

Research Articles

Дименсии на възникващата зрелост и дистрес на идентичността

Dimensions of Emerging Adulthood and Identity Distress

Ева Папазова (Eva Papazova)*^a,Анна Александрова-Караманова (Anna Alexandrova-Karamanova)^a

[a] Департамент Психология, Институт за изследване на населението и човека към Българска Академия на науките, София, България (Department of Psychology, Institute for Population and Human Studies at Bulgarian Academy of Sciences, Sofia, Bulgaria).

Резюме

Възникващата зрелост се характеризира с психосоциален мораториум до 30 годишна възраст, а психосоциалният мораториум предполага криза или дистрес на идентичността. Интерес за нас представляват възможните взаимовръзки между характеристиките на развитието и дистреса на идентичността и тяхното опосредстване от процеси на себerefлексия. В изследването участват 202 изследвани лица на възраст 17-30 години. Използвани са Въпросник за измерване на дименсията на възникващата зрелост (IDEA), Скала за измерване на дистреса, свързан с идентичността (IDM) и Въпросник за проактивно-ригидно осмисляне (RRQ). Резултатите разкриват, че съществува права корелация между общото ниво на дискомфорт и негативността/ нестабилността и обратна корелация при кариерния избор и чувството за „пomeжду“ от друга страна. Негативността/ нестабилността е предиктор както за по-силно преживяване на общ дискомфорт, така и за по-продължително преживяване на дистрес на идентичността. Отделянето от родителите е също предиктор за преживяване на по-високо общо ниво на дискомфорт, а работата (паралелно с образованието) – предиктор за по-продължителен преживяван дистрес. Ригидното осмисляне е медиатор във връзката между дименсията негативност/ нестабилност и продължителността на преживяван дистрес.

Ключови думи: характеристики на развитието, дистрес на идентичността, проактивно и ригидно осмисляне, възникваща зрелост

Abstract

Emerging adulthood is characterized by a psychosocial moratorium up to 30 years of age, and the psychosocial moratorium implies a crisis or identity distress. We are interested in the possible correlations between the dimensions of emerging adulthood and the identity distress and their mediation through processes of self-reflection. The study involved 202 persons aged 17-30 years. An Inventory for the study of the Dimensions of Emerging adulthood (IDEA), Identity Distress Measurement Scale (IDM), and Reflection-Rumination Questionnaire (RRQ) were used. The results revealed that there was a direct correlation between the general level of discomfort and the negativity/ instability and a backward correlation between career choices and the feeling of "in between". Negativity/ instability was a predictor of both greater experiences of general discomfort and a longer experience of identity distress. Separation from parents was also a predictor of experiencing a higher overall level of general discomfort, and working (parallel to education) was a predictor of a longer experience of identity distress. Rumination was a mediator in the relationship between the dimension of negativity / instability and the duration of experienced distress.

Keywords: developmental features, identity distress, reflection, rumination, emerging adulthood

Psychological Thought, 2018, Vol. 11(2), 122–137, doi:10.5964/psyct.v11i2.280

Received: 2018-05-21. Accepted: 2018-07-09. Published (VoR): 2018-10-31.

Handling Editors: Marius Drugas, University of Oradea, Oradea, Romania; Stanislava Stoyanova, South-West University "Neofit Rilski", Blagoevgrad, Bulgaria

*Corresponding author at: Department of Psychology, IPHS-BAS, Acad. G. Bonchev str., bl. 6, floor 5, 1113 Sofia, Bulgaria. E-mail: eva.papazova@gmail.com



This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (<https://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Преходът към зрелостта привлича голям интерес през последните години, както от академичните изследователи (Arnett, 2000; Dwyer & Wyn, 2001; Furlong & Cartmel, 1997), така и от по-популярната аудитория (Karlin & Borofsky, 2003; Robbins & Wilner, 2001). Арнет (Arnett, 2000, 2004a, 2004b) предполага, че възрастта между 18-29 се счита за "различен период", наречен от него възникваща зрелостⁱ (emerging adulthood). Това е времето, когато хората смятат, че са твърде стари, за да бъдат юноши, но все още не са пълноправни възрастни. Според Арнет (Arnett, 2000): "След като напуснат зависимостта на детството и юношеството, и след като все още не са навлезли трайно в отговорностите, които са нормативни за зрялата възраст, възникващите възрастни често изследват различни възможности и посоки в живота, в любовта, в работата и в светогледа" (стр. 469). Периодът на възникваща зрелост обхваща част от края на периода на юношеството и началото на периода на ранната зряла възраст, според етапите на психосоциално развитие на Ерик Ериксън (Erikson, 1968). Арнет оспорва и доразвива теорията на Ериксън по отношение на психосоциалният мораториумⁱⁱ, който според него продължава до 30 годишна възраст, а не до края на юношеските години. Според Арнет (Arnett, 2000), нововъзникващата зряла възраст носи свои собствени констелации от демографски и феноменологични корелати.

Някои други по-ранни теоретици също предлагат идеи за характеристиките на този период, който следва юношеството, но не е напълно период на възрастност по отношение на развитието. Добре известно е, че Ериксън постулира, че идентичността е централен въпрос за юношеството, но той също така коментира "удълженото юношество" (prolonged adolescence), типично за индустриализираните общества, и психосоциалния мораториум, характерен за младите хора в тези общества (Erikson, 1968). Т.е., идеята за възникващата зрелост е залегнала още в теорията на Ерик Ериксън и не случайно това е и парадигмата, която Арнет репликира по-късно.

Кенистън (Keniston, 1971) предлага терминът "младежи" (youth) за периода между юношеството и младата възраст, но неговите идеи са базирани основно върху протестиращи студенти от края на 1960-те и силно отразяват това историческо време, а не някакви трайни характеристики на възрастта.

