

РЕЗЮМЕ

**на научните трудове
на д-р Ваня Господинова Христова
хон. ас. към катедра „Психология” на ВСУ „Черноризец Храбър”**

**за участие в конкурс за заемане на академична длъжност „доцент”
по професионално направление 3.2. Психология (Педагогическа
и възрастова психология (Психология на развитието)
(Държавен вестник, бр. 51 от 07.07.2015 г.)**

Монографии:

1. Христова, В. (2015). Личността в развитие и криза – детство и юношество. ВСУ „Черноризец Храбър“, Университетско издателство, Варна. ISBN 978-954-715-641-8.

Целта на монографичния труд е да се разкрие спецификата на възрастовите кризи като един от потенциалите за психичното развитие на човека.

Съгласно редица изследователи развитието е серия от редуващи се етапи на стабилност и преход. През стабилните фази на развитието се наблюдава възникване на качествено нови свойства, появата на които не може да се предвиди от съдържанието или структурата на предходния етап, т.е. развитието води до появата на новост. Именно това е провокирало редица теоретици да предложат стадиални теории за човешкото развитие, в които всеки етап от развитието отразява качествена промяна в цялостното психично развитие. Новите структури, които възникват през тези етапи, са по-сложни от предходните, т.е. те ги превъзхождат и надминават, включвайки предшестващите, така че стадиите на развитието запазват особеностите на предходните и в същото време се надграждат върху тяхната основа. Поради това развитието през целия жизнен път не е дълго плато на устойчиво цялостно развитие, а серия от редуващи се фази на стабилност и преход.

Преходните периоди са свързани с появата на „кризи на развитието”.

В психологията понятието „криза на развитието“ се появява в началото на първите десетилетия на 19 век и най-често обозначава кризи на психическото развитие, възникващи в условия, които не представляват опасност за здравето и живота на хората, а понякога имат закономерен характер. Кризата на психическото развитие повечето от теоретиците свързват с настъпването на промяна в житейската ситуация. Кризата прекъсва тези процеси в развитието, които го предшестват и блокират, и води до необходимостта да се направи скок в развитието чрез промяна.

Най-често се разглеждат - криза на раждането, криза на 1-та година, на ранното детство, предучилищната възраст, началната училищна възраст, юношеството, ранната зряла възраст, средната зряла възраст и късната зряла възраст.

През периода на детството и юношеството кризите на развитието се асоциират с появата на определени психични новообразувания, характеризиращи дадения възрастов период, а трудностите в развитието биха могли да придобият кризисен характер. Те определят и психическата готовност на личността за прехода към следващият етап от развитието.

В първа глава са описани предизвикателствата пред които са изправени изследователите през дългия им път в проучването на психичното развитие на човека. В първи параграф е направен опит да се обясни конструкта „развитие“, който е неразделна част от нашето виждане за света и живота и който все още не е намерил своето място в системата от категории, няма добро дефинирано съдържание и се характеризира с множество интерпретации. Описани са и основните закономерности на протичане на психичното развитие на човека в резултат на което се осъществяват определени количествени натрупвания и качествени промени в психиката през всеки възрастов период като се формират определени психически новообразувания, като например – его-

идентичност, самооценка, умения свързани с четенето, писането, смятането и т.н. Тези новообразувания могат да бъдат както от положително, така и от негативно естество. Част от тях остават трайно в поведенческия репертоар на индивида, а други изчезват през по-късните възрастови периоди от развитието. Вторият параграф фокусира изследователското внимание върху възрастовите кризи, причините за тяхното възникване и механизма на протичането им. В третия параграф е разгледана връзката между понятията „развитие“ и „възраст“, тъй като основната категория свързана с изучаването на човешкото развитие е концепцията за възрастта. Подробно са проследени основните референтни рамки, въз основа на които се описва възрастта на човека, както и тези в които категорията „възраст“ няма смисъл.

Във втора глава са изведени и систематизирани водещите теоретични концепции описващи развитието на личността в детско-юношеския период. Представените теории подчертават различни аспекти от човешкото развитие, тъй като са изградени въз основа на различни базисни допускания, определящи тяхното многообразие. В първи параграф са разгледани класическите и съвременни психоаналитични възгледи по отношение на психичното развитие. Във втори параграф е изведена бихевиористичната гледна точка за развитието в ранна възраст. Трети параграф акцентира върху социализацията като основен фактор за развитието, а в четвърти обстойно са описани когнитивният и социокултурен подход към човешкото развитие. В пети параграф е разгледан екологично-системния подход, като се отбелязва важната роля както на биологичните, така и на социалните фактори влияещи върху човешкото развитие.

