните взаимоотношения се подобряват, дългосрочната мотивация на индивидуалното поведение и емоционалното благополучие се повишават.

#### **6. Методология на изследването**

За реализиране на целта и задачите на изследването и проверка на хипотезите се използват следните **методи**:

1. Систематизация и интерпретация на научната литература по проблема.
2. Система от конкретни изследователски методи при осъществяването на експерименталното изследване:
  - доекспериментален план с предварително и последващо оценяване от типа O1 X O2, където с O1 и O2 е означено измерването на включените в изследването променливи съответно преди и след въвеждането на експерименталното въздействие, а с X – самото експериментално въздействие (лазерна терапия);
  - батерия от самоотчетни въпросници;
3. Статистически методи за описание на данни и за проверка на хипотези.

## **II. ОБЕМ И СТРУКТУРА НА ДИСЕРТАЦИОННИЯ ТРУД**

Дисертационният труд е в обем от 164 страници и се състои от увод, три глави, заключение и списък на използваната литература. Текстът съдържа 32 таблици и 7 фигури. Списъкът на използваната литература се състои от 192 източника, от които 59 на кирилица и 133 на латиница. Изложението на дисертационния труд е структурирано, както следва:

### **УВОД**

#### **ГЛАВА ПЪРВА. ВЪНШНОСТ И САМООЦЕНКА ЗА ВЪНШНОСТТА - ТЕОРЕТИЧЕН ПРЕГЛЕД**

##### **1. Психосоциално интерпретиране на външността**

- 1.1. Културни и социални измерения на външността – исторически поглед
- 1.2. Роля на външността в процесите на привличане и подбор на партньор
- 1.3. Атрибутиране на личностни качества на основата на характеристики от външността

##### **2. Роля на външността във формирането на самооценката**

- 2.1. Участие на външността в Аз-образа и самооценката
- 2.2. Формиране на образа за тялото и отношението към него в детството и юношеската възраст
- 2.3. Концептуализация на самооценката за външността
- 2.4. Връзки на самооценката за външността с психосоциалното функциониране

### **Изводи**

#### **ГЛАВА ВТОРА. ВЪНШНОСТ И САМООЦЕНКА ЗА ВЪНШНОСТТА В КОНТЕКСТА НА МЕЖДУЛИЧНОСТНИТЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ**

##### **1. Общуването като фундаментален процес в междуличностните взаимодействия на индивида**

- 1.1 Същност на човешките комуникации: теоретични концепции и модели
- 1.2. Желанието за общуване и комуникативното безпокойство – ключови измерения в комуникативната активност на личността

##### **2. Участие на външността в общуването**

- 2.1 Участие на външността като невербален комуникат в общуването и в самопрезентационните процеси на личността
- 2.2. Дефицити в междуличностните взаимодействия вследствие понижена самооценка за външността
- 2.3. Значение на самооценката за външността за комуникативната активност

### **Изводи**

#### **ГЛАВА ТРЕТА. ВЛИЯНИЕ НА ПРОМЕНЕТЕ В САМООЦЕНКАТА ЗА ВЪНШНОСТТА ВЪРХУ ПСИХОСОЦИАЛНОТО ФУНКЦИОНИРАНЕ**

##### **1. Цел, задачи и хипотези на експерименталното изследване**

##### **2. Метод**

- 2.1. Изследвани лица и процедура
- 2.2. Инструменти

##### **3. Резултати**

- 3.1. Дескриптивни статистики
- 3.2. Проверка на хипотезите на експерименталното изследване

##### **4. Обсъждане**

- 4.1. Обобщение на резултатите
- 4.2. Ограничения на изследването



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

### Литература

## III. КРАТКО ИЗЛОЖЕНИЕ НА ДИСЕРТАЦИОННИЯ ТРУД

В **Увода** са представени основанията за разработването на този дисертационен труд и са обосновани актуалност, теоретична и практическа значимост. Определени са обектът и предметът, дефинирана е целта и са изброени задачите на дисертационното изследване. Описан е използваният изследователски инструментариум.

**Първа глава „Външност и самооценка за външността – теоретичен преглед“** се състои от 2 параграфа и изводи. В **параграф 1. „Психосоциално интерпретиране на външността“** е разгледан психосоциалният феномен *външност* като важен аспект от индивидуалността на човека. Разглеждана в перспективата на личностната уникалност, външността се определя като важен фактор в избора на партньор, в романтичните и брачни взаимодействия. Анализирани са доказателства, подкрепящи еволюционните механизми в разбирането на ефектите на физическата привлекателност върху процесите на привличането и общуването между двата пола. Допълнителен акцент е поставен върху разглеждането на стереотипите за външността и стигмата към хора със специфични особености във външността си и с физически недостатъци, като са разгледани и предразсъдъците, свързани с тях. Обсъжда се атрибуцията на характеристики от външността към такива на характера в ежедневните междуличностни взаимодействия, както и в социокултурен контекст, във фолклора, митологията, приказките, съвременната кино и масова култура. Дискутирана е ролята на външността в психологията на рекламата в посланията, че привлекателната външност дава достъп до социални изгоди и ползи и в удовлетворяването на потребности.

**Подпараграф 1.1. „Културни и социални измерения на външността – исторически поглед“** обсъжда факти и свидетелства в полза на това, че от древността индивидите отдават огромно значение на ролята на външността в стремежа си към получаване на одобрение, приемане и признание. Човекът идентифицира себе си и чрез външността си и придава значение на външността си от хилядолетия насам в разбирането, че тя е средство в постигането на цели, дава предимства и предоставя привилегии. Разгледани са исторически данни, свидетелстващи за вниманието, което човекът открай време е обръщал на телесната си външност в желанието за постигане на социален успех и удовлетворяващи интимни взаимоотношения. В подкрепа на това се предоставят данни в перспективата на античната философия и реторика, аргументиращи високата важност, придавана на физическите характеристики от външността в социалната дейност на човека и начините за упражняване на влияние и въздействие чрез тях, както и как понятието за физическа красота в древността се свързва с естетиката, хигиената на тялото и физическото здраве.

**В подпараграф 1.2. „Роля на външността в процесите на привличане и подбор на партньор“** се дискутират психологичните механизми на влияние на външността върху поведението в процесите на привличане и подбор на партньор. Разгледани са емоционалните прояви в междуполовата комуникация, свързани с възприемането и интерпретирането на външността в началните процеси на общуване, когато привлекателните физически характеристики биват свързвани с позитивни, социално приети, желани и търсени личностни качества, които нямат външен израз – като лоялност, доброта на характера, нежност, искреност и др. Приведени са свидетелства

в контекста на еволюционните теории за ролята на външността в подсигурирането на оцеляването на вида и в обмяната на невербални сигнали с потенциалния партньор.

Изследователският интерес в **подпараграф 1.3.** „Атрибутиране на личностни качества на основата на характеристики от външността е насочен към анализирането на феномена характеристики от външността да се възприемат и интерпретират като визуални носители на действителни морални качества и личностни характеристики. Разглеждат се и се съпоставят данни от изследвания върху стереотипното приписване на психологични качества и черти въз основата на такива от външността в процесите на формирането на впечатление за някого. Разгледан е процесът на спекулативното приписване на положителни или отрицателни черти на характера и стереотипите, адресиращи отношението *външност – характер*, а именно, че външността отразява характера на личността. Обсъдени са предразсъдъците към хора с физически особености и недостатъци, и тълкуванията, които наличието им е предизвиквало, като са приведени и примери от световното културно наследство, свидетелстващи за приписване на личностни качества на основата на такива от външността. Отделено е внимание и на това, как "зли" образи биват пресъздавани с именно с помощта на стигматизирана външност (билатерална несиметричност, физически недостатъци и особености по лицето). Разгледано е свързването на привлекателната външност с получаването на социални предимства и удовлетворяването на потребности в рекламата.

**В параграф 2.** „Роля на външността във формирането на самооценката“ се обсъжда проблематиката за ролята на външността в личностната структура. За тази цел са потърсени изследвания и анализи, адресиращи личностното отношение към външността и участието на външността във формирането на общата самооценка при децата и подрастващите. Външността се разбира и разглежда в общия контекст на физическия Аз – като телесната репрезентация на личността в комплексната синергетика на нейните анатомични и конституционални характеристики, физическите измерения, телесна маса, форми и особености. Коментирани са концепции за самооценката и нейното формиране и развитие във връзка с участието на външността в нея. Дискутира се формирането на образа за физическия Аз, като процес повлиян от стереотипи и еталони за физическа привлекателност и най-близкото обкръжение, и в периода на физическото съзряване, когато подрастващите отделят голямо внимание на своето тяло. Концептуализира се самооценката за външността като конструкт на самооценката и се дискутира нейната роля в психосоциалното функциониране.

**Подпараграф 2.1.** „Участие на външността в Аз-образа и самооценката“ разглежда различни авторски подходи, представящи разбираня за участието на външността в Аз- образа и самооценката, в контекста на изследователските интереси на авторите. Коментира се, че въпреки всепризнатото участие на физическия Аз в личностната концепция и в процесите на нейното формиране, разглеждането му като цяло остава ограничено. В допълнение, докато в традиционните концепции за структурата на личността бива отдадено дължимото внимание на самооценката и са анализирани фасетите ѝ от различни гледни точки, за този за външността може да се твърди, че е останал встрани от фокуса на внимание независимо, че класическите теории за личността признават участието на физическия (телесния) Аз във формирането на личностната структура и го посочват като неин конструкт. Анализът на авторските разбираня за ролята на физическия Аз и респективно на външността в личностната структура и самооценката разглежда как този въпрос дълго време бива оставен в сянка, като предоставя и актуални данни от съвременни изследвания,

които започват да отразяват неговата важност, в контекста на изследването, разбирането и подобряването на субективното качество на живот.

**В подпараграф 2.2.** „Формиране на образа за тялото и отношението към него в детството и юношеската възраст“ се коментира формирането на съответната представа за собственото тяло като неизменно свързано с контакта с външния свят и на базата на предпоставки от индивидуалната история на индивида, неговото детство и взаимоотношенията му с другите. В разбирането, че външността задава основата на първоначалната представа на човека сам за себе си се разглежда приемането на собствената външност като иманентна част от личностното себеприемане и самооценката. Дискутиран е проблемът за формирането на самооценката като етап от развитието, повлиян и от външността. Анализира се значимостта на външността в юношеската възраст, когато представите за нея се свързват с качества като увереност или стеснителност и формирането на негативна самооценка за външността. Обосновават се причините, по които детето и подрастващият индивид оценяват своята външност относително позитивно или негативно, а именно - чрез оценките, получавани от социалното обкръжение, субективните представи за външността (или това, което го отличава от другите в случаите на физически недостатъци), и процесите на социално сравняване с интериоризираните културни стереотипи.