Теорията на Арнет обръща внимание на социалните и демографски промени, които настъпват в десетилетията след като Ериксън и Кенистън предлагат техните теории, като например по-късното сключване на брак и родителство, по-широкото навлизане във висшето образование, както и по-голямата толерантност към предбрачната сексуална активност и съжителство (Arnett, 1998, 2000, 2004a). Теорията на Арнет се основава на научни изследвания с млади хора, които са израснали в среда, характеризираща се с тези промени. Въпреки това, петте характеристики на възникващата зрелост, предложени от Арнет (Arnett, 2004a, 2004b), са на базата на количествени данни от структурирани интервюта.

Дименсии на възникващата зрелост

Арнет продължава да придава съдържание на дименсиите на възникващата зрелост извън неговия първоначален опит (Arnett, 2000) и изложение по темата. Той предполага, че възникващата зрелост се характеризира с пет отличителни психологични характеристики на развитието: възраст на изследване на идентичността, възраст на нестабилност, възраст на фокусиране върху себе си, възраст на чувство за „помежду“, и възраст на възможности (Arnett, 2004a, 2004b).

Според Арнет (Arnett, 1998), възникващата зряла възраст е *възрастта на изследване на идентичността*, тъй като психосоциалният мораториум по Ериксън (Erikson, 1968) е нормативен за нововъзникващата зряла възраст.

Възникващата зряла възраст е *възрастта на усещането за „помежду“*, тъй като по-голямата част от възникващите възрастни чувстват, че вече не са юноши, но още не са и напълно възрастни (Arnett, 1998).

Това е *възрастта на възможности*, защото има тенденция да бъде оптимистичен период от живота, който дава възможност за нови и потенциални партньори, възможности за работа, социални каузи и други ангажменти, които са на разположение. Когато нововъзникващите възрастни изследват тези възможности, те едновременно поемат и по-голяма независимост и отговорност за себе си в сравнение с когато са били по-млади; тези качества включват друга дименсия, а именно, *фокусиране върху себе си*.

Арнет (2004а, р. 14) обобщава идеята за възраст на фокусиране върху себе си от гледна точка на това как хората "се фокусират върху себе си, тъй като те развиват знанията, уменията и себепознанието, което ще им трябва за живота на възрастните".

И накрая, това е *възраст на нестабилност*, тъй като се наблюдава нестабилност по отношение на отношенията, работата и съжителството (Arnett, 2004а).

Дистрес на идентичността

Както вече беше посочено, възникващата зрелост се характеризира с високи нива на изследване на много възможности (Arnett, 2004b, 2007), както и с високи нива на възприемана несигурност и нестабилност (Côté & Bynner, 2008; Nelson & Barry, 2005; Schulenberg et al., 2004). Отрицателните емоции, чувството на тревожност и дискомфорт и дезадаптивното поведение могат да доведат до специална форма на дистрес на идентичността във възникваща зрелост (Arnett, 2004b; Berman et al., 2004; Meeus et al., 1999), произтичащи от прекомерна и/или продължителна несигурност и от възприемането, че индивидът не е в състояние да интегрира различни свои аспекти в последователна и кохерентна себепределеност (Erikson, 1968; Marcia et al., 1993; Schwartz, 2007).

Дистресът се определя като *„разстройство на идентичността“*, чиято основна характеристика е тежък субективен дистрес по отношение на невъзможността да се интегрират аспекти на Аз-а в достатъчно последователно, съгласувано и интегрирано себепределяне (American Psychiatric Association, 1987). В четвъртото издание на наръчника на психичните разстройства на Американската психиатрична асоциация разстройството на идентичността се отнася към „други състояния, които могат да бъдат във фокуса на клинично внимание“ (American Psychiatric Association, 1994). В петото издание на наръчника, дистресът на идентичността отпада изцяло (American Psychiatric Association, 2013).

Изследване с български студенти в годините на възникваща зрелост установява, че при една десета от изследваните лица дистресът е висок, а при основната част е смесен, което потвърждава, че специфичните развитийни задачи и периодът на удължен мораториум са свързани с изживяване на дискомфорт, свързан с изграждането и поддържането на идентичността (Papazova et al., 2018). Не се наблюдават по-

лови или възрастови различия по отношение на нивата на изпитван дистрес на идентичността при младите българи.

Проактивно (reflection) и ригидно (rumination) осмисляне във възникваща зрелост

На базата на пълен статистически ре-анализ на скалата за себеосъзнаване (Self-consciousness Scale (SCS)) е установено, че самосъзнанието (т.е. фокусирането върху себе си) не представлява единен конструкт, а е съставено от "проактивно" и "ригидно" осмисляне. Двете интроспекции имат различни когнитивни и поведенчески изражения (Trapnell & Campbell, 1999). *Проактивното осмисляне* представлява себеанализ, насочен към бъдещето, докато *ригидното осмисляне* представлява състояние, в което хората не могат да престанат да мислят за себе си, което е потвърдено и емпирично (Morin, 2002). Проактивното осмисляне включва истинско любопитство относно себе си, като личността е заинтригувана и се интересува да научи повече за своите емоции, ценности, мисловни процеси, нагласи и т.н. Ригидното осмисляне включва тревожно внимание към себе си, като индивидът се страхува от провал и продължава да стърси своята собствена стойност. С други думи, всеки анализира вътрешните си мисли и чувства (себесъзнание), но едни се чувстват заинтригувани и очаровани от себе си, а при други това е свързано с тревожност и загриженост за това, което биха могли да открият за себе си.

В литературата експлицитно не се откриват изследвания, които да се фокусират върху тези процеси в годините на възникващата зряла възраст.

