



3.2. ПСИХОЛОГИЯ – ДОКТОРСКА ПРОГРАМА „ПСИХОЛОГИЯ НА ЗДРАВЕТО“ ИЗИСКВАНИЯ И ПРОЦЕДУРА ЗА УЧАСТИЕ В КАНДИДАТ-ДОКТОРАНТСКИ КОНКУРС

Необходими документи:

1. CV - включва академично образование, професионален опит, чуждоезикови познания, детайли за предишен изследователски опит и научни публикации, ако има такива.
2. Мотивационно писмо - кандидатът представя своите академични интереси; намерение и цели при кандидатстването за докторантура.
3. **По желание** кандидатът може да предостави на разположение своя писмена научна работа от максимум 45000 знака (25 стандартни страници): курсова работа, глава/част от дипломна работа или магистърска теза, научна публикация.

Конкурсна процедура:

- **Първи етап (писмен изпит):** На писмения изпит се представя разработка на изследователски проект в рамките на някое от предложените по-долу тематични полета. Те са представени с анотирано съдържание и максимално обширно, като кандидатът има възможност да обвърже проекта си само с онези елементи от съдържанието на избраното тематично поле.

Писмено разработване на изследователски проект в рамките на предложените в обявата за конкурса тематични полета. Проектът трябва да включва:

- проява и същност на изследователския проблем,
- изследователски въпроси,
- базисни теоретични подходи с посочване на постижения и ограничения,
- методология с конкретни методи за събиране информация, обработка и анализ

на данни,

- очаквани резултати,
- принос за научното знание, социалната и консултантската практика.

Продължителността на писмения изпит е четири астрономически часа.

Критериите за оценка на писмената разработка на изследователски проект за дисертация:

- пълнота на изложението съгласно предварително посочените изисквания,
- яснота и аргументираност на изследователските въпроси и очаквани резултати,
- познаване на посочената или друга литература в даденото тематично поле,
- позоваване на данни от изследвания, публикации,
- умение за критичен анализ в изложението.

До участие във втори етап (събеседване) се допускат само кандидати, получили оценка, не по-ниска от „много добър“ (4,50) на писмената разработка на изследователския проект.

- **Втори етап (устен изпит):** Събеседване по представения проект и останалите писмени документи. Провеждането на събеседването става в рамките на същия ден или на следващия работен ден, в зависимост от броя на кандидатите.

Успешно издържали конкурса са кандидатите, получили средно аритметична оценка от писмената разработка на проекта (първи етап) и устното представяне (втори етап) най-малко „много добър“ (5,00) за докторанти по държавна поръчка и „много добър“ (4,50) за докторанти в платена форма на обучение.

Оценките от конкурсните изпити се оформят с точност до 0,25.

КОНСПЕКТ: ТЕМАТИЧНИ ПОЛЕТА

Кандидатът предварително и свободно избира тематичното поле, в което разработва изследователски проект, както и елементите от съдържанието на полето, съответстващи на проекта. Посочената литература не е задължителна, а насочваща. От кандидатите се очаква и сами да потърсят литература в съответствие с изборите за разработване на проект.

1. Когнитивни и социално когнитивни модели за прогнозиране на здравното поведение. Компоненти, приложение, емпирична верификация и критична оценка. Модел на здравните убеждения и теорията за мотивацията за предпазване. Връзка между култура и здраве. Здравни убеждения и обяснения - каузален онтогенезис и морален дискурс на болката. Межкултурни различия в здравните убеждения и обяснения. Здраве при жените - културна перспектива.

2. Подходи в психологията на здравето и медицината. Отличителни характеристики и измерения. Културални фактори и боледуване. Ценностни ориентации и разбираня за здравето и грижата за другите хора. Промяна на обяснителните модели на психичното здраве в контекста на позитивната психология.

3. Развитие на моделите за стреса и стратегиите за справяне. Роля на психологическите фактори при справянето със стреса. Структура и променливост на транзакционния модел на стреса, адаптацията и стратегиите за справяне. Методологически предизвикателства, теоретичен напредък и клинични приложения. Стрес и болест. Стрес и промяна на поведението. Болестта като стресор. Модератори на връзката стрес-болест. Влияние на копинг ресурсите на личността при справянето със стреса и здравето. Развитие на психологическия модел на стреса до системна теория за емоциите. Влияние на емоционалните състояния върху физическото здраве и справянето със стреса.