**В подпараграф 2.3.** „Концептуализация на самооценката за външността“ се прецизират социалните функции на външността. Констатира се, че външността: влияе върху процесите на формирането на първоначалните впечатления; служи като инструмент за увеличаване възможностите за по-разнообразно представяне в различни житейски и професионални ситуации и роли; е предпоставка и дори понякога условие за някои социални и професионални позиции; е фактор за атрибуция с предполагаеми качества и характеристики на личността; участва в процесите на привличане, междуполовата комуникация и подбор на партньор. Това, че човекът поставя висока стойност на външността в контекста на социалното си представяне, индикира значимостта на самооценката за външността за самооценката като психологичен феномен, регулиращ в определена степен взаимоотношенията на индивида в социалната му реалност. Самооценката за външността участва във формирането на самооценката, и влияе върху нея. В това разбиране, за самооценката за външността се определя че: 1) има субективна значимост за самооценката за отделните индивиди; 2) предполага наличието на основание за сравнение с други хора, като еталони и норми; 3) оказва влияние в определена степен върху социалната адаптация и поведението в междуличностните взаимодействия.

Концептуализира се, че: 1) самооценката за външността следва да се разбира и анализира като важен компонент на самооценката; 2) субективният процес на самооценяване на външността има емоционално-когнитивен характер; 3) самооценката за външността се проявява като съвкупност от оценки, представи и възприятия, отнасящи се до външността в цялост и по отношение на нейните отделни специфични части (физически характеристики, форми и измерения, телесното тегло, ръст. 4) Оценяването на собствената външност – относително положително или не, зависи от степента на съответствието на външността с предявените към нея личностни изисквания, формирани под влиянието на собствените и социалните критерии, и от представите на индивида за това, как другите оценяват външността му съобразно значимостта, която той отдава на оценката от тях. 5) Самооценката за външността е компонент на самооценката с индивидуална значимост за всеки отделен индивид и предопределя субективното разбиране за степента на собствената физическа привлекателност.

**В подпараграф 2.4.** „Връзки на самооценката за външността с психосоциалното функциониране“ се коментира ролята на външността в психосоциалното функциониране, в контекста на отражението на емоционално-оценъчното самоотношение към външността върху качеството на живот. Разгледана е мотивацията на индивидите да подобряват външността си и да полагат старания за да увеличават своята физическа привлекателност. Подобна мотивация подсказва за значимостта на външността за самооценката в стремежа на човека към осъществяването на желани взаимоотношения и преследването на цели. Разгледаните изследователски данни дават основание да се предположи, че удовлетвореността от външността е фактор в поставянето на желани цели. Представени са данни свидетелстващи, за това, как негативната оценка на собствената външност се отразява негативно на качеството на живот в сферите на социалната адаптация, взаимодействията и взаимоотношенията с другите. Неудовлетвореността от външността се свързва с тенденция към негативна афективност, дистанциране и социална дисфункция, и понижено качество на живот. Допуска се, следователно, че промени във външността, водещи до удовлетвореност от нея и респективно, повишаването на самооценката за външността влияят върху мотивацията за поставяне и достигането на важни за личността цели, което обуславя необходимостта от изследването на нейната роля в хедонистична перспектива – като фактор, влияещ върху качеството на живот на съвременния човек.

#### **Изводи от първа глава**

1) Интересът на човечеството към външността датира от древността. Човекът поставя висока стойност на външността си в контекста на социалното си представяне, което индикира значимостта на самооценката за външността за самооценката. Външността следва да се разбира като вид социална ценност.

2) Външността е важен фактор в процесите на привличане и подбор на партньор, присъства във формирането на първоначалната преценка и създаването на впечатление, служи като признак за индикиране на общественото положение и ролевите функции. Характеристики на външността се използват като маркери в опит за описване на качества и достойнства от характера.

3) Самооценката за външността е компонент на общата самооценка и отразява представите, емоциите и чувствата на индивида по отношение на собствената външност в цялост и нейните специфични измерения – физически характеристики, качества, форми, тегло, ръст. Самооценката за външността има индивидуална, субективна значимост за всеки отделен индивид и определя субективното разбиране за степента на собствената физическа привлекателност.

4) В известна степен тя определя нивото на самооценката и се отразява на психосоциалното функциониране, емоционалното благополучие и субективното качество на живот.

Втора глава **„Външност и самооценка за външността в контекста на междуличностните взаимодействия“** се състои от 2 параграфа, 7 подпараграфа и изводи. В **параграф 1. Общуването като фундаментален процес в междуличностните взаимодействия на индивида**“ общуването се разглежда като еволюционно затвърден признак, подпомогнал успешността на вида *Homo Sapiens* и специален аспект в цялостното разбиране за това, какво е човекът. Обсъжда се обменът на взаимодействия, информация и взаимовлияния в общуването и удовлетворяването на потребности в него. Обсъждат се комуникативното безпокойство и желанието за общуване като ключови характеристики от комуникативната активност на личността.

**В подпараграф 1.1.** „Същност на човешките комуникации: теоретични концепции и модели“ се разглеждат процесите на общуването в разбирането, че то е в основата на социалното поведение на човека и необходимото условие, което предоставя основа за формирането на психичните функции, самооценката и особеностите на личностното поведение във взаимодействията с другите хора. Коментирани са функциите на общуването както в перспективата на античната риторика и философия, така и съвременни концепции, разглеждащи общуването като дуално взаимодействие и взаимовлияние на участниците в него. Дискутират се структурата и функциите на езика. Общуването се обсъжда като процес, насочен към самопознание и самореализация на личността, и в удовлетворяването на потребности, тъй като в общуването човек изразява и удовлетворява редица потребности, а удовлетворяването им иманентно се свързва с включването на личността в комуникативни взаимодействия с другите – т.е. с общуването.

**В подпараграф 1.2.** „Желание за общуване и комуникативно безпокойство – ключови измерения в комуникативната активност на личността“ се разглеждат желанието за общуване и комуникативното безпокойство. Комуникативното безпокойство се анализира като актуален проблем за изследователите, които разглеждат механизмите зад него в психологична и неврофизиологична перспектива. Коментират се данни от изследвания, разглеждащи структурите на префронталния орбитален кортекс като регулатор на емоциите и социалното поведение и връзките на мозъчните структури с поведението в процесите на общуване. Разглеждат се връзките между желание за общуване и комуникативно безпокойство, изследвани в български условия от Герчева-Несторова, в контекста на разбирането на развитийните фактори и личностните бариери пред комуникативната активност на личността.

**В параграф 2** „Участие на външността в общуването“ се разглеждат ролята на външността като комуникат в общуването и в самопрезентацията на личността, и възможните дефицити в междуличностните взаимодействия, вследствие понижена самооценка за външността. Обсъжда се значението на самооценката за външността за комуникативната активност на личността и възможните препятствия пред общуването, които понижената самооценка за външността може да провокира.

**Подпараграф 2.1.** „Участие на външността като невербален комуникат в общуването и в самопрезентационните процеси на личността“ е посветен на ролята на външността като невербален комуникат с информационна, убеждаваща и емоционална стойност и като важна част от инструментариума, използван в процесите на саморегулацията и самопрезентацията в тенденцията към създаване на определени впечатления, и в конструирането на публичен образ. Дискутира се, че желанието за създаване на определени впечатления и управлението им се свързва в известна степен с изграждането и промяната на социалната идентичност на личността и образът за пред другите, в чието изграждане участва външността влияе на възможностите човек да се представя по-разнообразно в ситуации и роли. Разгледано е участието на външността в изпълнението на социални роли.

**В подпараграф 2.2.** „Дефицити в междуличностните взаимодействия вследствие понижена самооценка за външността“ се анализират негативните психосоциални последици за индивиди с: вродени и придобити физически недостатъци, наднормено тегло, проблематични състояния на кожата, тежко акне, белези от травми, катастрофи, и др., като се обсъждат връзките между неудовлетвореността от външността и влошеното качество на живот в аспектите на социалната адаптация и междуличностните взаимоотношения. Разглеждат се проявите на социална дисфункция при засегнатите, изразяващи се в притеснения

относно създаването на дългосрочни взаимоотношения, усещане за обща неудовлетвореност и безперспективност, нежелание за социализация и др. Коментира се поставянето на прякор в детските години вследствие наличието на особености във външността, често съпътстващ индивида през целия му живот. Разглеждат се стереотипни съждения по адрес на индивиди с физически недъзи и особености във външността. Привеждат се факти, показващи, че понижената оценка за собствената външност има последствия, които могат да се изразяват както в колебания на настроението, така и в патологии като депресии, нежелание за социализация, зависимости, разстройства на хранителното поведение и др.

**В подпараграф 2.3.** „Значение на самооценката за външността за комуникативната активност“ се дискутира как начинът, по който човек интерпретира оценяването на външността си от другите в общуването си с тях въздейства върху комуникативната му активност. Разглежда се как субективната интерпретация за негативна оценка на външността от другите е възможно да предвика у индивида безпокойство и нежелание за бъдещи срещи, и как изпитването на срам и притеснения по отношение на външността създава препятствия пред общуването – не само поради възможни реакции от отсрещната страна, но и като резултат от собственото негативно отношение към някои индивидуални характеристики от собствената външност. Разгледано е как понижената самооценка за външността поставя ограничения пред общуването в контекста на тактилната модалност (доксването, ръкостискането, прегръдка, целувка). Дискутирано е как кожни заболявания, като тежко акне, псориазис, екзема и особености във външността могат да предизвикат притеснение и нежелание за общуване чрез допир, както от страна на засегнатия индивид, така и от отсрещната, която да реагира с отвращение и боязън, вместо с внимание към думите на събеседника, разбиране и адекватно отреагиране на посланието, а засегнатият индивид - с приключване и оттегляне от комуникация. В подкрепа се привеждат факти от изследвания, че негативната оценка за собствената външност задава конфликт в отношението личност-социализация в цялостното взаимодействие със средата. Обсъжда се, че е възможно понижената самооценка за външността да създава непълноценен модел на общуване, който понижава комуникативната активност на личността и следва да бъдат изследвани възможни прояви на комуникативно безпокойство и като възможен резултат от понижена самооценка за външността.

### **Изводи от втора глава**

1) Външността участва в информационната, интерактивната и перцептивната страни на комуникативното взаимодействие, в изпълнението на социални и роли, и в самопрезентационните процеси на личността.

2) Понижената самооценка, причина за която е неудовлетвореността от външността, има редица нежелани социални последствия. Тя дава негативно отражение върху психичното благополучие на индивида, когато външността е стигматизирана или проблематична дори само в собствените представи на индивида.

3) Самооценката за външността, като елемент на самооценката се разбира като фактор, влияещ в известна степен на междуличностните взаимодействия. Тъй като ниската обща самооценка създава ограничения и бариери пред общуването на личността с другите, а самооценката за външността е част от общата самооценка и участва заедно с другите специфични самооценки в регулацията на поведението, тя се отнася към факторите, които могат да повлияят индивидуалната активност в общуването.

В трета глава „Влияние на промените в самооценката за външността върху психосоциалното функциониране“ е представено експерименталното изследване.

В параграф 1 „Цел, задачи и хипотези на експерименталното изследване“ са посочени:

- **Целта:** да се проучат ефектите на промени в самооценката за външността в резултат на промени във външността чрез лазертерапия върху общата самооценка, комуникативната активност, междуличностните отношения, поставянето на дългосрочни цели и емоционалното благополучие;

- **Задачите** на експерименталното изследване:

1. Да се подготви експерименталното изследване по отношение на подбор/създаване на инструментариум, избор на експериментален план, уточняване на процедурата и подбор на изследвани лица.

2. Да се осъществи набирането на емпирични данни и статистическата им обработка.