В трета глава са изведени особеностите на протичане на възрастовите кризи през периода на детството и юношеството. В първи параграф са описани биопсихичните характеристики на пренаталния и

кърмаческия период на развитието, както и кризата на раждането като междинен период между вътреутробното развитие и извънутробния начин на живот. Разгледана е и кризата на първата година резултат от интензивното формиране на редица новообразувания. Във втори параграф акцентът е върху различните аспекти повлияващи развитието на детето през периода на ранното детство. Описана е и характерната за този възрастов период „криза на отношенията“ възрастен-дете, която настъпва на границата между ранната и предучилищна възраст, време през което се разрушава старата система на социалните отношения и детето се отделя от възрастния. В трети параграф са разгледани особеностите на развитието на децата в предучилищна възраст, важното значение на игровата дейност през този период, компонентите на психическата готовност за училище и кризата на предучилищната възраст. В четвърти параграф са представени част от особеностите на развитието на децата през периода на началната училищна възраст. Новата социална ситуация на развитие през този период е свързана преди всичко с навлизането на детето в училище с което се поставя началото на социалния живот на човека като цяло. Училищният живот задава първия социален статус на детето, изграден въз основа на новата система от изисквания и съответните социални отговорности и права които то има. Описана е и специфичната за този възрастов период криза на развитието произтичаща именно от новата социална позиция на развитието. В пети параграф са представени основните задачи и специфика на развитието през периода на средната училищна възраст. Обикновено този период се описва от редица изследователи като преломен, преходен и критичен, а често и като период на полово съзряване. Разгледана е и възрастовата криза съпътстваща този етап от живота на подрастващите, която е свързана с изграждането на новото ниво на тяхната Аз-концепция. В шести параграф са представени различните теоретични подходи описващи периода на юношеството, както и основните особености и

възрастови задачи които юношите следва да разрешат. Разгледана е и кризата на юношеството като една от възможностите за развитието на жизнената перспектива.

Учебни пособия:

1. **Христова, В.** (2015). Личността в късна зряла възраст – психически характеристики и предизвикателства (учебно помагало). Албатрос, София. ISBN 978-954-751-115-6.

Помагалото „Личността в късна зряла възраст – психически характеристики и предизвикателства“ е предназначено за студентите по психология, както и за практикуващите психолози.

През последните години интересът към изучаването на старостта нараства, тъй като категорията старост е изолирана едва през 20-ти век. Според редица изследователи периодът на стареенето или късната зряла възраст настъпва около 60-те години от живота на човека. Перспективите за доброто функциониране през този възрастов период се свързват с успешното преодоляване на кризата на пенсионирането, провокирана от промяната в социалната ситуация.

В първа глава са представени водещите геронтологични и психологически теории за същността на стареенето. При тяхното концептуализиране от съществено значение е разбирането на старостта, тъй като спецификата в нейното възприемане едновременно определя не само обхвата на теоретичните изследвания, но паралелно с това „предписва“ и начините за решаването на множеството проблеми с които се сблъскват хората от тази възрастова група. Главата завършва с въпроси за самоподготовка и проверка на теоретичните знания на дадената аудитория.

Във втора глава се акцентира върху личностния профил през старостта. В първи параграф са описани психологическите характеристики и Аз-концепцията на остаряващата личност, както и възрастовите задачи и социалната ситуация на функциониране на личностите в късна зряла възраст. Във втори параграф е отделено място на развитието и предвидимите възрастови кризи през този възрастов период. Изложени са и по-известните модели описващи преходните периоди и произтичащите от тях „кризи на развитието“, механизмите и причините за тяхното възникване, тяхната класификация и различия в протичането им през периода на детството и този на стареенето. В трети параграф – криза „среща със старостта“ е разгледано психосоциалното развитие на човека през периода на стареенето, което е силно повлияно от събитие с изключителна важност за живота, а именно пенсионирането и прекратяването на трудовата дейност. То драстично променя начина на живот на човека и води до загуба на неговата социална роля в обществото, отделянето от референтната му група, стесняването на кръга на общуване и влошаване на финансовото положение. Описани са и важните задачи, които следва да реши остаряващата личност, препятствията и трудностите по пътя и към успешното адаптиране към старостта, както и избора на стратегия на стареенето. Става ясно, че осъзнатостта на избора на стратегия за адаптирането към стареенето и новата жизнена позиция повлияват цялостната удовлетвореност от живота и адекватното възприемане на собствената старост.