4. Предимства и ограничения на двете традиции в дефинирането и изследването на оптималното психическо функциониране. Хедонистична традиция: структура и измерения на субективното благополучие; методи за изследване и межкултурни различия. Евдемонична традиция: теоретичен модел и измерения на психичното благополучие; методи за изследване и межкултурни различия.

5. Оптимизъм и песимизъм: теория, изследвания и практика. Историческа перспектива към оптимизма и песимизма. Биологични основи. Връзка с обяснителните стилове. Оптимизъм, физическо и психологическо благополучие.

6. Здравословно хранене - „новата религия“ на модерното общество. Модели на хранително поведение –основни измерения, връзка с личностни черти и благополучие. Съвременни тенденции в развитието на хранителните модели. Хранителни разстройства и връзка с депресивни симптоми, тревожност и стрес. Стратегии за справяне и интервенционни техники в консултантската практика.

7. Технологии и благополучие. Исторически перспективи. Взаимовръзка между личностни черти, зависимост от използване на онлайн социални медии и приложения за изкуствен интелект. Благополучие и междуличностно взаимодействие в киберпространството.

8. Постигане на истинско и трайно щастие - дейности и поведения, повишаващи чувството за щастие и съответстващи на индивидуалните интереси, ценности и потребности. Межкултурни различия в чувството за щастие: исторически промени, възрастови и полови различия.

ОБЩА ПРИМЕРНА ЛИТЕРАТУРА

Блум, Р. (2011) *Позитивната психология*. София: Фама.

Иванова, Е., Карабельова, С. (2012) *Киберхондрия и психологическо благополучие. Клинична и консултативна психология*, София: ИК „Стено“, 196-206.

Карабельова, С., Бъзовска, Б. (2011) Вегетарианство, психично здраве и благополучие. *Клинична и консултативна психология*, София: ИК „Стено”, 37-48.

Карабельова, С., Бъзовска, Б. (2012). Взаимовръзка между нагласите към храненето, вегетарианството и благополучието. *Клинична и консултативна психология*, София: ИК „Стено”, 329-401.

Клайнке, К. (1999) *Справяне с предизвикателствата на живота*. София: Наука и изкуство.

Любомирски, С. (2007) *Пътят към щастието*. София: МОНТ.

Митев, К., Карабельова, С. (2020). Ефектът на използването на социалните медии върху благополучието и социалния капитал във Великобритания и България. В: Илиева, С. (Ред). *Лидерство и развитие на човешките ресурси*, София: Университетско издателство „Св. Кл. Охридски“ ISBN (online) 978-954-07-4979-2.

Морисън, В., Венет, П. (2013). *Въведение в здравната психология*. София: Изток-Запад

Петров, Д. (2010) Предпазно-мотивационна теория и превенция на рисковото сексуално поведение. В: *Годишник на СУ, ФФ, книга Психология*, т. 102.

Петров, Д. (2011) Теория за самодетерминацията и регулация на здравното поведение. В: *Годишник на СУ, ФФ, книга Психология*, т. 103.

Петров, Д., Силгиджиян, Х. (2011) Личностни черти и рисково сексуално поведение, *Българско списание по психология*, 3-4, с. 814-821.

Пилева, И., Карабельова, С. (2017). Емпирично изследване на взаимовръзките на скала за орторексия нервоза с моделите на хранително поведение, нагласи към храненето и личностните черти и благополучието. Предизвикателства и перспективи пред съвременната психология. София: Университетско издателство „Св. Климент Охридски“. 358-365. <http://press-su.com/katalog-na-izdaniyata/elektronni-izdaniya/1094-predizvikatelstva-i-perspektivi-pred-savremennata-psihologiya.html>

Селие, Х. (1982). *Стрес без дистрес*. София: Наука и изкуство.

Селигман, М. (2001). *Как да бъдем оптимисти*. София: Кибеа.