3. Да се анализират получените резултати;

- **Хипотезите** на експерименталното изследване:

1. Допускаме, че промяната във външността вследствие на лазерна терапия ще има позитивни ефекти върху самооценката за външността и останалите изследваните дименсии на психосоциалното функциониране, а именно:

- Самооценката за външността ще се повиши;

- Общата самооценка ще се повиши;

- Комуникативното безпокойство ще се понижи;

- Желанието за общуване ще се повиши;

- Междуличностните отношения ще се подобрят;

- Дългосрочната мотивация на индивидуалното поведение ще се повиши;

- Емоционалното благополучие ще се повиши.

2. Допускаме, че самооценката за външността има влияние върху психосоциалното функциониране, а именно:

- Общата самооценка ще се повиши;

- Комуникативното безпокойство ще се понижи;

- Желанието за общуване ще се повиши;

- Междуличностните отношения ще се подобрят;

- Дългосрочната мотивация на индивидуалното поведение ще се повиши;

- Емоционалното благополучие ще се повиши.

В параграф 2. „Метод“ са представени изследваните лица, процедурата и инструментите. В подпараграф 2.1. са представени изследваните лица – 100 лица, реципиенти на лазертерапия, които са взели самостоятелно и независимо решение за подлагане на такава процедура. Участниците имат следните проблеми във външността: големи (повече от 1 см) дермални невуси, множествени себорейни брадавици, пигменти петна със соларна генеза, хемангиоми (т.н. „родилни белези“ по лицето), ксантелазми по клепачите и висящи или относително големи образувания, локализиращи в периорбиталната област, централно върху носа и носните крила, дисхромиран тен (мелазма), сенилни изменения (изразени бръчки, еластоза), разположени по лицето, шията и деколтето, както и пациенти с множествени лезии по цялото тяло и състояния на кожата след онкотерапия, подложени на лечение чрез лазерна терапия. В групата на участващите доброволци в изследването влизат и такива, преминали процедура с лазертерапия за подмладяване на кожата на лицето, както и такива с коригирани и премахнати кикатрикси в резултат на тежко акне, изгаряния, механични травми, катастрофи и

хирургични интервенции. Възрастта на изследваните лица е между 18 и 72 години ( $M = 46,17$ ,  $SD = 13,16$ ). В изследването участват 29 мъже (29 %) и 71 жени (71%).

В параграфа е описана процедурата на експерименталното изследване. Изследването е проведено в амбулаторни условия, на територията на ДКЦ Св. Марина, в Частен център за естетична лазертерапия под ръководството на д-р Юлиан Златков Пенев. Участващите лица са помолени да попълнят батерията от въпроси и твърдения откровено и непредубедено и им е разяснено, че изследването е анонимно при гарантирана конфиденциалност на споделяната от тях лична информация и в съответствие с принципите на лекарската етика. Те са уведомени предварително, че трябва да отразят мнението (оценката си „преди“ и „след“ лазертерапия) по всички твърдения в тестовия въпросник, а ако някои от въпросите са неясни за тях, ще получат отговори от провеждащия изследването. Тестовата батерия се раздава на участниците в изследването, като се попълва от тях преди терапията и отново – след терапията, на втория контролен преглед, който се провежда не по-рано от 6 (шест) месеца след проведената лазерна терапия. Участниците връщат батерията сгъната и поставена в плик. Формуляри с липсващи отговори са сметени за невалидни и са елиминирани.

В **параграф 2.2.** „Инструменти“ се описва използваният инструментариум, оформен като батерия от въпроси по следните дименсии на психосоциалното функциониране:

1) *Обща самооценка.* Multidimensional Self-Esteem Scale (Revised Janis-Field Scale) (Fleming, Courtney, 1984). Скалата съдържа 24 айтема и представлява разширение и модификация на съществуващата Janis and Field (1959) Self-Esteem Scale. Скалата съдържа три дименсии: Отношение към себе си, Социална увереност и Външен вид. За целите на настоящето изследване бяха селектирани 10 айтема от скали Отношение към себе си и Социална увереност, като е направен превод и редакция от английски на български език и обратен превод от двама квалифицирани преводачи.

2) *Самооценка за външността.* Конструктът е измерен с авторски въпросник за самооценка за външността, състоящ се от 11 айтема, измерващи субективната оценка за собствената телесна външност в индивидуалната степен на удовлетвореност от нея. Отговорите на изследваните лица репрезентират субективното разбиране за степента на собствената физическа привлекателност.

3) *Междупличностни взаимоотношения.* Авторски въпросник за междупличностни взаимоотношения. Състои се от 8 айтема, измерващи удовлетвореността и увереността в междупличностните и интимните взаимоотношения.

4) *Комуникативно безпокойство.* Самооценъчна скала Персонален доклад за комуникативно безпокойство за измерване на комуникативното безпокойство. Състои се от 24 айтема. Инструментът е адаптиран за български условия по Personal Report of Communication Apprehension, McCroskey et al. от Герчева-Несторова (Герчева-Несторова, 2009).

5) *Желание за общуване.* Самооценъчна скала Желание за общуване за измерване на желанието за общуване (Willingness to Communicate), адаптирана за български условия по McCroskey & Richmond от Герчева-Несторова (Герчева-Несторова, 2010). Инструментът се състои от 20 айтема.

6) *Емоционално благополучие.* Инструментът RAND - 36 item Short Form Health Survey (SF-36) е създаден като част от мащабно изследване (Medical Outcomes Study) и е предназначен за оценяване на функционирането, благополучието и свързано със здравето качество на живот. За целите на настоящето изследване са селектирани 6



айтеми за измерване на емоционално благополучие. Направен е превод и редакция от английски на български език и обратен превод от двама квалифицирани преводачи.

7) *Дългосрочна мотивация на индивидуалното поведение*. Тест за оценка на дългосрочната мотивация на индивидуалното поведение (Радославова, Величков, 2005) оценява дългосрочната мотивация на личността чрез съотнасяне на конкретни събития от всекидневието ѝ към по-обща смислова рамка. Тестът се състои от 10 айтема, от които за целите на настоящето изследване са селектирани 5 айтема.

В **параграф 3.** „Резултати“ са представени резултатите от измерванията и статистическата обработка на данните. Статистическите анализи са осъществени с помощта на програмата IBM SPSS Statistics, версия 20. Приложени са следните методи на статистически анализ:

- Описателни статистики за количествени данни – честотни и процентни разпределения, мерки за централна тенденция, мерки за разсейване.

- Методи за проверка за нормалност на разпределението на количествени променливи.

- Статистически методи за проверка на хипотези: Т-тест за независими извадки (Independent Samples T Test), Т-тест за свързани извадки (Paired Samples T Test), корелация на Пирсън, еднофакторен дисперсионен анализ.

В **подпараграф 3.1.** са описани дескриптивните статистики на всички включени в изследването променливи.

### **Обща самооценка**

Дескриптивните статистики на скала Обща самооценка при първото и второто измерване са представени в таблица 1.

**Таблица 1.** Дескриптивни статистики на скала Обща самооценка при първото и второто измерване

	<b>Първо измерване</b>	<b>Второ измерване</b>
<b>M</b>	2,80	4,23
<b>SD</b>	0,79	0,53
<b>Skewness</b>	0,147	-0,876
<b>Kurtosis</b>	-0,242	0,458

Данните в таблицата показват, че разпределенията на скала Обща самооценка при първото и второто измерване са близки до нормалното разпределение. Коефициентите на вътрешна консистентност алфа на Кронбах на скала Обща самооценка при първото и второто измерване са съответно 0,86 и 0,77.

Наличието на полови различия в общата самооценка беше проверено с т-тест за независими извадки. При първото измерване няма значими различия между мъжете (M=2,69, SD=0,91) и жените (M=2,82, SD=0,77);  $t=-0,559$ ,  $p=0,578$ . При второто измерване също не се установяват значими различия: мъже (M=4,26, SD=0,32), жени (M=4,23, SD=0,56);  $t=0,194$ ,  $p=0,847$ . Възрастови различия в общата самооценка се идентифицират само при първото измерване ( $F=3,167$ ,  $p=0,029$ ), като статистическата значимост на резултата се дължи на разликите между групата „46-55“ години, която е с най-ниска обща самооценка, и възрастовите групи „до 35 г.“ и „36-45 г.“ (табл. 2). При второто измерване не се установяват възрастови различия ( $F=1,143$ ,  $p=0,337$ ).

### Самооценка за външността

Дескриптивните статистики на скала Самооценка за външността при първото и второто измерване са представени в таблица 3.

Таблица 3. Дескриптивни статистики на скала Самооценка за външността при първото и второто измерване

	Първо измерване	Второ измерване
<b>M</b>	2,55	3,86
<b>SD</b>	0,79	0,53
<b>Skewness</b>	0,308	-0,185
<b>Kurtosis</b>	-0,435	0,306

Данните в таблица 3 показват, че разпределенията на скала Самооценка за външността при първото и второто измерване са близки до нормалното разпределение. Коефициентите на вътрешна консистентност алфа на Кронбах на скала Самооценка за външността при първото и второто измерване са съответно 0,81 и 0,61. Не се наблюдават полови различия в самооценката за външността при двете измервания, съответно мъже ( $M=2,45$ ,  $SD=0,56$ ), жени ( $M=2,59$ ,  $SD=0,57$ );  $t=-1,077$ ,  $p=0,284$ , и мъже ( $M=3,86$ ,  $SD=0,28$ ), жени ( $M=3,86$ ,  $SD=0,38$ );  $t=0,077$ ,  $p=0,939$ . Статистически значими възрастови различия в самооценката за външността не се установяват при първото и при второто измерване (съответно  $F=0,529$ ,  $p=0,664$ ;  $F=1,549$ ,  $p=0,207$ ).

### Комуникативно безпокойство

Дескриптивните статистики на скала Комуникативно безпокойство и нейните подскали при първото и второто измерване са представени в таблица 4.

Таблица 4. Дескриптивни статистики на скала Комуникативно безпокойство и нейните подскали Група, Събрание, Диада и Публика при първото и второто измерване

Скала	Първо измерване				Второ измерване			
	M	SD	Skewness	Kurtosis	M	SD	Skewness	Kurtosis
<b>Група</b>	3,86	0,57	-0,655	0,653	2,14	0,44	0,213	-0,636
<b>Събрание</b>	3,88	0,43	-0,433	-0,263	2,12	0,47	0,233	-0,752
<b>Диада</b>	3,82	0,43	-0,955	0,549	2,20	0,36	0,235	0,022
<b>Публика</b>	4,16	0,40	-0,388	-0,664	2,20	0,41	-0,203	-0,778
<b>Обща скала</b>	3,93	0,37	-0,882	0,766	2,17	0,25	-0,269	-0,672

Данните в таблицата показват, че променливата Комуникативно безпокойство (обща скала) е с близко до нормалното разпределение при първото и второто измерване. Коефициентите на вътрешна консистентност алфа на Кронбах на скала Комуникативно безпокойство (обща скала) при първото и второто измерване са съответно 0,86 и 0,73.

Сред представените в таблица 4 резултати прави впечатление значително по-високото средно ниво на комуникативно безпокойство пред публика в сравнение с другите социални ситуации при първото измерване. За проверка на значимостта на разликите е приложен тест за подвойкови сравнения Paired Samples T Test (табл. 5).