Дименсии на възникващата зрелост, дистрес на идентичността и проактивно и ригидно осмисляне - релация

Психосоциалният мораториум конкретно предполага криза на идентичността (Marcia, 1966), респективно дистрес на идентичността. Хипотезирането и доказването на съществуването на статуса психосоциален мораториум от Марсия предоставя по-голямо разнообразие от подходи към идентичността, докато теорията на Ериксън представя просто сравнение между идентичност и дифузия на идентичността. Теорията на Арнет предполага, че изграждането на идентичността продължава до края на двадесетте години от човешкия живот (Arnett, 2000). Няколко изследвания откриват, че някои хора в този възрастов период (18-29 г.) не считат себе си за възрастни, което се явява източник на дистрес и по-лошо психично здраве (Frye & Liem, 2011; Nelson & Barry, 2005). Следователно, имплицитно съществува връзка между дименсиите, които характеризират възникващата зрелост, и дистреса на идентичността при нововъзникващите възрастни. Допускаме също така, че себerefлексията на личността би могла да опосредства или медира степента и продължителността на дистреса, която личността изживява в определени жизнени сфери.

Методология

Цел

Да се проучат взаимовръзките между дименсиите на възникващата зрелост и дистреса на идентичността, както и медиращия ефект на себерефлексията между тях.

Задачи

1. Да се проучат индивидуалните различия по отношение на дименсиите на възникващата зрелост в зависимост от пол, възраст, професионално направление, родителстване, семейно положение.
2. Да се анализират връзките между дистреса на идентичността и дименсиите на възникващата зрелост.
3. Да се проучи дали дименсиите на възникващата зрелост са предиктори на общото ниво на дискомфорт и продължителността на преживян дистрес.
4. Да се проучи медиращата роля на себерефлексията (проактивно и ригидно осмисляне) във връзката между дименсиите на възникваща зрелост и общото ниво на дискомфорт и между дименсиите на възникваща зрелост и продължителността на преживяван дистрес.

Хипотези

1. Очакваме да се очертае характерна за възрастта специфика по отношение на дименсиите на възникващата зрелост.
2. Очакваме, че съществува връзка между дистрес на идентичността и някои от дименсиите на възникващата зрелост.
3. Допускаме, че някои от дименсиите на възникващата зрелост ще детерминират общото ниво на дискомфорт и продължителността на преживян дистрес.
4. Очакваме, че ефектът на някои от дименсиите на възникваща зрелост върху общото ниво на дискомфорт и върху продължителността на преживяван дистрес ще бъдат опосредствани от проактивното и ригидното осмисляне.

Участници в изследването

Изследвани са 202 лица на възраст 17-30 г. ($M = 21,37$; $SD = 3,07$). Разширихме възрастовият диапазон от 18-29 г. на 17-30 г., тъй като това е тенденция, към която се придържа както Арнет в свои последни проучвания, така и други изследователи, които работят върху периода на възникващата зрелост (Arnett & Padilla-Walker, 2015; Lauren & Trahan, 2009). По този начин сме обхванали и студенти в първи курс на 17 години, които са тръгнали на училище на 6 годишна възраст. Изследваните лица на възраст над 30 години, бяха премахнати от извадката. От изследваната извадка, която се получи 94 (46,5%) са мъже и 108 (53,5%) - жени. От тях, 158 (78,2%) са неженени/неомъжени, 13 (6,4%) са женени/омъжени, 1 (0,5%) е разделен и 30 (14,9%) живеят в кохабитация. 189 (93,6%) са без деца, а едва 13 (6,4%) имат деца. 102 (50,5%) живеят с родителите си, 42 (16,3%) живеят с партньор (в брак или кохабитация), 13 (6,4%) живе-

ят сами, 5 (2,5%) живеят в собствен апартамент, 18 (8,9%) живеят на квартира и 22 (10,9%) съжителстват под наем с други.

Студентите са анкетирани групово по време на семинарни занятия. Всички те учат в Университета по библиотекознание и информационни технологии – УниБИТ. Изследването е проведено през месеците януари-юни, 2016 година.

Инструментарии

Използвани са следните три въпросника:

1. Скала за измерване на дистреса, свързан с идентичността (IDM). Скалата за измерване на дистреса на идентичността е конструирана върху DSM-III-R и измерва степента на дистрес, свързан с нерешените въпроси на идентичността (Berman et al., 2004). Използвана е 5-айтемна скала за отговор (от 1 – изобщо не съм до 5 – изключително много), според която изследваните лица посочват в каква степен са се чувствали тъжни, стресирани или разтревожени като цяло в следните жизнени сфери: дългосрочни цели, кариерен избор, приятелство, интимна сфера, религия, ценности и вярвания и групова лоялност. Измерва се също общото ниво на дискомфорт и продължителността на преживяван дистрес, и до каква степен това е свързано с ежедневието им живот. Измерената алфа на Кронбах на въпросника е 0,72.
2. Въпросник за измерване на дименсиите на възникващата зрелост (IDEA), адаптиран за български условия от Е. Папазова (Papazova, 2016). Дименсиите на възникващата зрелост в IDEA са шест: Изследване на идентичността, Експериментиране/ възможности, Негативност/ нестабилност, Фокусиране върху себе си, Чувство за “пomeжду”, Фокусиране върху другите. В българската си адаптация въпросникът се състои от 27 айтема. На участниците се представят определени пунктове от живота, представляващи нововъзникващата зряла възраст. Те са помолени да мислят за “определен период в живота си”, като „*настоящия момент, както и последните няколко години*, които са минали и *следващите няколко години*, които ви предстоят, така както вие ги виждате“. Изследваните лица изразяват своята степен на съгласие по скала от 1 до 4, където 1 е силно несъгласен, 2 – донякъде несъгласен, 3 – донякъде съгласен и 4 – съгласен (Reifman et al., 2007). Алфа на Кронбах за съответните дименсии е: Изследване на идентичността - 0,78, Експериментиране/ възможности - 0,72, Негативност/ нестабилност - 0,79, Фокусиране върху себе си - 0,53, Чувство за “пomeжду” - 0,66, Фокусиране върху другите - 0,61.
3. Въпросник за проактивно-ригидно осмисляне (RRQ; Trapnell & Campbell, 1999). Въпросникът съдържа 24 твърдения, на които изследваните лица отговарят по 5-степенна ликертова скала, където 1 е напълно несъгласен, а 5 – напълно съгласен. Айтеми от 1 до 12 измерват ригидно осмисляне (rumination), а айтеми от 13 до 24 – проактивно осмисляне (reflection). Алфа на Кронбах за скала проактивно осмисляне е 0,84, а за скала ригидно осмисляне – 0,73.