Главата завършва с въпроси за самоподготовка и проверка на теоретичните знания. Дадена е възможност и придобитите знания да бъдат приложени на практика чрез представените терапевтични техники за индивидуално консултиране и психотерапия при лица в късна зряла възраст и тяхната „среща със старостта“. Част от често използваните и представени техники са „Работата със спомените“, включващи „разказване

на историята на живота“, *„описание на личната биография“* и *„преглед на живота“*, както и методиките *„Аз и моят жизнен път“*, *„Похвално слово за себе си“* и *„Степен на щастие“*.

Студии:

1. **Христова, В.** (2013). Даниел Левинсън: Комплексният подход към „сезоните“ в живота на мъжа и жената. В: Годишник на ВСУ. Изд. Варненски свободен университет „Черноризец Храбър“, т. XIX, 2013. ISSN 1310-800 X (под печат).

Студията представя комплексния подход към „сезоните“ в живота на мъжа и жената от гледна точка на концепцията за психосоциалното развитие на Даниел Левинсън. Тя включва три части и заключение.

В първата част са описани основните идеи, понятия и изследователски принос на представената концепция, която се оценява от повечето изследователи, като изключително постижение в областта на изследванията за човешкото развитие. Приносът на Д. Левинсън се сравнява с този на Е. Ериксън, но докато неговият интерес е предимно към юношеството, Д. Левинсън се интересува преди всичко от прехода в средата на живота или мостът между „ерата“ на ранната зряла възраст и „ерата“ на средната зряла възраст. Посочени са и основните понятия с които Д. Левинсън операционализира своята концепция, а именно „жизнен цикъл“, „сезоните в живота“, „жизнен път“, „ера“ и „продължителност на живота“. Представена е и методологията на емпиричното изследване при установяването на „сезоните“ в живота на мъжа, концепцията му за така наречената „индивидуална жизнена структура“ – нейните три аспекта и еволюция благодарение на която се осъществява развитието в зряла възраст. Съгласно вижданията на Д. Левинсън индивидуалната жизнена структура не е статична, а преминава през поредица от стабилни и преходни периоди. Стабилните са структурообразуващи с

продължителност от шест до девет години, а преходните са структуропроменящи и продължават около четири, пет години. Тук са описани са и специфичните задачи на развитието в зависимост от възрастта и тяхното място в жизнения цикъл на човека.

Във втора част са разгледани общата структура, „ерите“ и периодите в жизнения цикъл от живота на мъжа. Обстойно са описани особеностите в последователните периоди на жизнения цикъл на човека – *периода на преходът към ранната зряла възраст, периода на ранната зряла възраст* и неговите три основни фази: навлизането в света на възрастните, преходът на 30-те и периода на улягането с възрастовите задачи, които следва да бъдат решени.

Представен е и най-важният според Д. Левинсън период в живота на мъжа, а именно *прехода в средата на живота* обхващащ времевият диапазон между 40-45 годишна възраст, време през което човек трябва да се справи с миналото – младостта и да се подготви за своето бъдеще – средната възраст. Съгласно Д. Левинсън както всеки преход така и прехода в средата на живота е свързан с появата на криза и води до приключването на една съществуваща индивидуална жизнена структура и инициира началото на развитието на нова такава. Според него три преплитащи се аспекта бележат края на ранната зрялост, а именно – настъпващите промени в биологичното и психичното функциониране; приемствеността на поколенията и развитието на кариерата и „личното предприятие“. През този най-важен възрастов период се активизират и няколко двойки полярности – млад/стар, разрушителен/съзидателен, мъжествен/женствен и привързан/отделен.

Описани са и периодът на *средната зряла възраст* с нейните фази – навлизане в средната зряла възраст и изграждане на нова индивидуална жизнен структура; прехода на 50-те и кулминацията на средната възраст.

Накратко са разгледани и особеностите на периода на прехода към късната зряла възраст.

В третата част са описани „сезоните“ в живота на жената. При тяхното проучване целта на изследователите е била не да се разработи теоретичен модел на развитието, а да се сравни развитието на жените от различните професионални направления през периода на зрялата възраст. Тук са описани моделът и методологията на емпиричното изследване при установяването на „сезоните“ в живота на жената. Описан е и жизненият цикъл на жените през преходните и стабилните периоди от техния живот, както и особеностите на тези периоди.