Таблица 5. Т тест за разлики между средните на подскала Публика с подскали Група, Събрание и Диада при първото измерване

Подскали		t	p
Публика	Група	3,890	0,000
	Събрание	5,119	0,000
	Диада	5,825	0,000

Значително по-високото средно ниво на комуникативно безпокойство може да се обясни с установената от изследователите обща тенденция хората да изпитват завишени нива на комуникативно безпокойство, когато им се налага да се изкажат пред публика или по-голяма аудитория, в които някаква част от слушателите може да са индиферентни, а друга - критично настроени към говорещия и той не може да почувства увереност, че упражнява контрол и въздействие, получава подкрепа или удоволствие от взаимодействието си с тях.

Не се наблюдават полови различия в комуникативното безпокойство при първото измерване: мъже ( $M=4,05$ ,  $SD=0,50$ ), жени ( $M=3,90$ ,  $SD=0,33$ );  $t=0,825$ ,  $p=0,429$ . При второто измерване също липсват различия между мъже ( $M=2,16$ ,  $SD=0,23$ ) и жени ( $M=2,17$ ,  $SD=0,26$ );  $t=-0,066$ ,  $p=0,949$ . Не се установяват статистически значими различия между възрастовите групи в степента на комуникативно безпокойство и при двете измервания (съответно  $F=0,508$ ,  $p=0,679$ ;  $F=0,090$ ,  $p=0,965$ ).

### Желание за общуване

Дескриптивните статистики на скала Желание за общуване и нейните подскали при първото и второто измерване са представени в таблица 6.

Таблица 6. Дескриптивни статистики на скала Желание за общуване и нейните подскали Група, Събрание, Диада, Публика, Непознати, Познати и Приятели при първото и второто измерване

Скала	Първо измерване				Второ измерване			
	M	SD	Skewness	Kurtosis	M	SD	Skewness	Kurtosis
Група	3,02	0,52	0,224	0,015	4,33	0,24	-,404	0,327
Събрание	2,80	0,42	0,165	-1,181	4,26	0,36	-,317	0,160
Диада	2,98	0,47	-0,120	-0,472	3,90	0,25	-1,097	2,869
Публика	2,62	0,64	-0,168	-0,611	4,04	0,27	-,255	-0,024
Непознати	2,04	0,46	0,533	-0,753	3,22	0,29	-,369	0,306
Познати	3,10	0,48	0,621	-0,056	4,48	0,23	-,237	-0,163
Приятели	3,67	0,37	-0,187	-1,100	4,71	0,27	-,723	0,136
Обща скала	2,76	0,28	0,103	-0,709	3,73	0,23	-,843	0,949

Данните в таблицата показват, че променливата Желание за общуване (обща скала) е с близко до нормалното разпределение и при двете измервания. Коефициентите на вътрешна консистентност алфа на Кронбах на скала Желание за общуване при първото и второто измерване са съответно 0,62 и 0,61.

Данните за средните на подскалите разкриват, че най-високо е желанието за общуване с приятели, а най-ниско – с непознати, като това се отнася както до първото, така и до второто измерване. Проверката показва, че разликите между желанието за общуване с приятели и желанието за общуване в други социални контексти са статистически значими и при двете измервания (табл. 7).

Таблица 7. Т тест за разлики между средните на подскала Приятели с подскали Група, Събрание, Диада, Публика, Непознати и Познати при първото и второто измерване

Подскали	Първо измерване		Второ измерване		
	t	p	t	p	
Приятели	Група	-8,367	0,000	-10,720	0,000
	Събрание	-13,802	0,000	-8,362	0,000
	Диада	-9,750	0,000	-21,422	0,000
	Публика	-11,016	0,000	-16,442	0,000
	Непознати	-23,712	0,000	-34,545	0,000
	Познати	-7,903	0,000	-6,651	0,000

Резултатите от аналогичния тест за разлики между желание за общуване с непознати (с най-ниско ниво) и желанието за общуване в другите социални контексти показват, че разликите са статистически значими и при двете измервания (табл. 8).

Таблица 8. Т тест за разлики между средните на подскала Непознати с подскали Група, Събрание, Диада, Публика, Познати и Приятели при първото и второто измерване

Подскали	Първо измерване		Второ измерване		
	t	p	t	p	
Непознати	Група	12,688	0,000	31,686	0,000
	Събрание	12,057	0,000	19,280	0,000
	Диада	13,457	0,000	18,165	0,000
	Публика	6,122	0,000	20,367	0,000
	Познати	14,697	0,000	37,067	0,000
	Приятели	29,550	0,000	36,465	0,000

Тези разлики могат да се обяснят с наличните данни, получени от предходни изследвания, а именно, в разбирането, че хората удовлетворяват потребности чрез включването си в комуникация с другите (за близост, привързаност, контрол и др.) съответно с познати, близки и значими за тях хора, каквито са приятелите, като съответно проявяват тенденция към по-голямо желание за общуване с тях, като не изпитват такова към непознати, които не биха удовлетворили съответните потребности в общуването, освен при случай на необходимост (в ситуации на неизвестност, в нова и непозната среда, и др.) Резултати от предходни изследвания предоставят факти, че непознати ситуации могат да се свързват с ниски нива на желание за общуване и обратното, което обяснява по-ниското ниво на желание на общуване с непознати. В този смисъл, общуването с приятели и познати се случва относително независимо от външността, в контекста на придобития в миналото опит, което допълнително засилва комфорта от общуването с тях.

Не се наблюдават полови различия в желанието за общуване при двете измервания: първо измерване мъже ( $M=2,75$ ,  $SD=0,33$ ), жени ( $M=2,76$ ,  $SD=0,27$ );  $t=0,133$ ,  $p=0,894$ ; второ измерване мъже ( $M=3,69$ ,  $SD=0,35$ ), жени ( $M=3,74$ ,  $SD=0,20$ );  $t=-0,632$ ,  $p=0,530$ . Полови различия липсват и по всяка от подскалите на променливата при двете измервания. Не се установяват статистически значими различия между възрастовите групи в степента на желание за общуване и при двете измервания (съответно  $F=0,326$ ,  $p=0,806$ ;  $F=0,860$ ,  $p=0,470$ ).

## Междупличностни взаимоотношения

Дескриптивните статистики на скала Междупличностни взаимоотношения при първото и второто измерване са представени в таблица 9.

Таблица 9. Дескриптивни статистики на Междупличностни взаимоотношения при първото и второто измерване

	Първо измерване	Второ измерване
<b>M</b>	3,05	4,50
<b>SD</b>	0,82	0,45
<b>Skewness</b>	-0,443	-0,410
<b>Kurtosis</b>	-0,200	0,616

Данните в таблицата показват, че скала Междупличностни взаимоотношения е с близко до нормалното разпределение при първото и второто измерване. Коефициентите на вътрешна консистентност алфа на Кронбах на скала Междупличностни взаимоотношения при първото и второто измерване са съответно 0,90 и 0,79. Не се наблюдават полови различия в междупличностните взаимоотношения при двете измервания: първо измерване мъже ( $M=2,92$ ,  $SD=0,78$ ), жени ( $M=3,08$ ,  $SD=0,83$ );  $t=-0,651$ ,  $p=0,517$ ; второ измерване мъже ( $M=4,46$ ,  $SD=0,33$ ), жени ( $M=4,51$ ,  $SD=0,47$ );  $t=-0,340$ ,  $p=0,735$ . Не се установяват статистически значими различия между възрастовите групи в междупличностните взаимоотношения и при двете измервания (съответно  $F=1,086$ ,  $p=0,360$ ;  $F=1,845$ ,  $p=0,146$ ).

## Дългосрочна мотивация на индивидуалното поведение

Дескриптивните статистики на скала Дългосрочна мотивация на индивидуалното поведение при първото и второто измерване са представени в таблица 10.

Таблица 10. Дескриптивни статистики на Дългосрочна мотивация на индивидуалното поведение при първото и второто измерване

	Първо измерване	Второ измерване
<b>M</b>	3,18	4,51
<b>SD</b>	0,63	0,49
<b>Skewness</b>	-0,323	-0,923
<b>Kurtosis</b>	0,909	-0,015

Данните в таблицата показват, че скала Дългосрочна мотивация на индивидуалното поведение е с близко до нормалното разпределение при двете измервания. Коефициентите на вътрешна консистентност алфа на Кронбах на скала Дългосрочна мотивация на индивидуалното поведение при първото и второто измерване са съответно 0,79 и 0,83.

Не се наблюдават полови различия в дългосрочната мотивация на индивидуалното поведение при двете измервания: първо измерване мъже ( $M=3,10$ ,  $SD=0,56$ ), жени ( $M=3,21$ ,  $SD=0,65$ );  $t=-0,779$ ,  $p=0,438$ ; второ измерване мъже ( $M=4,57$ ,  $SD=0,39$ ), жени ( $M=4,48$ ,  $SD=0,53$ );  $t=0,804$ ,  $p=0,423$ .

При първото измерване се установяват статистически значими различия в дългосрочната мотивация между възрастовите групи ( $F=6,942$ ,  $p=0,000$ ). Множествените сравнения между групите показват, че средното ниво на

дългосрочната мотивация при изследвани лица на възраст между 46 и 55 г. е значително по-ниско от тези на останалите три възрастови групи и разликата е статистически значима (табл. 11).

**Таблица 11. Разлики в нивата на дългосрочна мотивация между възрастовите групи при първото измерване**

Възрастова група		N	M	p
46-55 г.	до 35 г.	23	3,38	0,000
N = 23	36-45 г.	26	3,37	0,000
M = <b>2,71</b>	над 55 г.	28	3,22	0,002

При второто измерване не се установяват възрастови различия ( $F=0,731$ ,  $p=0,536$ ).

### Емоционално благополучие

Дескриптивните статистики на скала Емоционално благополучие при първото и второто измерване са представени в таблица 12.

**Таблица 12. Дескриптивни статистики на скала Емоционално благополучие при първото и второто измерване**

	Първо измерване	Второ измерване
<b>M</b>	2,90	4,27
<b>SD</b>	0,59	0,51
<b>Skewness</b>	0,455	-0,386
<b>Kurtosis</b>	0,508	-0,690

Данните в таблицата показват, че скала Емоционално благополучие е с близко до нормалното разпределение при двете измервания.

Коефициентите на вътрешна консистентност алфа на Кронбах на скала Дългосрочна мотивация на индивидуалното поведение при първото и второто измерване са съответно 0,82 и 0,79. Не се наблюдават полови различия в средните нива на емоционално благополучие при двете измервания: първо измерване – мъже ( $M=2,75$ ,  $SD=0,68$ ), жени ( $M=2,96$ ,  $SD=0,55$ );  $t=-1,472$ ,  $p=0,148$ ; второ измерване – мъже ( $M=4,33$ ,  $SD=0,46$ ), жени ( $M=4,25$ ,  $SD=0,54$ );  $t=0,718$ ,  $p=0,476$ .

При първото измерване се установяват статистически значими различия в емоционалното благополучие между възрастовите групи ( $F=3,238$ ,  $p=0,026$ ). Множествените сравнения между групите показват, че резултатът се дължи на статистически значимите различия между средните нива на емоционално благополучие при изследваните лица от две възрастови групи – 36-45 г. (с най-високо ниво) и 46-55 г. (с най-ниско ниво) (табл. 13).