Психологическите методи за обработка на резултатите, които са използвани са дескриптивна статистика, еднофакторен дисперсионен анализ (ANOVA), пост-хок тест, т-тест на Стюдънт за независими извадки, корелационен анализ, йерархичен линеен регресионен анализ, медиаторен анализ с програма PROCESS.

Резултати и обсъждане

В [таблица 1](#) е представена описателната статистика (усреднени стойности) по отделните характеристики на развитието във възникваща зрелост, измерени чрез Въпросник за измерване на димензиите на възникващата зрелост (IDEA).

Таблица 1

Дескриптивна статистика на димензиите на възникващата зрелост

Дименсии на възникващата зрелост	Минимални стойности	Максимални стойности	Усреднени стойности	Std. Dev.
Фокусиране върху себе си	1,00	4,00	3,42	0,55
Изследване на идентичността	1,00	4,00	3,41	0,52
Експериментиране/възможности	1,17	4,00	3,26	0,52
Чувство за „помежду“	1,00	4,00	3,07	0,65
Фокусиране върху другите	1,00	4,00	2,92	0,66
Негативност/нестабилност	1,00	4,00	2,48	0,78

Както се вижда от [таблица 1](#), с най-голям приоритет сред възникващите възрастни е дименсията Фокусиране върху себе си. Младите хора в България приоритетно изразяват тенденция към съобразяване и поемане на някакви отговорности и ангажименти към себе си и към никого друго. Те сами решават кога и дали искат да ходят на лекции или на работа, взаимоотношенията им с интимния партньор не са достигнали статута на "обвързване за цял живот", все още голяма част от тях нямат деца, за които да трябва да носят отговорност. Това не е проява на егоизъм. Егоизъм означава, да пренебрегваш другите; нововъзникващите възрастни обикновено не пренебрегват другите, защото те нямат ангажименти към други, освен към себе си. В това се изразява фокусирането върху себе си в този етап от възрастовото развитие на личността.

На второ място се нарежда характеристиката Изследване на идентичността. Възрастта 18-29 г. е изключително сензитивна по отношение на психосоциалната идентичност на личността, като по всяка вероятност голяма част от младите българи са в процес на търсене на себе си до своята 30 годишна възраст. На трето място се нарежда дименсията Експериментиране/ възможности, което показва, че психосоциалният мораториум е в голяма степен присъщ за изследвания контингент.

Различия в димензиите на възникващата зрелост в зависимост от пола са установени само по отношение на характеристиката Изследване на идентичността. Т-тестът за независими извадки ($t(200) = -2,641$; $p = 0,009$) показва, че жените ($M = 3,50$; $SD = 0,49$) в по-голяма степен изследват своята идентичност от мъжете ($M = 3,31$; $SD = 0,53$). По всяка вероятност, по-експресивните черти във възникваща зрелост се свързват и в по-голяма степен с процесите на изследване на идентичността. Инструменталните черти, по-характерни за мъжете, предполагат по-голяма практичност и рационализъм в пътя на търсене и изследване на себе си. Интерпретацията е в известна степен условна, тъй като се наблюдава размиване на полово-ролевите стереотипи сред младите хора, както в България, така и в повечето индустриализирани държави по света.

Във възрастов план се наблюдават значими различия по отношение на дименсията Експериментиране/ възможности ($t(200) = 2,155$; $p = 0,032$), а по отношение на дименсията Усещане за „помежду“ ($t(200) = 1,850$; $p = 0,066$) и Фокусиране върху другите ($t(200) = -1,927$; $p = 0,055$) стойностите на p доближават границата на статистическата значимост. Наблюдава се тенденция групата на 24-30 годишните ($M = 3,11$; $SD = 0,71$) да е по-силно фокусирана върху другите в сравнение с групата на 17-23 годишните ($M = 2,88$; $SD = 0,64$). И обратно, по-младите възникващи възрастни (17-23 г.) се отличават с по-силна ориентация към изследване и възможности ($M = 3,29$; $SD = 0,50$) и имат тенденция да преживяват по-силно усещане за „помежду“ ($M = 3,11$; $SD = 0,62$) от по-възрастните ($M = 3,09$; $SD = 0,60$); ($M = 2,89$; $SD = 0,64$). Резултатът е логичен, тъй като в началото на този възрастов период осъзнаването на това, че си нито юноша, нито възрастен и съответно експериментирането с различни социални роли е изключително присъщо за младите хора. А от своя страна характеристиката „фокусиране върху другите“, която е единствената дименсия, която не е типична за периода на пробуждаща се зрелост, но е сложена с контролна цел във Въпросника за изследване на дименсията на възникващата зрелост, изпъква в края на периода на възникващата зрелост, когато фокусът постепенно преминава от фокусиране върху себе си към фокусиране върху другите.