Силгиджиян, Х., Карабельова, С., Занкова, Е. (2008). Емпирична среща на двете традиции в изследването на психичното здраве. *Българско списание по психология. Сборник научни доклади V-ти национален конгрес по психология*, 868-876. София: Изток-Запад.

Чубриева, М., Карабельова, С. (2017). Използване на интернет и кибертормоз сред българите над 18-годишна възраст. *Предизвикателства и перспективи пред съвременната психология*. София: Университетско издателство „Св. Климент Охридски“. 371-378. <http://press-su.com/katalog-na-izdaniyata/elektronni-izdaniya/1094-predizvikatelstva-i-perspektivi-pred-savremennata-psihologiya.html>

Шулц, Д. (2004). *Психология на растежа. Модели на здравата личност*. София: Наука и изкуство.

Anurogo, D., Zani, B. N., Awaliah, N. R., Sinaga, J., & Tjahyanto, T. (2023). Promoting Mental Health and Well-being in the Digital Age: Exploring the Role of Positive Psychology, Technology and Neuroscience. *West Science Interdisciplinary Studies*, 1(02), 54-64.

Cannon, W. (1915). Bodily changes in pain, hunger, fear and rage. An account of recent researches into the function of emotional excitement. New York and London: D. Appleton and Company.

Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, pp. 267–283. doi:10.1037/0022-3514.56.2.267.

Castellano-Tejedor, C., & Cencerrado, A. (2024). Gamification for mental health and health psychology: Insights at the first quarter mark of the 21st century. *International journal of environmental research and public health*, 21(8), 990.

Chubrieva, M., & Karabeliova, S. (2018). Usage of Internet and Forms of Cyberbullying. A pilot study among Bulgarian adults and teenagers. In: Dimitrievic, B., Panic, D. (Eds.) *Psychology in and around us. International Thematic Proceedia*. Nis: University of Nis, 293-306. <http://www.psihologijanis.rs/dpp/arhiva/zbornik-13-1.pdf>

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>

Diener, E., Oishi, S., Lucas, R. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and Cognitive. Evaluations of Life. *Annu. Rev. Psychol.* 54:403–25. doi: 10.1146/annurev.psych.54.101601.145056.

Diener, E., Suh, E., M., Lucas, R., E., Smith, H., L. (1999). *Psychological bulletin*, vol. 125 (2), pp. 276-302.

Diener, E., Lucas, R. E. & Oishi, Sh. (2002). Subjective Well-Being. The Science of Happiness and Life Satisfaction. In: Snyder, C. R. and Lopez, Sh. J. (Eds) *Handbook of positive psychology*, Oxford: Oxford University Press, pp. 63-73.

Driscoll, M., A., Edwards, R., R., Becker, W., C., Kaptchuk, T., J., and Kerns, R., D. (2021). Psychological Interventions for the Treatment of Chronic Pain in Adults. *Psychological Science in the Public Interest*, 2021, Vol. 22(2) 52 –95, DOI: 10.1177/15291006211008157.

Dunahoo, C. L., Hobfoll S. E., Monnier J., Hulsizer M. R. & Johnson R. (1998). There's more than rugged individualism in coping. Part 1: Even the Lone Ranger Had Tonto. *Anxiety, Stress and Coping, Vol. 11*, pp. 137-165; DOI: 10.1080/10615809808248309.

French, D. (ed.) (2010). *Health psychology. 2nd ed.* Oxford: BPS Blackwell.

Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, pp. 219–239.

Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If It Changes It Must Be a Process: A Study of Emotion and Coping during Three Stages of a College Examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, pp. 150-170.

Folkman, S., Lazarus, R.S., Gruen, R.J. & DeLongis, A. (1986). Appraisal, coping, health status and psychological symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, pp. 571-579.

Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). *Manual for the Ways of Coping Questionnaire*. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press.

Greenaway, K. H., Louis, W. R., Parker, S. L., Kalokerinos, E. K., Smith, J. R., & Terry, D. J. (2014). Measures of coping for psychological well-being. In G. J. Boyle, D. H. Saklofske, & G. Matthews (Eds.), *Measures of personality and social psychological Constructs*; pp. 322-351. USA: Academic Press.

Hobfoll, S. E., (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44, pp. 513–524.