**Таблица 13. Разлики в нивата на емоционално благополучие между възрастовите групи при първото измерване**

Възрастова група	N	M	p
до 35 г.	23	2,88	0,003
36-45 г.	26	<b>3,13</b>	
46-55 г.	23	<b>2,62</b>	
над 55 г.	28	2,95	

При второто измерване не се установяват възрастови различия ( $F=0,269$ ,  $p=0,848$ ).

В **параграф 3.2.** са преставени резултатите от проверката на хипотезите на експерименталното изследване.

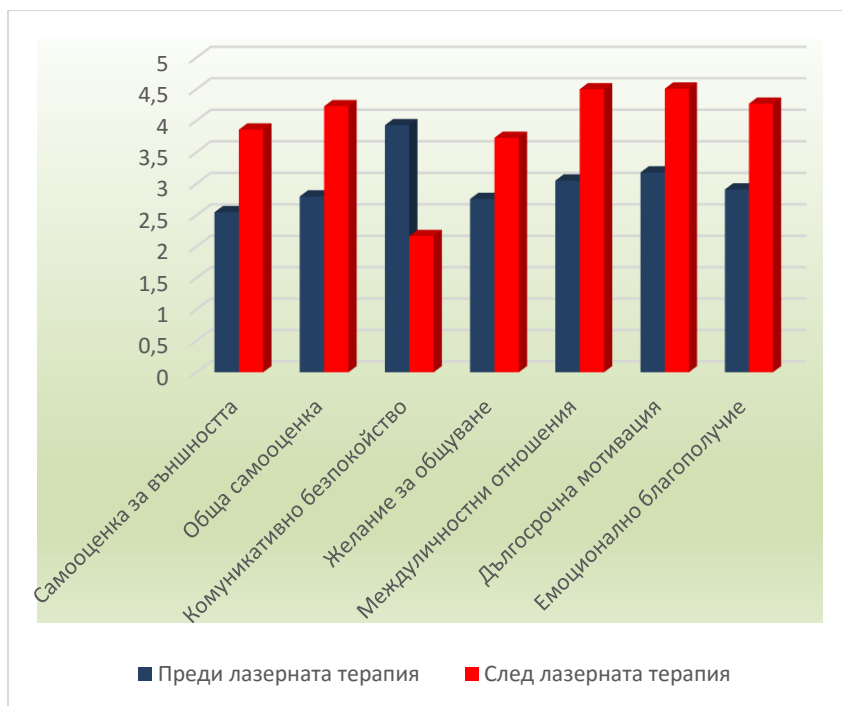
Хипотеза 1 се отнася до допускането, че промяната във външността вследствие на лазерна терапия ще има позитивни ефекти върху самооценката за външността и останалите изследваните дименсии на психосоциалното функциониране, а именно:

- Самооценката за външността ще се повиши;
- Общата самооценка ще се повиши;
- Комуникативното безпокойство ще се понижи;
- Желанието за общуване ще се повиши;
- Междуличностните отношения ще се подобрят;
- Дългосрочната мотивация на индивидуалното поведение ще се повиши;
- Емоционалното благополучие ще се повиши.

За проверка на хипотезата беше приложен т-тест за подвойкови сравнения по отношение на включените в изследването променливи. Резултатите от анализа са представени в таблица 14 и на фигура 1.

**Таблица 14.** Сравнение между средните стойности при първото и второто измерване на самооценката за външността, общата самооценка, комуникативното безпокойство, желанието за общуване, междуличностните отношения, дългосрочната мотивация и емоционалното благополучие

Променливи	М (първо измерване)	М (второ измерване)	Разлика	t	p
Самооценка за външността	2,55	3,86	-1,31	-18,993	0,000
Обща самооценка	2,80	4,23	-1,43	-13,647	0,000
Комуникативно безпокойство	3,93	2,17	1,76	24,158	0,000
Желание за общуване	2,76	3,73	-0,97	-26,838	0,000
Междуличностни отношения	3,05	4,50	-1,45	-14,223	0,000
Дългосрочна мотивация	3,18	4,51	-1,33	-1,330	0,000
Емоционално благополучие	2,91	4,27	-1,36	-16,040	0,000



**Фигура 1. Самооценка за външността, обща самооценка, комуникативно безпокойство, желание за общуване, междучелностни отношения, дългосрочна мотивация и емоционално благополучие – преди и след лазерната терапия**

От данните, представени в таблица 14 и онагледени на фигура 1, може да се направи извод, че резултатите потвърждават всички подхипотези на хипотеза 1. Може да се заключи, че промяната във външността вследствие на лазерна терапия се отразява благоприятно върху самооценката за външността и изследваните дименсии на психосоциалното функциониране, а именно:

- Общата самооценка се повишава;
- Комуникативното безпокойство се понижава;
- Желанието за общуване се повишава;
- Междучелностните отношения се подобряват;
- Дългосрочната мотивация на индивидуалното поведение се повишава;
- Емоционалното благополучие се повишава.

Втората хипотеза се отнася до допускането за влияние на самооценката за външността и промяната ѝ вследствие на лазерна терапия върху психосоциалното функциониране (обща самооценка, комуникативно безпокойство, желание за общуване, междучелностни взаимоотношения, мотивация на дългосрочното поведение, емоционално благополучие). За целите на последващите статистически анализи наблюденията по променливата „Самооценка за външността преди лазерната терапия“ са групирани в три нива: ниско, средно и високо.

*1) Влияние на самооценката за външността върху общата самооценка*

Корелационният анализ разкрива, че самооценката за външността и общата самооценка са свързани както преди, така и след лазерната терапия (съответно  $r=0,62$ ,  $p<0,01$ ;  $r=0,49$ ,  $p<0,01$ ). Еднофакторният дисперсионен анализ на данните от двете измервания потвърждават наличието на статистически значимо влияние на самооценката за външността върху общата самооценка при първото и при второто измерване (табл. 15 и 16).



Таблица 15. Влияние на самооценката за външността върху общата самооценка при първо измерване

Ниво на самооценка за външността преди лазертерапия	Обща самооценка - първо измерване			
	N	M	F	p
Ниско	26	2,15		
Средно	27	2,98	22,087	0,000
Високо	28	3,30		

Таблица 16. Влияние на самооценката за външността върху общата самооценка при второ измерване

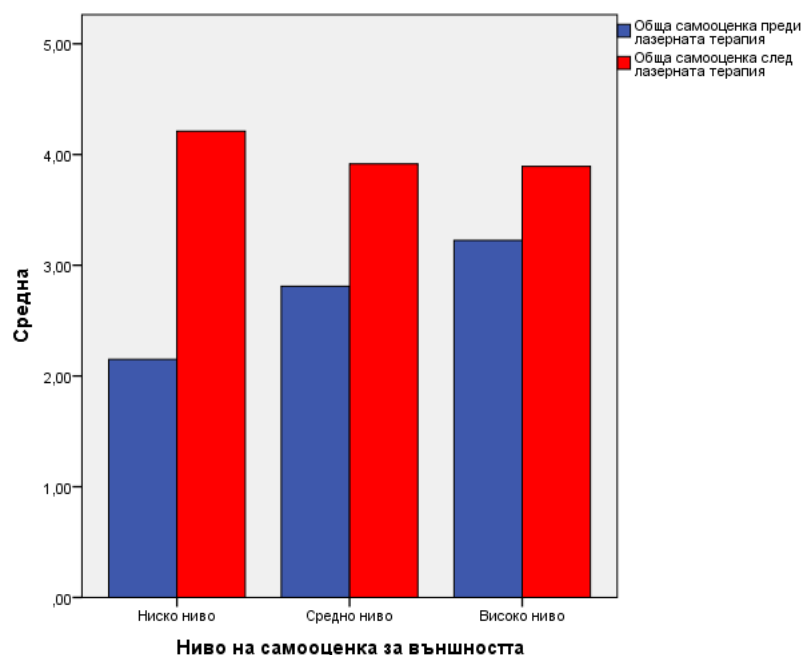
Ниво на самооценка за външността след лазертерапия	Обща самооценка - второ измерване			
	N	M	F	p
Ниско	30	3,92		
Средно	27	4,36	10,630	0,000
Високо	28	4,46		

Данните в таблици 15 и 16 показват, че при първото измерване общата самооценка зависи в по-голяма степен от самооценката за външността; при второто измерване влиянието на самооценката за външността върху общата самооценка отново е статистически значимо, но намалява. Обяснение на този резултат може да е, че когато изследваните лица са по-удовлетворени от външността си, самооценката за външността участва в по-малка степен в конструирането на чувството за лична ценност; вероятно индивидите поставят акцент върху други източници на самочувствие и самоуважение, оценявайки се и по други свои качества освен външността.

Позитивният ефект на самооценката за външността върху общата самооценка се различава при изследвани лица с различно първоначално ниво на самооценка за външността (преди терапията) (табл. 17, фиг. 2).

Таблица 17. Сравнение между средните стойности на скала *Обща самооценка* при първото и второто измерване при лицата с ниско, средно и високо първоначално ниво на самооценка за външността

Ниво на самооценка за външността преди лазерната терапия	Обща самооценка				
	M (първо измерване)	M (второ измерване)	Разлика	t	p
Ниско	2,15	4,43	-2,28	-16,932	0,000
Средно	2,91	4,14	-1,23	-7,825	0,000
Високо	3,30	4,13	-0,83	-6,610	0,000



**Фигура 2.** Средни стойности по скала *Обща самооценка* при лицата с ниско, средно и високо първоначално ниво на самооценка за външността, преди и след лазерната терапия

Този по-детайлен анализ разкрива, че повишаването на общата самооценка в резултат на лазерната терапия е най-съществено при хората с първоначално ниска самооценка за външността; с други думи, благоприятният ефект от промяната във външността и следващото от нея повишаване на самооценката за външността при тях е най-силно изразен.

2) *Влияние на самооценката за външността върху комуникативното безпокойство*

Корелационните анализи разкриват, че има значима силна отрицателна връзка между самооценката за външността и комуникативното безпокойство при първото измерване ( $r=-0,65$ ,  $p<0,001$ ), докато при второто измерване липсва значима корелационна връзка.

Допускането, че самооценката за външността влияе върху комуникативното безпокойство, е проверено чрез еднофакторен дисперсионен анализ при първото и второто измерване (табл. 18 и 19).