По отношение на професионалното направление на студентите в нововъзникваща зрелост единственото различие, което доближава границата на статистическата значимост, се наблюдава по дименсията Изследване на идентичността ($t(200) = -1,898$; $p = 0,059$), като при студентите от направление хуманитарни науки ($M = 3,48$; $SD = 0,50$) се наблюдава тенденция за по-силно изразено изследване на идентичността в сравнение със студентите от направление точни науки ($M = 3,34$; $SD = 0,53$). Резултатът е логичен, тъй като хуманитарните науки са насочени в по-голяма степен към изучаване на хората и на човешкия фактор, отколкото точните науки, които са насочени към изучаване на числа, формули и апаратура. Резултатът кореспондира и с този по пол.

Не се наблюдават статистически значими различия по отношение на това дали изследваните нововъзникващи възрастни са родители или не са и по отношение на тяхното семейно положение – женени, разведени, разделени или в съжителство.

В [таблица 2](#) са представени данните от корелационния анализ между дименсията на възникващата зрелост и измеренията на дистреса на идентичността.

Както се вижда от [таблица 2](#), дименсията Негативност/нестабилност корелира от слабо до умерено с Дългосрочните цели, Приятелството, Общото ниво на дискомфорт, Продължителността на изпитвания дистрес на идентичността и Несигурността по отношение на различни измерения на дистреса. Най-силна е корелацията между Общото ниво на дискомфорт и Нестабилността. Резултатът е логичен, тъй като нестабилността през годините на възникващата зрелост по отношение на работа, партньор и съжителстване по всяка вероятност в голяма степен допринася за общо усещане за дискомфорт или дистрес на идентичността.

Друга интересна находка е слабата обратна корелация между Чувството за „помежду“ и Кариерния избор. Колкото по-ясен е кариерният избор, толкова по-силно е и усещането за това, че си възрастен. И обратно, колкото по-неясен е кариерният избор, толкова по-силно е преживяването за това, че си все още юноша.

Таблица 2

Корелации между димензиите на възникващата зрелост и измеренията на дистреса на идентичността

Дименсии	Изследване на идентичността	Експериментиране/ възможности	Негативност/ нес табилност	Фокусира не върху себе си	Чувство за „пόμε жду“	Фокусиране върху другите
Дългосрочни цели	0,06	0,06	0,18**	0,04	-0,14	0,07
Кариерен избор	0,05	0,05	0,13	-0,04	-0,19**	0,01
Приятелство	0,09	0,13	0,26**	0,07	0,03	0,14
Интимни отношения	-0,05	0,01	0,05	-0,09	-0,13	-0,02
Религия	-0,04	-0,04	-0,03	-0,07	-0,09	0,06
Ценности и вярвания	0,03	0,07	0,13	0,01	0,05	0,06
Групова лоялност	-0,01	-0,06	0,09	0,02	-0,13	0,05
Общо ниво на дискомфорт	0,05	-0,01	0,36**	-0,12	0,02	-0,02
Несигурност по горните въпроси	0,06	0,03	0,20**	-0,06	0,01	0,02
Колко дълго като цяло е преживявал дистрес	0,08	0,10	0,23**	-0,03	0,02	0,12

* $p < 0,05$. ** $p < 0,01$.

В таблица 3 са представени резултатите от йерархичен линеен регресионен анализ със зависима променлива общото ниво на дискомфорт, а в таблица 4 – резултатите от йерархичен линеен регресионен анализ със зависима променлива продължителност на преживяван дистрес. И при двата анализа като независими предиктори са включени два блока променливи. В първи блок са характеристики на изследваните лица като техния пол (мъж/жена), възраст (непрекъсната променлива), дали живеят заедно с или отделно от родителите си, дали имат или нямат деца, дали са студенти в областта на точните или на хуманитарните науки, дали към момента работятⁱⁱⁱ. Променливата за съжителство със или отделно от родителите е дихотомизирана след серия от анализи, които показаха, че от особено значение е именно отделянето на младите хора от родителското семейство, а не толкова дали отделното съжителство е с партньор или без партньор. Във втори блок като независими предиктори са въведени шестте дименсии на възникващата зрелост.

По отношение на общото ниво на дискомфорт йерархичният линеен регресионен анализ показва, че при въвеждането на характеристиките на изследваните лица (Модел 1) статистическа значимост достига единствено факторът отделеност от родителското семейство ($p = 0,013$; таблица 3). Възникващите възрастни, които живеят отделно от своите родители, преживяват по-високо общо ниво на дискомфорт, което вероятно е свързано с трудностите, които те срещат с вземането на повече независими решения и поемането на повече отговорност за себе си (или за отделното домакинство с партньора си). При въвеждането на димензиите на възникващата зрелост като предиктори в модел 2 обаче този фактор губи своята значимост, като единственият значим предиктор остава дименсията Негативност/ нестабилност ($p < 0,001$), т.е. младите хора, които като цяло преживяват този период от живота си като период на объркване и нестабилност по отношение на ролята и отношенията си, преживяват по-високо общо ниво на дискомфорт. Adjusted R^2 показва 11% обяснена вариация на общото ниво на дискомфорт във финалния модел.

Таблица 3

Иерархичен регресионен анализ: предиктори на общото ниво на дискомфорт

Независими променливи	Модел 1			Модел 2		
	B	SE	β	B	SE	β
Пол (мъж/жена)	0,05	0,18	0,02	0,04	0,17	0,02
Възраст	-0,02	0,03	-0,05	-0,01	0,03	-0,03
Живее с/отделно от родителите	0,43	0,17	0,19**	0,27	0,17	0,12
Има/няма деца	0,16	0,38	0,03	0,32	0,36	0,07
Точни/хуманитарни науки	-0,15	0,19	-0,06	-0,20	0,18	-0,09
Работи/не работи	0,11	0,18	0,05	0,11	0,17	0,05
Изследване на идентичността				0,26	0,19	0,12
Експериментиране/възможности				-0,14	0,19	-0,06
Негативност/нестабилност				0,55	0,11	0,37***
Фокусиране върху себе си				-0,17	0,16	-0,08
Чувство за „помежду“				-0,15	0,14	-0,08
Фокусиране върху другите				-0,05	0,13	-0,03
F		1,10			3,04***	
R ²		0,03			0,16	
Adjusted R ²		0,00			0,11	
ΔR^2		0,03			0,13	
ΔF		1,10			4,86***	

* $p < 0,10$. ** $p < 0,05$. *** $p < 0,01$.