Hobfoll, S. E., Dunahoo, C. L., Ben-Porath, Y., & Monnier, J. (1994). Gender and coping: The dual-axis model of coping. *American journal of community psychology*, 22(1), pp. 49-82.

Hobfoll, S. E., Geller, P., & Dunahoo, C. (2003). Women's coping: Communal versus individualistic orientation. In: M.J. Schabracq, J.A.M.Winnubust, & C.L. Cooper, (Eds.), *The Handbook of Work and Health Psychology* (2nd ed.), pp. 236-257. West Sussex: Wiley.

Jensen, M., P. and Turk, D., C. (2014). Contributions of Psychology to the Understanding and Treatment of People With Chronic Pain. Why It Matters to ALL Psychologists. *American Psychologist*, Vol. 69, No. 2, 105–118, DOI: 10.1037/a0035641.

Karabeliova, S., Petrov, D., Milanov, M., Ivanova, E. (2016). Personality traits and risky health behavior. In: *Annual Journal of Psychology*, Sofia University.

Kerns, R., D., Sellinger, J., and Goodin, B., R. (2010). Psychological Treatment of Chronic Pain. *Annual Review of Clinical Psychology*, DOI: 10.1146/annurev-clinpsy-090310-120430.

Keyes, C., Shmotkin., D, Ryff., C., (2002). Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions, *Journal of Personality and Social Psychology*, N 6, 1007-1022.

Khang, A., Hahanov, V., Litvinova, E., Chumachenko, S., Ali, R. N., Kadarningsih, A., ... & Anh, P. T. N. (2024). The Era of the Digital Healthcare System and Its Impact on Human Psychology. In *AI and IoT Technology and Applications for Smart Healthcare Systems*. pp. 1-9. Auerbach Publications.

Lazarus, R., S. (1993). *From Psychological Stress to the Emotions: A History of Changing Outlooks*, *Annual Review of Psychology*, 44,1-21.

Lazarus, R., S., Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company.

Lee, J.K. (2022). The effects of social comparison orientation on psychological well-being in social networking sites: Serial mediation of perceived social support and self-esteem *Current Psychology* (2022) 41:6247–6259 <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01114-3>.

Linton, S., J., Shaw, W., S. (2011). Impact of Psychological Factors in the Experience of Pain. *Physical Therapy*, Vol. 91 Number 5, pp. 700-711.

Lyubomirsky, S., Sheldon, K., Schkade, D. (2005). Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change. *Review of General Psychology*, Vol. 9, No. 2, 111–131, DOI: 10.1037/1089-2680.9.2.111.

Monnier, J., Hobfoll, S.E., Dunahoo, C.L., Hulsizer, M.R., & Johnson, R. (1998). There's more than rugged individualism in coping: Construct validity and further model testing. Part II. *Anxiety, Stress, & Coping*, 11, pp. 247-272.

Ogden, J., (2012). *Health Psychology*. Buckingham: Open University Press.

Park, C. L. & Folkman, S. (1997). Meaning in the Context of Stress and Coping, *Review of General Psychology*, , Vol.1, No. 2, pp. 115-144.

Regan A. R. Gurung (2009). *Health Psychology: A Cultural Approach*. Wadsworth Publishing Company.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.

Rosenstiel, A. K. & Keefe, F. J. (1983) The use of coping strategies in chronic low back pain patients: Relationship to patient characteristics and current adjustment, *Pain*, 17, pp. 33-44.

Roth, S., & Cohen, L. J. (1986). Approach, avoidance, and coping with stress. *American psychologist*, 41(7), pp. 813-819.

Ryff, C. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, Vol. 4, No. 4 , pp. 99-104.

Ryff, C., Singer, B. (1998). The Contours of Positive Human Health. *New Directions for the Next Millennium, Psychological Inquiry*, v. 9, N 1, 1-28, 69-85.

Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2000). Interpersonal flourishing: A positive health agenda for the new millennium. *Personality and Social Psychology Review*, 4(1 Special Issue: Personality and Social Psychology at the Interface: New Directions for Interdisciplinary Research), 30-44.

Ryff, C. D., & Singer, B. H. (Eds.). (2001). *Emotion, social relationships, and health*. New York, NY: Oxford University Press.