**Таблица 18.** Влияние на самооценката за външността върху комуникативното безпокойство при първо измерване

Ниво на самооценка за външността преди лазертерапия	Комуникативно безпокойство - първо измерване			
	N	M	F	p
Ниско	20	4,03		
Средно	16	3,93	2,835	0,008
Високо	19	3,73		

Таблица 19. Влияние на самооценката за външността върху комуникативното безпокойство при второ измерване

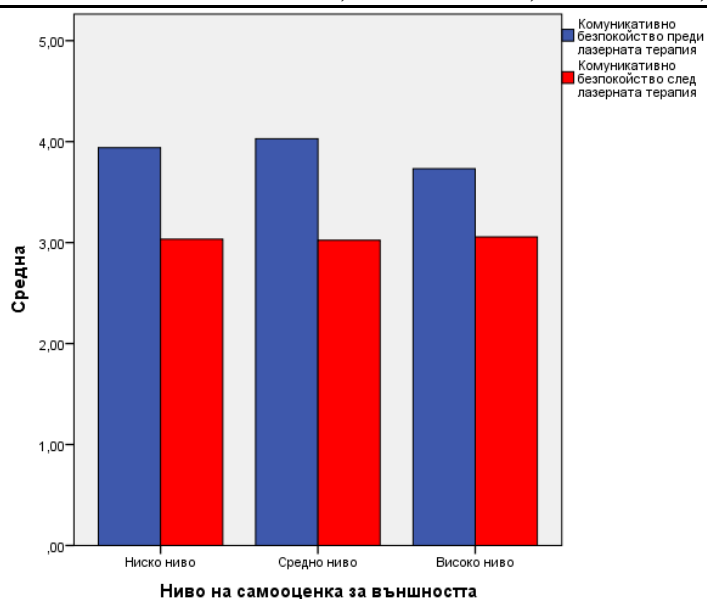
Ниво на самооценка за външността след лазертерапия	Комуникативно безпокойство - второ измерване			
	N	M	F	p
Ниско	15	2,15		
Средно	20	2,16	0,070	0,933
Високо	18	2,18		

Резултатите, представени в таблици 18 и 19, показват, че при първото измерване е налице статистически значимо влияние на самооценката за външността върху комуникативното безпокойство, като ефектът се изразява в понижаването му. В ситуацията след лазерната терапия няма влияние на самооценката за външността върху комуникативното безпокойство. Този резултат означава, че с повишаването ѝ тя вече не е фактор за комуникативно безпокойство.

За проверка на допускането, че самооценката за външността е фактор за комуникативно безпокойство по различен начин в зависимост от първоначалното си ниво преди лазерната терапия, бяха проведени отделни еднофакторни дисперсионни анализи в трите групи с ниско, средно и високо ниво (табл. 20, фиг. 3).

Таблица 20. Сравнение между средните стойности на скала *Комуникативно безпокойство* при първото и второто измерване при лицата с ниско, средно и високо първоначално ниво на самооценка за външността

Ниво на самооценка за външността	Комуникативно безпокойство				
	M (първо измерване)	M (второ измерване)	Разлика	t	p
Ниско	4,03	2,11	1,91	17,876	0,000
Средно	3,93	2,20	1,73	16,634	0,000
Високо	3,73	2,17	1,56	7,747	0,000



Фигура 3. Средни стойности по скала *Комуникативно безпокойство* при лицата с ниско, средно и високо първоначално ниво на самооценка за външността, преди и след лазерната терапия

Данните от таблица 20, визуализирани на фигура 3, разкриват, че и при трите групи изследвани лица с различно първоначално ниво на самооценка за външността се наблюдава сходно намаляване на комуникативното безпокойство след промените във външността.

### 3) Влияние на самооценката за външността върху желанието за общуване

Корелационните анализи разкриват, че няма значима връзка между самооценката за външността и желанието за общуване при първото и второто измерване. Допускането, че самооценката за външността влияе върху желанието за общуване, е проверено чрез еднофакторен дисперсионен анализ, приложен към данните от първото и второто измерване (табл. 21 и 22).

**Таблица 21. Влияние на самооценката за външността преди лазерната терапия върху желанието за общуване при първото измерване**

Ниво на самооценка за външността преди лазерната терапия	Желание за общуване - първо измерване			
	N	M	F	p
Ниско	20	2,79		
Средно	16	2,43	3,390	0,043
Високо	19	2,49		

**Таблица 22. Влияние на самооценката за външността след лазерната терапия върху желанието за общуване при второто измерване**

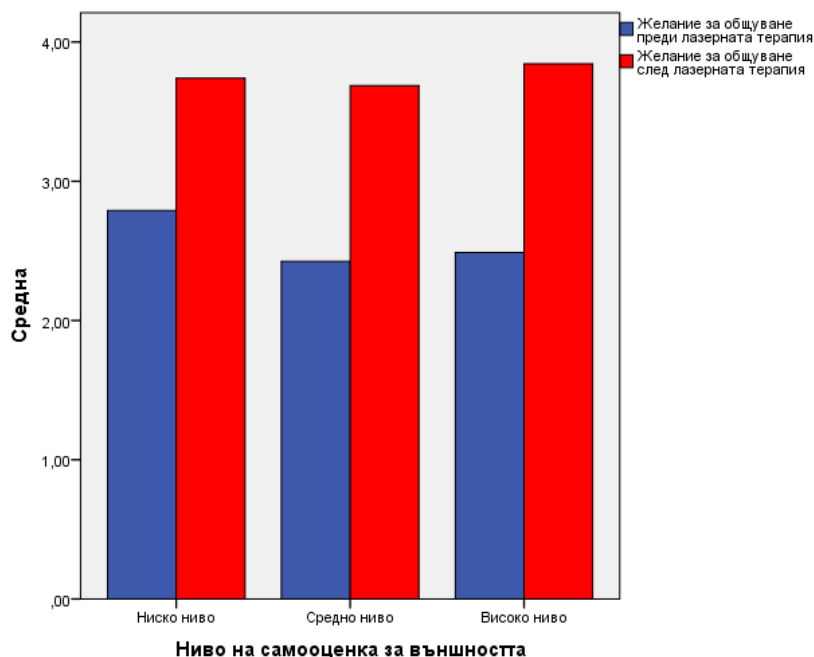
Ниво на самооценка за външността след лазерната терапия	Желание за общуване - второ измерване			
	N	M	F	p
Ниско	20	3,73		
Средно	16	3,78	0,220	0,804
Високо	19	3,72		

Резултатите от таблици 21 и 22 показват, че хипотезата за влияние на самооценката за външността върху желанието за общуване се потвърждава при първото измерване, но не и при второто. Вероятно това означава, че повишената самооценка за външността престава да бъде значим фактор за желание за общуване след промяната във външността.

Допълнителни анализи, проведени отделно за всяка от групите, формирани според първоначалното ниво на самооценка за външността, са представени в таблица 23 и на фигура 4.

**Таблица 23. Сравнение между средните стойности на скала Желание за общуване при първото и второто измерване при лицата с ниско, средно и високо първоначално ниво на самооценка за външността**

Ниво на самооценка за външността преди лазерната терапия	Желание за общуване				
	M (първо измерване)	M (второ измерване)	Разлика	t	p
Ниско	2,79	3,74	-0,95	-8,839	0,000
Средно	2,43	3,69	-1,26	-12,089	0,000
Високо	2,49	3,84	-1,36	-9,928	0,000



Фигура 4. Средни стойности по скала *Желание за общуване* при лицата с ниско, средно и високо първоначално ниво на самооценка за външността, преди и след лазерната терапия

Резултатите от таблица 23 и фигура 4 показват, че промените във външността повишават желанието за общуване при всички изследвани лица, независимо от тяхното първоначално ниво на самооценка за външността, но все пак повишаването е най-слабо изразено при лицата с най-ниско ниво.

#### 4) Влияние на самооценката за външността върху междуличностните взаимоотношения

Установяват се умерени положителни корелационни връзки между самооценката за външността и междуличностните отношения при първото и при второто измерване (съответно  $r=0,54$ ,  $p<0,01$ ;  $r=0,48$ ,  $p<0,01$ ).

Допускането, че самооценката за външността повлиява позитивно междуличностните отношения, е проверено чрез еднофакторен дисперсионен анализ на данните от двете измервания. Резултатите потвърждават наличието на статистически значимо влияние на самооценката за външността върху междуличностните отношения при двете измервания (табл. 24 и 25).

Таблица 24. Влияние на самооценката за външността преди лазерната терапия върху междуличностните отношения при първото измерване

Ниво на самооценка за външността преди лазерната терапия	Междulichностни отношения - първо измерване			
	N	M	F	p
Ниско	26	2,44		
Средно	27	3,30	14,113	0,000
Високо	28	3,38		

Таблица 25. Влияние на самооценката за външността след лазерната терапия върху междуличностните отношения при второто измерване

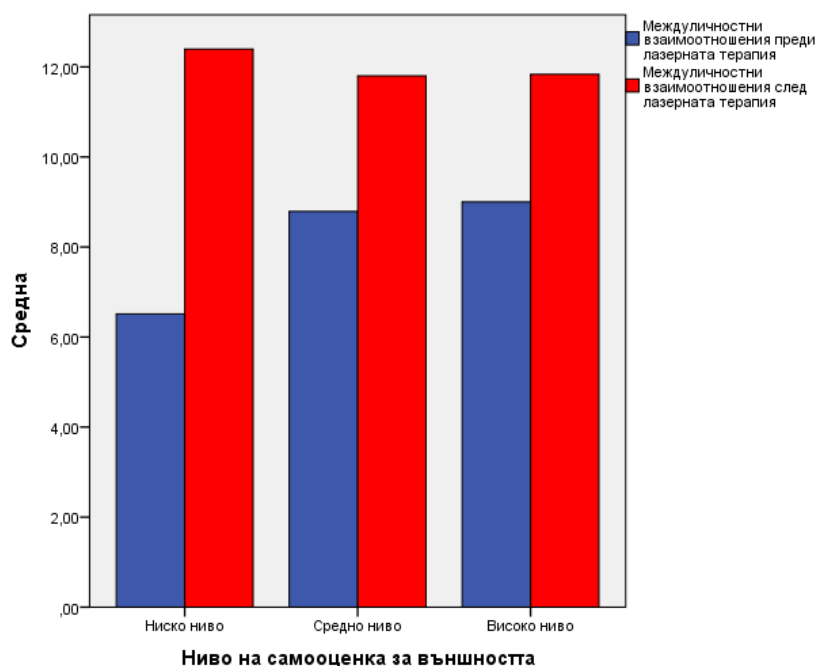
Ниво на самооценка за външността след лазерната терапия	Междуличностни отношения - второ измерване			
	N	M	F	p
Ниско	30	4,27		
Средно	27	4,59	8,011	0,001
Високо	28	4,68		

Представените в таблицата данни показват, че съществува влияние на самооценката за външността върху възприеманото качество на междуличностните отношения преди и след лазерната терапия.

Анализът на позитивния ефект на самооценката за външността върху междуличностните отношения е продължен с проверка на допускането, че ефектът се различава при трите групи, формирани според първоначалното ниво на самооценка за външността (табл. 26, фиг. 5).

Таблица 26. Сравнение между средните стойности на скала *Междуличностни отношения* при първото и второто измерване при лицата с ниско, средно и високо първоначално ниво на самооценка за външността

Ниво на самооценка за външността преди лазерната терапия	Междуличностни отношения				
	M (първо измерване)	M (второ измерване)	Разлика	t	p
Ниско	2,44	4,65	-2,21	-16,502	0,000
Средно	3,30	4,43	-1,13	-7,203	0,000
Високо	3,38	4,44	-1,06	-7,128	0,000



Фигура 5. Средни стойности по скала *Междуличностни отношения* при лицата с ниско, средно и високо първоначално ниво на самооценка за външността, преди и след лазерната терапия

Резултатите от таблица 26 и фигура 5 показват, че при лицата с най-ниско първоначално ниво на самооценка за външността ръстът в междуличностните отношения след лазерната терапия е най-отчетлив.