Научни статии:

1. Христова, В. (2015). Л. С. Виготски - за кризата в отношенията възрастен-дете през ранното детство. В: електронно списание Педагогически форум, Тракийски университет – Стара Загора, Департамент за информация и повишаване на квалификацията на учителите, бр.2/2015, с. 21-24. ISSN 1314-7986

Съгласно социо-културната теория на Л. Виготски когнитивният растеж при децата се повлиява от вярванията, ценностите и инструментите на интелектуалната адаптация, унаследени при човека от културата. Човешкото развитие се колебае между периоди на стабилност и преход, преходните периоди се асоциират с появата на „кризи на развитието“ от преодоляването на които зависи цялостното развитие на личността. В психологията понятието „криза на развитието“ започва да съществува в началото на първите десетилетия на двадесети век и най-често се има предвид, че това са кризи на психическото развитие, възникващи в условия, които не представляват опасност за здравето и живота на хората, а понякога имат закономерен характер.

Като една от закономерно протичащите кризи през детското развитие, кризата на 3-годишната възраст настъпва на границата между ранната и предучилищната възраст и е един от най-трудните моменти в живота на детето. Нейната поява е провокирана от разрушаването на старата система на социалните отношения, отделянето на детето от възрастния и изграждането на нов вид отношения възрастен-дете.

2. Христова, В. (2015). Моралното развитие на личността – основни психологически перспективи. В: e-Journal VFU, Университетско издателство ВСУ „Черноризец Храбър“, кн.8, с. 1-12. ISSN 1313-7514.

В статията се анализират основните психологически перспективи на моралното развитие през детско-юношеската възраст. От гледна точка на психологията се разглеждат три основни теоретични аспекта на морала – афективен (емоционален), когнитивен и поведенчески. Всеки един от тях се фокусира върху различните компоненти на моралното развитие, поради което съществуват и няколко основни теоретични гледни точки за него. Моралните емоции са представени в психоаналитичната теория на З. Фройд с акцент върху формирането на Свръх-Аза в предучилищна възраст. Моралното мислене е във фокуса на когнитивното развитие на детето застъпено в теориите на Ж. Пиаже и Л. Колберг. Социално-когнитивните теории и по-специално Ал. Бандура разглеждат морала като заучено поведение повлияно от основните процеси на учене, саморегулиране на когнитивните процеси и ситуационното влияние. Познаването на предвидимите модели на нравственото, психосоциалното и когнитивно развитие би следвало да се отчита при функционирането на децата както в училищната така и в семейната им среда.

Трябва да се има предвид и факта, че преминаването от външно контролирани действия към вътрешни стандарти и принципи за регулиране на моралното поведение е решаващ етап по пътя към формирането на моралната зрялост на личността.

3. Христова, В. (2015). Успешното стареене. В: Юбилеен сборник „15 години специалност „Психология“ – теоретични и приложни идеи, Университетско издателство ВСУ “Черноризец Храбър“, Варна, 2015 (под печат).

Статията е посветена на анализа на един от основните въпроси от които се интересуват изследователите в областта на психологията на развитието, а именно какво означава „успешно стареене“ и кои са основните компоненти на това стареене.

Терминът „успешно стареене“ е въведен за пръв път през 1950 година, поради това че социалната категория старост е изолирана едва през 20-век. Познаването на закономерностите и основните елементи в протичането на стареенето, емпиричната информация от редица лонгитюдни изследвания както и разработката на методи за оптимизиране на стареенето дават възможност за успешната адаптация към загубите на стареенето – биологични, социални и психологически, за да се превърне старостта в добро време за живеене.

Научни доклади

1. Христова, В. (2015). Късната зряла възраст – разкриване на нови характеристики на личностния потенциал В: Приложна психология и социална практика – сборник доклади от XIV международна научна конференция. Университетско издателство ВСУ “Черноризец Храбър“, Варна, с. 572-577. ISSN 1314-0507.

Изследователският въпрос в доклада е свързан с разкриването на новите характеристики на личностния потенциал през периода на късната зряла възраст. Стареенето е сложно био-социо-психологическо явление. Като биологичен проблем то може да се определи като време на намаляване на адаптивния капацитет на организма. Като социален

феномен стареенето е представено чрез неизбежния процес на разрушаване на изградените през целия живот социални връзки. В основата на подхода на разглеждането на старостта като когнитивен проблем стои т.нар. „модел на дефицита“, който се свързва със загубата и намаляването на емоционалните и интелектуални способности. Като универсален и неизбежен процес, който е генетично програмиран остаряването е съпътствано и от редица промени както положителни, така и отрицателни към които следва човек да се приспособи. В зависимост от избора на стратегия на остаряването в която централно място заемат търсенето на смисъла и целта на оставащия живот се определя и неговият облик.