Таблица 4

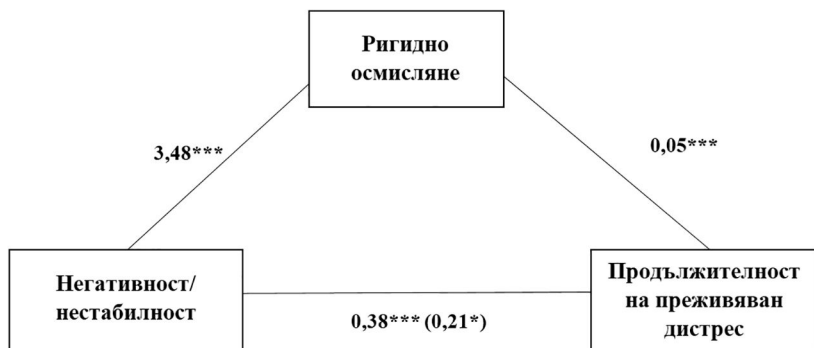
Иерархичен регресионен анализ: предиктори на продължителността на преживявания дистрес

Независими променливи	Модел 1			Модел 2		
	B	SE	β	B	SE	β
Пол (мъж/жена)	0,24	0,21	0,08	0,21	0,22	0,08
Възраст	-0,02	0,04	-0,05	-0,02	0,04	-0,04
Живее с/отделно от родителите	0,20	0,21	0,07	0,13	0,21	0,05
Има/няма деца	-0,06	0,46	-0,01	0,12	0,45	0,02
Точни/хуманитарни науки	-0,22	0,23	-0,08	-0,21	0,23	-0,08
Работи/не работи	-0,37	0,22	-0,13*	-0,36	0,22	-0,13*
Изследване на идентичността				0,13	0,24	0,05
Експериментиране/възможности				0,25	0,23	0,09
Негативност/нестабилност				0,35	0,13	0,19***
Фокусиране върху себе си				-0,32	0,21	-0,12
Чувство за „помежду“				-0,16	0,17	-0,08
Фокусиране върху другите				0,20	0,16	0,09
F		1,12			1,76*	
R ²		0,03			0,10	
Adjusted R ²		0,00			0,04	
ΔR^2		0,03			0,07	
ΔF		1,12			2,34**	

* $p < 0,10$. ** $p < 0,05$. *** $p < 0,01$.

По отношение на продължителността на преживяван дистрес единственият доближаващ статистическа значимост фактор сред характеристиките на изследваните лица (Модел 1) е дали те понастоящем работят, или не ($p = 0,087$; [таблица 4](#)). Възникващите възрастни, които понастоящем работят, преживяват дистрес в рамките на по-продължителен период от време – преживяването на продължителни тревоги и притеснения би могло да е свързано с трудностите от съчетаването на работата и учението или от финансови затруднения, които са били причина младите хора да започнат работа паралелно с образованието си. При въвеждането на дименсиите на възникващата зрелост като предиктори в модел 2 този фактор остава със значимост $p = 0,100$. Сред дименсиите на възникващата зрелост (Модел 2) единственият значим предиктор отново е дименсията Негативност/ нестабилност ($p = 0,010$), т.е. преживяването на този период предимно като объркване и нестабилност по отношение на ролите и отношенията е свързано както с по-силен, така и с по-продължителен дистрес. Adjusted R^2 показва 4% обяснена вариация на продължителността на преживяван дистрес във финалния модел.

Във връзка с хипотезата ни за медиация бяха тествани поредица от медиаторни модели, в които като независима променлива е въведена една от дименсиите на възникващата зрелост, като зависима променлива е въведено или общото ниво на дискомфорт, или продължителността на преживяван дистрес, а като медиатор – или ригидното, или проактивното осмисляне. От всички комбинации статистически значим резултат беше получен единствено по отношение на медиаторната роля на ригидното осмисляне във връзката между дименсията негативност/ нестабилност и продължителността на преживяван дистрес ([Фигура 1](#)). Във всички тествани медиаторни модели като статистически контроли са включени характеристиките на изследваните лица, описани в йерархичните линейни регресионни анализи по-горе: пол, възраст, отдаленост от родителите, наличие на собствени деца, образование в точни или хуманитарни науки, работещ/не работещ.



Фигура 1. Ригидното осмисляне като медиатор на връзката между дименсията негативност/нестабилност и продължителността на преживяван дистрес.

* $p < 0,10$. ** $p < 0,05$. *** $p < 0,01$.

Нестандартизираните регресионни коефициенти, описани във [фигура 1](#), показват силна връзка между дименсията негативност/нестабилност и ригидното осмисляне, или че преживяването на възникващата зрелост като период на объркване и нестабилност по отношение на собствените роли и отношения предполага едно повишено ригидно премисляне на собствените качества и собственото поведение в минали ситуации. Негативността/ нестабилността е свързана значимо с продължителността на преживяван дистрес (тотален ефект), като при отчитане на ролята на ригидното осмисляне (директен ефект) тази

връзка намалява по сила (и статистическа значимост: $p = 0,099$), което показва съществуването на значим индиректен ефект ($B = 0,16$; $SE = 0,05$). Резултатите от Sobel test са: $z = 2,95$, $p = 0,003$.