*5) Влияние на самооценката за външността върху дългосрочната мотивация на индивидуалното поведение*

Установяват се умерени положителни корелационни връзки между самооценката за външността и дългосрочната мотивация на индивидуалното поведение при първото и при второто измерване (съответно  $r=0,43$ ,  $p<0,01$ ;  $r=0,29$ ,  $p<0,01$ ). Допускането, че самооценката за външността повлиява позитивно дългосрочната мотивация на индивидуалното поведение, е тествано чрез еднофакторен дисперсионен анализ, приложен към данните от първото и второто измерване (табл. 27 и 28).

**Таблица 27. Влияние на самооценката за външността преди лазерната терапия върху дългосрочната мотивация при първото измерване**

Ниво на самооценка за външността преди лазерната терапия	Дългосрочна мотивация на индивидуалното поведение - първо измерване			
	N	M	F	p
Ниско	26	2,88		
Средно	27	3,31	7,849	0,001
Високо	28	3,41		

**Таблица 28. Влияние на самооценката за външността след лазерната терапия върху дългосрочната мотивация при второто измерване**

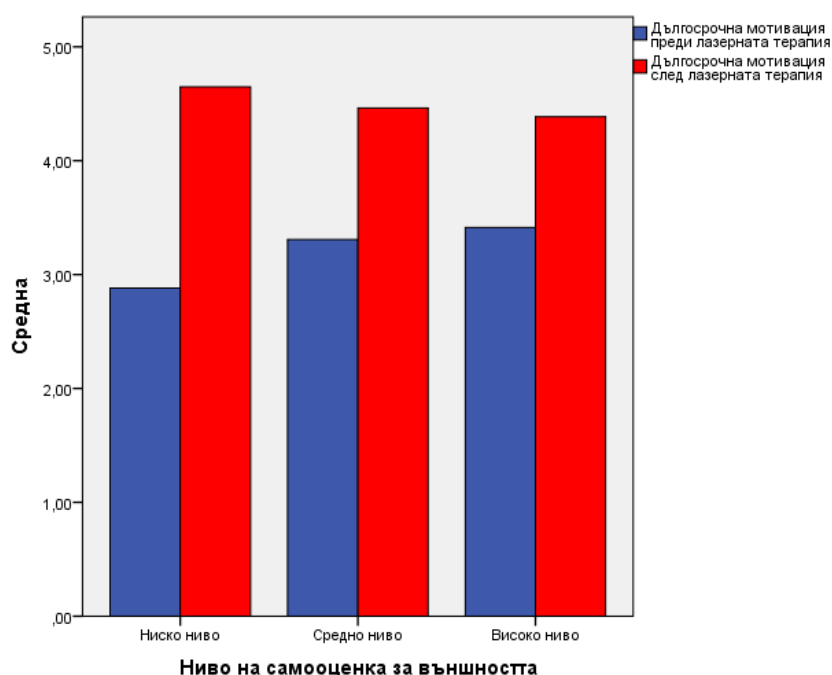
Ниво на самооценка за външността след лазерната терапия	Дългосрочна мотивация на индивидуалното поведение - второ измерване			
	N	M	F	p
Ниско	30	4,33		
Средно	27	4,65	4,550	0,013
Високо	28	4,60		

Резултатите потвърждават наличието на статистически значимо влияние на самооценката за външността върху дългосрочната мотивация на индивидуалното поведение и при двете измервания. Влиянието на самооценката за външността се изразява в тенденцията по-високи нива на самооценка за външността да съответстват на по-високи нива на дългосрочна мотивация на индивидуалното поведение.

Резултатите от сравняването на разликите в нивата на дългосрочната мотивация на индивидуалното поведение между първото и второто измерване според първоначалните нива на самооценката за външността са представени в таблица 29 и фигура 6.

Таблица 29. Сравнение между средните стойности на скала Дългосрочна мотивация на индивидуалното поведение при първото и второто измерване при лицата с ниско, средно и високо първоначално ниво на самооценка за външността

Ниво на самооценка за външността преди лазерната терапия	Дългосрочна мотивация на индивидуалното поведение				
	М (първо измерване)	М (второ измерване)	Разлика	t	p
Ниско	2,88	4,65	-1,77	-14,325	0,000
Средно	3,31	4,46	-1,15	-11,453	0,000
Високо	3,41	4,39	-0,97	-7,472	0,000



Фигура 6. Средни стойности по скала Дългосрочна мотивация на индивидуалното поведение при лицата с ниско, средно и високо първоначално ниво на самооценка за външността, преди и след лазерната терапия

Данните в таблица 29, онагледени на фигура 6, показват, че при лицата с най-ниско ниво на самооценка за външността преди терапията позитивният ефект е най-значителен.

б) *Влияние на самооценката за външността върху емоционалното благополучие*

Корелационните връзки между самооценката за външността и емоционалното благополучие при първото и при второто измерване са положителни и умерени (съответно  $r=0,59$ ,  $p<0,01$ ;  $r=0,29$ ,  $p<0,01$ ), като силата на връзката съществено намалява при второто измерване.

Допускането за влияние на самооценката за външността върху емоционалното благополучие е проверено чрез прилагане на еднофакторен дисперсионен анализ към данните от първото и второто измерване (табл. 30 и 31).



**Таблица 30. Влияние на самооценката за външността преди лазерната терапия върху емоционалното благополучие при първото измерване**

Ниво на самооценка за външността преди лазерната терапия	Емоционално благополучие - първо измерване			
	N	M	F	p
Ниско	26	2,56		
Средно	27	2,95	16,124	0,000
Високо	28	3,31		

**Таблица 31. Влияние на самооценката за външността след лазерната терапия върху емоционалното благополучие при второто измерване**

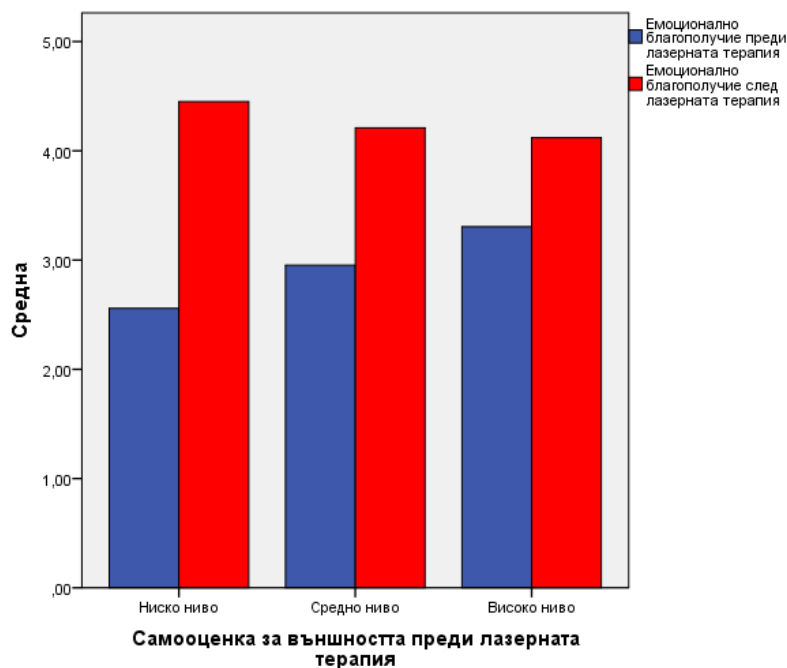
Ниво на самооценка за външността след лазерната терапия	Емоционално благополучие - второ измерване			
	N	M	F	p
Ниско	30	4,10		
Средно	27	4,39	4,238	0,017
Високо	28	4,39		

Резултатите потвърждават наличието на статистически значимо влияние на самооценката за външността върху емоционалното благополучие в посока към повишаване и при двете измервания.

Сравнението на нивата на емоционално благополучие между първото и второто измерване в зависимост от първоначалното ниво на самооценка за външността показва, че позитивният ефект е най-отчетлив при лицата, които преди терапията имат най-ниска самооценка за външността си (табл. 32, фиг. 7). Данните показват, че при тях повишаването на емоционалното благополучие е най-значително.

**Таблица 32. Сравнение между средните стойности на скала *Емоционално благополучие* при първото и второто измерване при лицата с ниско, средно и високо първоначално ниво на самооценка за външността**

Ниво на самооценка за външността преди лазерната терапия	Емоционално благополучие				
	M (първо измерване)	M (второ измерване)	Разлика	t	p
Ниско	2,56	4,45	-1,89	-15,699	0,000
Средно	2,95	4,21	-1,26	-9,288	0,000
Високо	3,31	4,12	-0,81	-6,554	0,000



Фигура 7. Средни стойности по скала *Емоционално благополучие* при лицата с ниско, средно и високо първоначално ниво на самооценка за външността, преди и след лазерната терапия

**Параграф 4. „Обсъждане“** включва обобщение на резултатите, ограничения на изследването и насоки за бъдещи изследвания.

В подпараграф 5.1. се обобщава, че:

1). Хипотеза 1 се потвърждава. Установи се, че промяната във външността вследствие на естетизираща външността лазерна терапия се отразява благоприятно върху самооценката за външността и изследваните фасети на психосоциалното функциониране, което се изразява в повишаване на общата самооценка; понижаване на комуникативното безпокойство; повишаване на желанието за общуване, повишаване на дългосрочната мотивация на индивидуалното поведение и подобряване на междуличностните отношения; както и на емоционалното благополучие.

2). По отношение на хипотеза 2, резултатите разкриват, че:

Самооценката за външността оказва влияние върху общата самооценка, което се изразява в по-високи нива на обща самооценка при индивидите с по-високи нива на самооценка за външността. Освен това ефектът на повишената самооценка за външността върху общата самооценка е изразен в най-голяма степен при лицата с най-ниско първоначално ниво на самооценка за външността.

Самооценката за външността има влияние върху комуникативното безпокойство, като индивидите с най-ниски нива на самооценка за външността са склонни към преживяване на значимо по-високо комуникативно безпокойство в сравнение с тези с по-висока самооценка за външността. След промяната във външността влиянието на самооценката за външността намалява, вероятно защото с постигането на удовлетвореност от външността си дори индивидите с по-ниско ниво на самооценка за външността стават по-самоуверени.

Аналогично, самооценката за външността оказва влияние върху желанието за общуване преди промените във външността, докато след повишаването ѝ нейното влияние се оказва несъществено. Това може да се обясни с повишаването на общата самооценка и проява на тенденция към по-висока селективност по-отношение на това, с кого и кога личността решава, че желае да общува или не. Тези резултати от

своя страна дават основателен повод за нови изследвания върху проблематиката на възможните релации между самооценка за външност и комуникативната активност.

Допускането, че самооценката за външността има влияние върху междуличностните отношения както преди, така и след нейното повишаване, се потвърждава, което означава, че самооценката за външността остава един от основните фактори за удовлетвореност от междуличностните взаимоотношения.

Самооценката за външността има влияние върху дългосрочната мотивация на индивидуалното поведение, което се изразява в повишаването на мотивацията и осмислянето на всекидневните дейности от гледна точка на дългосрочна жизнена перспектива при индивидите с по-висока самооценка за външността.

Самооценката за външността има влияние върху емоционалното благополучие. Индивидите с по-висока самооценка за външността са по-щастливи както преди, така и след промените във външността си.