Ryff, C. D., Singer, B. H., & Love, G. D. (2004). Positive health: Connecting well-being with biology. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London B*, 359, 1383-1394.

Ryff, C. D., Love, G. D., Urry, H. L., Muller, D., Rosenkranz, M. A., Friedman, E. M., et al. (2006). Psychological well-being and ill-being: Do they have distinct or mirrored biological correlates? *Psychotherapy & Psychosomatics*, 75, 85-95.

Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13-39.

Ryff, C. (2014). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychother Psychosom*, 83:10–28.

Seligman, M. (2002). Positive psychology, positive prevention and positive therapy. In: In: Snyder, C. R. and Lopez, Sh. J. (Eds) *Handbook of positive psychology*, Oxford : Oxford University Press, pp. 3-12.

Selye, H. (1950). Stress and the general adaptation syndrome. *British Medical Journal*, vol. 17, pp. 1383-1392.

Sheldon, K., Lyubomirsky, S. (2012). The Challenge of Staying Happier: Testing the Hedonic Adaptation Prevention Model. *Personality and Social Psychology Bulletin*. DOI: 10.1177/0146167212436400.

Sheldon, K., Lyubomirsky, S. (2019). Revisiting the Sustainable Happiness Model and Pie Chart: Can Happiness Be Successfully Pursued? *The Journal of Positive Psychology*, DOI: 10.1080/17439760.2019.1689421.

Stoyanova, R., Karabeliova, S. (2019). Psychological past, present and future in relation to future considerations and self-esteem. In: Dimitrievic, B., Panic, D. (Eds.) *Psychology in and around us. International Thematic Proceedings*. Nis: University of Nis, 121-133. <http://www.psihologijanis.rs/dpp/arhiva/DPPzbornik2019.pdf>.

Taylor, Sh. & Kemeny, M. (2000). Psychological resources, positive illusions and health. *American Psychologist*, vol. 55, 1, 99-110.

Tomičić, A., & Gjorgjioska, M. A. (2024). Epistemic inequality in the digital era: Unpacking biases in digital mental health. *Theory & Psychology*, 34(6), 777-797.

Vaillant, G. E. (2000). Adaptive mental mechanisms: their role in a positive psychology, *American Psychologist*, vol. 55, 1, pp. 89-99.

Vollrath, M. (2006). Introduction: Who Becomes Sick and Who Stays Healthy, How and Why, and What Can be Done About It. IN: Vollrath, M. (Ed.) *Handbook of Personality and Health*, John Wiley & Sons, pp. 1-12.

Whiteman, M. (2006). Personality, Cardiovascular Disease and Public Health. IN: Vollrath, M. (Ed.) *Handbook of Personality and Health*, New York: John Wiley & Sons, pp. 13 -34.

Wiebe, D. & Fortenberry, K. (2006). Mechanisms Relating Personality and Health. IN: Vollrath, M. (Ed.) *Handbook of Personality and Health*, New York: John Wiley & Sons, pp.137-156.

Williams, P. (2006). Personality and Illness Behavior. IN: Vollrath, M. (Ed.) *Handbook of Personality and Health*, New York: John Wiley & Sons, pp. 157-174.

Zarbova, B., Karabeliova, S. (2018). Intercultural aspects in the experiences of Stress and Wellbeing. In: Dimitrievic, B., Panic, D. (Eds.) *Psychology in and around us. International Thematic Proceedings*. Nis: University of Nis, 199-218. <http://www.psihologijanis.rs/dpp/arhiva/zbornik-13-1.pdf>.

Zarbova B., Karabeliova S. (2017). Stress and Well-being. In: Dimitrievic, B., Panic, D. (Eds.) *Contemporary Psychology and Practice. International Thematic Proceedings*. Nis: University of Nis, 227-237. <http://www.psihologijanis.rs/dpp/arhiva/zbornik-13-1.pdf>.

Zhang, C. (2024). Digital technology and mental health: Chinese university students' perspectives on the impact of social media. *Health Psychology Research*, 12, 120372.

От кандидатите се очаква и сами да потърсят литература в съответствие с изборения за разработване проект.

Ръководител на програмата: проф. д.пс.н. С. Карабелъова