

Ivantchev, N. (2024). *Athletes' life satisfaction and satisfaction with some aspects of life*. Lambert Academic Publishing. ISBN: 978-620-6-84616-1.

Review of the book "Athletes' life satisfaction and satisfaction with some aspects of life"

Stanislava Stoyanova^{*a}

[a] Department of Psychology, South-West university "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

Резюме

Представен е отзив за книгата на д-р Николай Иванчев относно удовлетвореност от различни аспекти на живота и обща удовлетвореност от живота на спортисти. Монографията е в областта на спортната психология, но би била интересна за широк кръг читатели.

Ключови думи: отзив за книга, спортисти, удовлетвореност

Abstract

A book review is presented regarding the book by Nikolay Ivantchev, PhD, focused on athletes' satisfaction of different aspects of life, as well as their general life-satisfaction. This monograph is in the area of Sport Psychology, but it would be interesting to a broad audience.

Keywords: book review; athletes; satisfaction.

Psychological Thought, 2025, Vol. 18(1), 400-404, <https://doi.org/10.37708/psyct.v18i1.1124>

Received: 2025-04-03. Accepted: 2025-04-13. Published (VoR): 2025-05-02.

Handling Editor: Natasha Angelova, South-West University "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

*Corresponding author at: Department of Psychology, South-West University "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria.

E-mail: avka@swu.bg



This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Настоящият монографичен труд отразява компетенциите на неговия автор, който има завършени висши образования и в областта на спорта, и в научната сфера на психологията. Монографията „Удовлетвореност от живота и от някои житейски области при спортуващи“ с подзаглавие “Допринася ли спортуването за удовлетвореността от личностното развитие, постиженията и уменията“, е интердисциплинарна между Спортната психология и Педагогическата психология, тъй като изследва спортуващи по отношение на удовлетвореността от техния живот, от здравето, семейните взаимоотношения, отношенията с приятелите, с други хора на работа или в учебна институция, удовлетвореността от това, което могат да правят (т.е. уменията и представянето им), от личностното развитие, постиженията и финансовото състояние, като изяснява какви са възможностите чрез физическа активност и спорт да се повиши удовлетвореността от личностното развитие, постиженията, уменията, изразени в представянето в дейността. С термина „спортуващи“ се означават 212 професионални спортисти и системно спортуващи хора с различни професии на различна възраст.

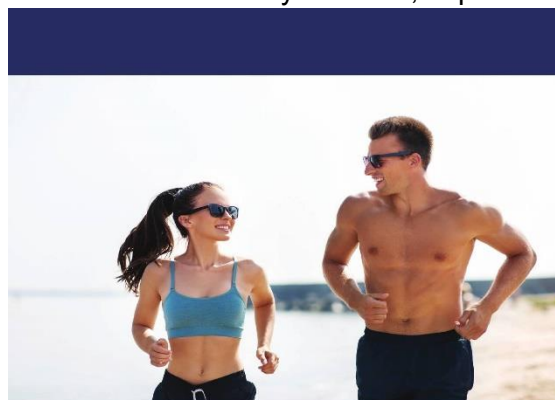
Както заявява в самото начало авторът на книгата:

Актуалността на проблематиката за удовлетвореността от живота и различни житейски области на спортуващи произтича от значението ѝ за здравословното състояние, личностното развитие, ефективността в представянето в дейността и поддържането на позитивни взаимоотношения, както и относно справянето със стресови ситуации (Ivantchev, 2024, p.10).

Монографията на д-р Николай Иванчев разглежда актуален проблем в живота на хората – удовлетвореността. Книгата е интересна, увлекателна, съчетава проблематика на спортната и педагогическата психология. Цитирани са теоретични концепции и резултати от изследвания на много психолози. Авторът добре познава съществуващите теоретични концепции за удовлетвореността на спортисти.

В съответствие със заглавието монографията изяснява основни понятия като удовлетвореност, благополучие и стрес при спортуващи. Монографията разглежда различни аспекти на удовлетвореността на спортуващите - глобална индивидуална удовлетвореност от живота, както и специфична индивидуална удовлетвореност от отделни житейски сфери (здраве; взаимоотношения със семейството, приятелите и колегите; личностно развитие; постижения; това, което може да прави човек, т.е. уменията и представянето в дейността; финансовото положение).

Представеният материал е групиран в няколко теоретични раздела: Физическа активност и спорт, Навици за спортна дейност, Удовлетвореност от здравословното състояние при спортуващи, Спортуване и стрес, Удовлетвореност от живота при спортуващи, Удовлетвореност на спортуващи от постиженията и уменията, изразени в представянето в дейността, спортуване и удовлетвореност от личностното развитие, личностния растеж, Удовлетворяване на потребности и благополучие при спортуващи, Спортуване и самооценка, Спортуване през свободното време, Спортсменство и спортна етика. Акцентира се на основни функции на двигателната активност и спорта за развитие у човека на емоционална регулация, за личностно развитие, за формиране на умения, за удовлетворяване на потребности, за поддържане на позитивни взаимоотношения.