2. Христова, В. (2014). Кризите в жизнения път – потенциал за личностно развитие. В: Юбилейна Международна Научна конференция „20 години специалност „Психология“ – пътуване към себе си“, Университетско издателство „Св. Св. Кирил и Методий“, 2014 с. 171-175. ISBN 978-619-208-022-8

В доклада се акцентира върху възрастовите кризи, като един от потенциалите за личностно развитие. Поради това, че развитието на личността е динамичен процес - серия от редуващи се периоди на стабилност и изменчивост, кризите в психическото развитие могат да се разглеждат като съчетаващи в себе си конструктивни и деструктивни тенденции. В зависимост от това как личността възприема кризата – като опасност или възможност, се определя и потенциалът и за нейното развитие.

3. Христова, В. (2014). Кризата през 30-те – възможни модели на поведение. В: Научни трудове на Университета по библиотекознание и информационни технологии, Том 11, 2013. Издателство „За буквите – О писменехъ“, София, с. 351-359. ISSN 1314-2623.

В доклада се дискутират моделите на поведение на мъжете и жените изправени пред предизвикателствата на кризата на 30-те години предложени от Г. Шихи. Тя, както и други автори, счита че тази криза настъпва в периода между 28 и 32 години, време през което се осъществяват най-ярко процесите на преоценка на жизнените ценности и цели, социалният статус, окончателното решаване на конфликтите от юношеството и придобиването на новите отговорности през зрелостта.

Хората се отличават един от друг по моделите на своето поведение, обусловени от избора който е направен през 20-те години като в зависимост от тези различни модели на поведение всеки развива по свойствен начин своята роля в живота. На всеки един модел на поведение съответства определен набор от психологически проблеми свързани с ефективното решаване на задачите на развитието в съответния възрастов период. Преживявайки по различен начин кризата на 30-те хората се стремят да укрепят своята ниша в живота при навлизането в периода на средната зрялата възраст, тъй като ако жизнените задачи на даден период от развитието не се разрешат успешно, това може да доведе до появата и натрупването на проблеми през следващите етапи от развитието.

4. Христова, В. (2014). Криза в средната зряла възраст и джендърни модели на поведение. В: „Обществото на знанието и хуманизмът на XXI век“ – сборник с материали от XII национална научна конференция с международно участие, УНИБИТ, 2014 (под печат).

Докладът е посветен на анализа на кризата в средната зряла възраст - един психологически феномен, който се преживява между 40-45 години и се изразява в критичната оценка и преоценка на това което е постигнато в живота на човека до момента. Представени са различни теоретични гледни точки на кризата в средната зряла възраст, както и джендърните модели на поведение на лицата преживяващи тази възрастова криза. Нейното

преодоляване води до формирането на нови психически качества и придобиване на опит, поради което би могло да се счита, че възрастовите кризи са един положителен фактор за развитието на личността.

5. Христова, В. (2014). Старостта и оптималното функциониране на личността. В: Известия на Съюза на учените – Варна. Серия „Хуманитарни науки“ 1/2014, с. 106-108. ISSN 1310-6376

В доклада се проблематизира оптималното функциониране на личността в периода на късната зряла възраст. Както и през останалите периоди от живота на човек, така и през периода на старостта възниква възрастова криза, обусловена преди всичко от пенсионирането и драстичната промяна в начина на живот. Тя настъпва приблизително около 55-65 годишна възраст и се оказва труден период за по-голяма част от остаряващите. Най-ефикасната стратегия за смекчаването на тази кризисна ситуация, се асоциира с така наречената техника на „изпреварващото справяне“. Развитието на психическата готовност за новата социална позиция включва предварително планиране на свободното време след пенсионирането в търсене на новия начин на живот, новите начини за включване в общественият живот и съвместно с това предвиждането на негативните състояния и събития произтичащи от това. Възприемането на пенсионирането в позитивен аспект, като свързано с наличието на повече свободно време и пространство позволяващо да се проявят новите способности на човек също би допринесло за разрешаването на кризата на късната възраст.