Резултатите от проверката на хипотеза 2 показват още, че ефектите на самооценката за външността върху разглежданите дименсии на психосоциалното функциониране са най-големи при хората с най-ниско ниво на самооценка за външността преди лазерната терапия, т.е. благоприятните ефекти при тях са най-големи.

**В подпараграф 5.2.** са посочени ограниченията на експерименталното изследване, които се отнасят до дизайна на изследването, начинът на извличане на извадката, самоотчетния характер на инструментите.

**В подпараграф 5.3.** се представят някои насоки за бъдещи изследвания, които се отнасят до допълнително изследване и по-детайлно диференциране на самооценката за външността, с цел разбирането на механизмите зад участието и взаимовръзките на самооценката за външността с други конструкти на личностната структура, нейните социални прояви, влияние върху психосоциалното функциониране, и емоционалното благополучие на съвременния човек. Това е препоръчително, за да се анализира по-детайлно самооценката за външността като фактор, повлияващ емоционалното благополучие и съответно, качеството на живот, тъй като възможните връзки на самооценката за външността с междуличностните взаимоотношения, мотивацията и поставянето на жизнени цели не е известно да са изследвани към стартирането и приключването на настоящото изследване.

Изследването в български културни условия на връзките на самооценката за външността с различни аспекти на психосоциалното функциониране представлява ориентир за бъдещата работа на специалисти от различни направления, интересувани се от проблематиката. Психологичните последствия за пациенти на лазертерапия не са изследвани досега и за такива може да се предполага единствено от публикувани субективни мнения в он-лайн форумите, където под формата на въпроси и отговори се обменя обща информация като: усещане за болката, лична оценка за очаквания и получения ефект, и др.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Вследствие на направените теоретичен анализ на научната литература и проверката на поставените в дисертационния труд хипотези, основните изследователски въпроси в него получиха удовлетворителни отговори. Тези отговори могат да предоставят на научната общност ново разбиране на: 1) влиянието на промените във външността върху самооценката за външността и 2) нейните важни психологични последствия за развитието, себerealизацията и щастиято. Като цяло, изследването потвърждава допусканията относно ролята на самооценката за външността за психосоциалното функциониране, което съществено се подобрява

след позитивна промяна във външността – процес, опосредстван от промяната в самооценката за външността. При това промяната във външността е най-благоприятна по отношение на психосоциалното функциониране при индивидите с проблемна самооценка за външността.

В това разбиране, дисертационният труд предоставя данни в полза на тълкуването, че външността следва да се разбира като вид социална ценност и важен фактор в процесите на привличане и подбор на партньор; във формирането на първото впечатление и като признак за индикиране на общественото положение и ролевите функции. Изследването потвърждава данни от научната литература, доказващи как характеристики на външността се използват като относителни маркери за описване на качества от характера и тя участва активно в информационната, интерактивната и перцептивната страни на комуникативното взаимодействие в самопрезентационните процеси на личността, както и функциите на убеждаващо въздействие, които външността упражнява в социалното позициониране на личността. Направените изводи се тълкуват в полза на значимостта на самооценката за външността за самооценката и цялостното психосоциално функциониране на личността в нейната социална среда.

Една от поставените задачи бе да се изследва проблематиката за емоционално-оценъчното отношение към телесния Аз, като се направи опит за идентифициране на самооценката на външността, като компонент на самооценката. Тази задача получи отговор с дефинирането на самооценката за външността като компонент на общата самооценка, отразяващ представите и чувствата по отношение собствената външност в цялост и нейните специфични конструкти – отделни физически характеристики, качества, форми и измерения, тегло, ръст. Изяснено бе, че самооценката за външността е компонент на самооценката с индивидуална, субективна значимост за всеки отделен индивид и определя субективното разбиране за степента на собствената физическа привлекателност.

Резултатите от проведеното експериментално изследване показаха, че самооценката за външността следва да се разбира като фактор, влияещ на активността в общуването и в частност върху комуникативното безпокойство и следователно се отнася към тези фактори, които биха могли да повлияят положително, или възпрепятстват общуването. Тъй като не е известно да са изследвани и анализирани взаимовръзките между самооценката за външността, като аспект на самооценката с комуникативното поведение, изследването дава един по-специфичен принос в по-дълбокото разбиране на механизмите зад проявите и особеностите на личностното поведение и по-конкретно чрез взаимоотношенията между физическия Аз и другите конструкти в цялостната Аз-структура, взаимодействащи със средата, в непрекъснатата динамика на общуването.

В разглежданата релация „самооценка за външността - самооценка” е налице ново, авторско анализиране на феномена самооценка за външността, в опит за изучаване на неговата природа и съдържание, и анализиране на неговите механизми на функциониране. Полученият диференциран образ съдържа нова информация, като обогатява научното познание с възможности за приложение в теорията и практиката.

В този дискурс, основната цел на дисертацията да идентифицира по същество кръг от въпроси, свързани с тези функции и роля, бе постигната. Получените отговори са от значимост в постигането на по-дълбоко разбиране на организацията и функциите на физическото Аз присъствие в общата личностна концепция и респективно на участието на личностната структура в контекста на социалната интеракция, имайки предвид, че проблематиката за участието на физическия Аз в личностната структура остава засега слабо разработена.

Този труд хвърля известна светлина в изследването на проблематиката на феномена външност и неговите проявления, предоставяйки основа за последващи изследвания, в които да се моделира по-прецизно отношението самооценка за външността с различни аспекти от емоционалното благополучие. В този смисъл, изследването обогатява научното познание в областта на едно от най-съвременните и силно актуални направления, психологията на външността, адресиращо разбирането на участието и значимостта на самоотношението към външността и образа за тялото за цялостното функциониране на индивида. Това направление рефлектира отдавна назрялата необходимост в глобален мащаб от отговори на редица въпроси с неоспорима важност за психичното здраве, емоционално благополучие и реализацията на личността в контекста на изследването, разбирането и подобряването качеството на живот. Още повече, че негативните психосоциални последици при хора с негативно възприемане на телесния си Аз поставят днес пред изследователите въпроси, адресиращи качеството на живот в значимите аспекти на социалната адаптация и интимните взаимоотношения. Изследването на тази проблематика налага съответно по-задълбочено анализиране на физическия аспект от личностната структура, в обяснението на отношението към и приемането на себе си, което е заложено в основата на дисертационния труд.

Получените данни предлагат практична за изследователите информация, която да спомогне в разбирането и анализирането на ядрото на телесния Аз, в търсенето на терапевтични когнитивно-поведенчески стратегии в редуцирането на негативните представи за него и занижената самооценка за собствената външност, за сметка на концентрирането и развиването на други и важни за личностното развитие качества и умения, повлияващи позитивно психосоциалното функциониране.

Настоящото изследване, макар и в малка степен, отговаря на необходимостта от създаването на основи в България за разглеждане и развитието на психологията на външността, рефлектирайки аспекти от глобални изследователски тенденции в тази сфера, предоставяйки на научната общност информационен конструкт от теоретични и емпирични данни и авторска концепция за участието на самооценката за външността в психосоциалното функциониране. Разбирането на природата на феномена на външността може да подпомогне психолози и психотерапевти в работата им за формиране на себеприемане и позитивно самоотношение към телесния образ и намаляване на влиянието на външността като ценност в обществото, за сметка на повишаването на ценността на други, личностни характеристики.

Постигането на желани промени във външността е вероятно много важен фактор в мотивацията за подлагане на диета за отслабване и редуциране на телото, за хирургични и други естетизиращи интервенции, процедури и терапии, с цел постигане на положителна промяна във външността, носеща удовлетворение за индивида. Една такава промяна следва да се разбира като целенасочен, осъзнат стремеж към себеактуализация и мотивация за реализирането на същностни за индивида цели, за които той вярва, че без постигане на такава промяна във външността си би било трудно или дори непостижимо да осъществи.

Респективно, с промяната на външността и самооценката за нея в положителна посока е възможно повишаването на емоционалното благополучие и личностната мотивация. Като стимули за подобряване на външността могат да се посочат желанието на човек да се понарава на околните, да бъде оценен като атрактивен за другия пол, да получи одобрение от значимите за него други, да създава положителна представа за себе си, с помощта която да получи достъп до желана професионална позиция, да повиши ефективността на междуличностните

взаимодействия в достигането на индивидуални и съвместни цели и т.н., което обуславя необходимостта от дълбокото изследване на ролята на външността в хедонистична перспектива - като фактор, влияещ върху качеството на живот на съвременния човек.

Може да се направи финалното заключение, че самооценката за външността оказва влияние върху психосоциалното функциониране на личността и следователно, мотивацията на индивидите да подобряват външността си далеч не е само суета, а включва напълно евдемонични (насочени към смисъл в живота и личностен растеж) мотиви – осъществяването на удовлетворяващи междуличностни взаимоотношения и смислени жизнени цели.

## НАУЧНИ И ПРИЛОЖНИ ПРИНОСИ

1. Теоретично обосноваване на слабо разработен досега и недооценен изследователски проблем относно значението на физическия Аз в структурата на Аза и неговите психосоциални последици; дефиниране и включване в авторския теоретичен модел на конструкта „самооценка за външността“; обосноваване на по-важна роля на самооценката за външността в общата самооценка, отколкото се е допускало досега.
2. Разработен е нов обяснителен модел на психологичните последици от подобрението на външността в резултат на медицинска намеса чрез допускането за влияние на самооценката за външността върху важни измерения на психосоциалното функциониране.
3. Разработен е инструмент за измерване на самооценката за външността.
4. Дисертационното изследване запълва дефицити в разбирането на социалната проекция на феномена самооценка за външността и нейните ефекти върху психосоциалното функциониране в български културни условия и представлява ориентир в работата върху психологичните измерения на естетичната медицина и клиничната практика на психолози и психотерапевти, работещи върху проблема за негативния образ на тялото и неудовлетвореността от собствената телесна външност.

## НАУЧНИ ПУБЛИКАЦИИ, СВЪРЗАНИ С ДИСЕРТАЦИОННИЯ ТРУД

1. Балабанова, М., Ю. Пенев. Последствия върху взаимодействията на личността със средата вследствие неудовлетвореност от образа за тялото. Международна научна конференция “Приложна психология - възможности и перспективи”, ВСУ „Черноризец Храбър”, 2017.
2. Балабанова, М. Ефекти на външността в романтичните взаимоотношения и брачни връзки. Международна научна конференция “Приложна психология - възможности и перспективи, ВСУ „Черноризец Храбър”, 2017.
3. Балабанова, М. Роля на външността във формирането на впечатление в междуличностните и социалните взаимоотношения на личността. Международна конференция на младите учени, СУБ –Пловдив, 2017.
4. Балабанова, М. Връзки на характеристики от външността с качества на личността. Международна конференция на младите учени, СУБ –Пловдив, 2017.
5. Балабанова, М. Влияние на външността върху междуличностното общуване в процеса на самопрезентация. Научна конференция „Приложната психология – възможности и перспективи”, ВСУ, 2016.
6. Балабанова, М., Д. Андонова. Самооценка за външността и нейната роля в междуличностното общуване. Научна конференция „Приложната психология – възможности и перспективи”, ВСУ, 2016.