Dr. Nikolay Ivanov Ivantchev

Athletes' Life satisfaction and satisfaction with some aspects of life



В увода са представени изследователските хипотези, а в отделни глави са описани дизайна на изследването и резултатите. Издигнатите хипотези са проверени чрез прилагането на Въпросник за обща/глобална/цялостна индивидуална удовлетвореност от живота с автори [Diener et al. \(1985\)](#), модификация на [Krys et al. \(2019\)](#) с отговори по 9-степенна скала (адаптиран от д-р Николай Иванчев), Въпросник за удовлетвореност от отделни житейски области на [Krys et al. \(2019\)](#), едноайтъмни въпросници за измерване на щастието, преживявано от спортуващите (по модел на [Ryff & Keyes, 1995](#)), степента на наслаждаване на живота, безгрижността и липсата на тревоги (или степента на преживяване на тревоги и грижи), самооценка на здравословното състояние (субективно оценяване на своето здравословно състояние), възприемането на себе си като способен, компетентен, ефективен, умел, както и анкета за социално-демографски данни. С тези въпросници са валидизирани резултатите от изследването на удовлетвореността от живота и от осем житейски области. Адаптиран е въпросник за цялостна удовлетвореност от живота на Динер и сътрудници ([Diener et al., 1985](#)) с 9-степенна скала на отговаряне в българската извадка от спортуващи и има добри психометрични характеристики - висока вътрешна консистентност на цялата скала, висока надеждност за цялата скала чрез разделяне на две половини, устойчивост на

резултатите, установена чрез тест-ретест. Въпросникът притежава добра конструктивна валидност, установена чрез корелации с резултатите по удовлетвореността от отделни житейски сфери, преживяването щастие и наслаждаване на живота, както и чрез социално-демографски различия между социални категории спортуващи. Много подробно е описана работата върху адаптирането за български условия сред спортуващи на основната методика на изследването – въпросника за цялостна удовлетвореност от живота на Динер и сътрудници (Diener et al., 1985), с отговори по 9-степенна скала (поместен в Приложение към книгата). Методическият инструментариум е адекватно подбран и подробно описан.

Представени са резултати от собствени проучвания на автора на книгата. Потвърждават се хипотезите, че удовлетвореността от живота при спортуващите е свързана с преживяваните от тях тревоги и грижи; че съществуват взаимовръзки между цялостната удовлетвореност от живота и удовлетвореността от различни житейски области при спортуващите; че съществуват социално-демографски различия в цялостната удовлетвореност от живота, в удовлетвореността от различни житейски области при спортуващите и в преживяването щастие от спортуващите.

Принос на автора е адаптирането и модифицирането на методики за целите на изследването. Статистическата обработка на данните е извършена коректно и разкрива уменията на автора да подбира, организира и структурира информацията, да я представя разбираемо и пълно. Табличното и графичното представяне на резултатите се следва от техния научен анализ и интерпретация, като коректно са формулирани заключенията относно потвърждаването на издигнатите хипотези. Много детайлно и коректно са представени резултатите за установяване на различия по социално – демографски характеристики за различни видове удовлетвореност на спортуващи, както и резултатите за свързаност между тези видове удовлетвореност.

В заключението са представени препоръки за повишаване на мотивацията за спортни занимания, за подобряване на здравословното състояние и на социалните взаимоотношения, за успешното представяне на спортуващите.

Монографията би била полезна за студенти по психология, за практикуващи спортни психолози и за широк кръг читатели - всички заинтересувани от проблематиката. Монографията на д-р Николай Иванчев „Удовлетвореност от живота и от някои житейски области при спортуващи (Допринася ли спортуването за удовлетвореността от личностното развитие, постиженията и уменията)“ представлява оригинален научен

труд. Материалът е полезен, актуален, интересен, ценен за практическата работа на спортни психолози и за педагози.

Funding/Financial Support

The author has no funding to report.

Other Support

The author has no support to report.

Competing Interests

The author has declared that no competing interests exist.

References

- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Ivantchev, N. (2024). *Athletes' life satisfaction and satisfaction with some aspects of life*. Lambert Academic Publishing.
- Krys, K., Zelenski, J. M., Capaldi, C. A., Park, J., van Tilburg, W., van Osch, Y., Haas, B. W., Bond, M. H., Dominguez-Espinoza, A., Xing, C., Igbokwe, D. O., Kwiatkowska, A., Luzniak-Piecha, M., Nader, M., Rizwan, M., Zhu, Z., & Uchida, Y. (2019). Putting the “we” in well-being: Using a collectivism-themed measure of well-being attenuates well-being’s association with individualism. *Asian Journal of Social Psychology*, 22, 256–267. <https://doi.org/10.1111/ajsp.12364>
- Ryff, C. & Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719 – 727.

About the Author

Prof. Stanislava Stoyanova, PhD, is a lecturer in Psychological Measurements, Experimental Psychology, and Social Psychology. Her research interests are also in the areas of Sport Psychology, Work Psychology, and Educational Psychology.

Corresponding Author's Contact Address [\[TOP\]](#)

Department of Psychology,
South-West University “Neofit Rilski”, 66 Ivan Mihailov str.
Blagoevgrad, Bulgaria.
Email: avka@abv.bg