Изводи и заключение

Проведеното емпирично изследване с български студенти в периода на възникваща зрелост имаше за цел да проследи и анализира взаимовръзките между дименсиите на възникващата зрелост и дистреса на идентичността, като проследи и медиращата роля на себerefлексията (проактивно и ригидно осмисляне) във връзката между характеристиките на възникваща зрелост и общото ниво на дискомфорт и между дименсиите на възникваща зрелост и продължителността на преживяван дистрес.

На базата на получените резултати може да се обобщи, че възникващите възрастни в България са приоритетно ангажирани със себе си, а не със другите, търсят себе си в сферите на любовта и работата, и експериментират с възможности. Като цяло тези тенденции идват да покажат, че психосоциалният мораториум е в голяма степен присъщ за изследвания контингент, респективно и дистресът на идентичността в тази възраст.

Наблюдават се полови, възрастови и различия в зависимост от професионалното направление на студентите. Жените във възникваща зрелост изразяват по-силна тенденция към изследване на идентичността си от мъжете. Във възрастов план, 24-30 годишните се отличават с по-силно фокусиране върху другите от 17-23 годишните, а по-младите нововъзникващи възрастни се отличават с по-силна ориентация към изследване и възможности и по-силно усещане за „помежду“ от по-възрастните. Студентите от направление хуманитарни науки се отличават с по-силно изразено изследване на идентичността от студентите от направление точни науки. Наблюдаваните различия по пол, възраст и професионално направление са логични за изследвания възрастов период.

Само две от дименсиите на възникващата зрелост имат връзка с измеренията на дистреса на идентичността в периода на пробуждаща се зрелост – Негативност/ нестабилност и Чувство за „помежду“. Характеристиката на развитието Негативност/ нестабилност корелира от слабо до умерено с най-много измерения на дистреса на идентичността, като връзката между Общото ниво на дискомфорт и Негативността/ нестабилността е най-силна. Съществува и слабата обратна корелация между Чувството за „помежду“ и Кариерния избор, като колкото по-ясен е кариерният избор, толкова по-силно е и усещането за това, че си възрастен.

Отделянето от родителите е предиктор за преживяване на по-високо общо ниво на дискомфорт от нововъзникващите възрастни. Добавянето на дименсиите на възникващата зрелост като предиктори, води до загуба на значимост на този фактор, като единственият значим предиктор за общо ниво на дискомфорт остава характеристиката на развитието Негативност/ нестабилност. Пробуждащите се възрастни, които работят, преживяват дистрес в рамките на по-продължителен период от време. Негативността/нестабилността е отново предиктор и за по-продължително изживяване на дистрес от нововъзникващите възрастни.

Ефектът на Негативността/ нестабилността върху продължителността на преживявания дистрес е опосредстван от ригидното осмисляне в периода на възникваща зрелост.

Предполага се, че нововъзникващата зряла възраст е период на непрекъснато адаптиране. Асберг и колектив (Asberg et al., 2008) установяват, че изпитването на дистрес при възникващите възрастни е свързано с адаптацията им през този възрастов период, което предполага, че стресът от отрицателните събития в живота им е свързан с психичното здраве.

Ето защо е важно да се помисли как тази продължителна адаптация се отнася до преживяването на дистрес при младите българи и дали се опосредства от процеси на себerefлексия, които могат да допринесат за по-лесно справяне и преодоляване на дискомфорта на личността. Предлаганото изследване прави опит да изясни връзките и предикторите, които допринасят за изпитването на по-голям дискомфорт и преживяването на по-продължителен дистрес от страна на възникващите възрастни у нас. Важно е да се подчертае, че това са отделянето от родителите и включването в пазара на труда при младите българи. Характерното за този възрастов период преживяване на объркване и нестабилност по отношение на ролите и отношенията (дименсията Негативност/ нестабилност) е логично свързано както с посилен, така и с по-продължителен дистрес.

Значимата опосредстваща роля, която играе ригидното осмисляне във връзката между нестабилността и продължителността на преживяван дистрес разкрива поле за допълнителни проучвания с младежи във възникваща зрелост. Биха могли да се потърсят възможни механизми за намаляване на продължителността на дистреса посредством стимулиране на проактивни модели и техники за себerefлексия, като по този начин се помисли за психичното здраве на младите хора в България.

Бележки

- i) Терминът „възникваща зрелост“ (emerging adulthood) е предложен за първи път в българската научна литература от проф. Елиана Пенчева от ИИНЧ-БАН (Pencheva & Papazova, 2009). Съответно, „възникващи възрастни“ (emerging adults).
- ii) Психосоциален мораториум или криза на идентичността (недостатъчно силна и ясна обвързаност и висока степен на изследователска активност). Мораториумът е отлагане, индивидите са заети с ролево експериментирание и все още не са направили решителни жизнени избори (Baychinska et al., 2009).
- iii) Всички категориални променливи, включени в регресионния анализ, са кодирани като dummy променливи.

Финансиране

Авторите не са получили финансиране, което да докладват.

Конфликт на интереси

Авторите декларират, че не съществува конфликт на интереси.

Благодарности

Авторите не са получили друга подкрепа, която да докладват.

Литература

American Psychiatric Association. (1987). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (3rd ed., rev.). Washington, DC, USA: Author.

- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed.). Washington, DC, USA: Author.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC, USA: Author.
- Arnett, J. J. (1998). Learning to stand alone: The contemporary American transition to adulthood in cultural and historical context. *Human Development*, 41, 295-315. doi:10.1159/000022591
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *The American Psychologist*, 55, 469-480. doi:10.1037/0003-066X.55.5.469
- Arnett, J. J. (2004a). *Adolescence and emerging adulthood: A cultural approach* (2nd ed.). Upper Saddle River, NJ, USA: Pearson.
- Arnett, J. J. (2004b). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. New York, NY, USA: Oxford University Press.
- Arnett, J. J. (2007). The long and leisurely route: Coming of age in Europe today. *Current History*, 106(698), 130-136.
- Arnett, J. J., & Padilla-Walker, L. M. (2015). Brief report: Danish emerging adults' conceptions of adulthood. *Journal of Adolescence*, 38, 39-44. doi:10.1016/j.adolescence.2014.10.011
- Asberg, K. K., Bowers, C., Renk, K., & McKinney, C. (2008). A structural equation modeling approach to the study of stress and psychological adjustment in emerging adults. *Child Psychiatry and Human Development*, 39, 481-501. doi:10.1007/s10578-008-0102-0
- Baychinska, K., Bakracheva, M., & Savova, S. (2009). *Statusi na psihosotsialna i natsionalna identichnost, tsennosti i psihichno blagopoluchie v yunosheska vazrast* [Psychosocial and national statuses of identity, values and subjective well-being at adolescence]. Sofia, Bulgaria: Akademichno izdatelstvo „prof. Marin Drinov“.
- Berman, S. L., Montgomery, M., & Kurtines, W. (2004). The development and validation of a measure of identity distress. *Identity*, 4, 1-8. doi:10.1207/S1532706XID0401_1
- Côté, J., & Bynner, J. (2008). Changes in the transition to adulthood in the UK and Canada: The role of structure and agency in emerging adulthood. *Journal of Youth Studies*, 11(3), 251-268. doi:10.1080/13676260801946464
- Dwyer, P., & Wyn, J. (2001). *Youth, education and risk: Facing the future*. London, United Kingdom: Routledge/Falmer.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York, NY, USA: Norton.
- Frye, A. A., & Liem, J. H. (2011). Diverse patterns in the development of depressive symptoms among emerging adults. *Journal of Adolescent Research*, 26(5), 570-590. doi:10.1177/0743558411402336
- Furlong, A., & Cartmel, F. (1997). *Young people and social change: Individualization and risk in late modernity*. Buckingham, United Kingdom: Open University Press.
- Karlin, J., & Borofsky, A. (2003). *ReGeneration: Telling stories from our twenties*. New York, NY, USA: Tarcher/Putnam.
- Keniston, K. (1971). *Youth and dissent: The rise of a new opposition*. New York, NY, USA: Harcourt Brace Jovanovich.

- Lauren, M., & Trahan, M. (2009). *A case study of emerging adults: Negotiating adult milestones in Acadiana*. Paper presented at the 2009 annual meeting of the Mid-South Educational Research Association, Baton Rouge, Louisiana. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/256459547_A_Case_Study_of_Emerging_Adults_Negotiating_Adult_Milestones_in_Acadiana
- Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3, 551-558. doi:10.1037/h0023281
- Marcia, J. E., Waterman, A. S., Matteson, D. R., Archer, S. L., & Orlofsky, J. L. (Eds.). (1993). *Ego identity: A handbook for psychosocial research*. New York, NY, USA: Springer.
- Meeus, W., Iedema, J., Helsen, M., & Vollebergh, W. (1999). Patterns of adolescent identity development: Review of literature and longitudinal analysis. *Developmental Review*, 19, 419-461. doi:10.1006/drev.1999.0483
- Morin, A. (2002, December). Do you "self-reflect" or "self-ruminate"? *Science and Consciousness Review*, 1. Retrieved from <http://cogprints.org/3788/1/Rumination.pdf>
- Nelson, L. J., & Barry, C. M. (2005). Distinguishing features of emerging adulthood: The role of self-classification as an adult. *Journal of Adolescent Research*, 20, 242-262. doi:10.1177/0743558404273074
- Papazova, E. (2016). Balgarska adaptatsiya na voprosnik za izmervane na vaznikvashtata zrelost (IDEA) [Bulgarian adaptation of the Inventory of the Dimensions of Emerging Adulthood (IDEA)]. *Psychological Research*, 2, 15-25.
- Papazova, E., Bakracheva, M., & Andreev, B. (2018). Identity distress, reflection and rumination, depression and anxiety of Bulgarian students in Emerging adulthood. *Psychological Research*, 21(1), 57-69.
- Pencheva, E., & Papazova, E. (2009). Psihologichen profil na "vaznikvashtata zrelost" (18-29 g) [Psychological profile of "emerging adulthood" (18-29 years)]. *Psihologichni izsledvaniya*, 12(2), 221-228.
- Reifman, A., Arnett, J. J., & Colwell, M. J. (2007). Emerging adulthood: Theory, assessment, and application. *Journal of Youth Development*, 2(1), 37-48. Retrieved from <https://jyd.pitt.edu/ojs/jyd/article/view/359/345>
- Robbins, A., & Wilner, A. (2001). *Quarterlife crisis: The unique challenges of life in your twenties*. New York, NY, USA: Tarcher/Putnam.
- Schulenberg, J. E., Sameroff, A. J., & Cicchetti, D. (2004). The transition to adulthood as a critical juncture in the course of psychopathology and mental health. *Development and Psychopathology*, 16, 799-806. doi:10.1017/S0954579404040015
- Schwartz, S. J. (2007). The structure of identity consolidation: Multiple correlated constructs or one superordinate construct? *Identity*, 7, 27-49. doi:10.1080/15283480701319583
- Trapnell, P. D., & Campbell, J. D. (1999). Private self-consciousness and the five-factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 284-304. doi:10.1037/0022-3514.76.2.284

About the Authors

Eva Papazova has majored in Psychology at Sofia University “St. Kliment Ohridski”. She has defended her PhD degree at the Institute of Psychology – Bulgarian Academy of Sciences. She works in the Department of Psychology at the Institute for Population and Human Studies – BAS. Her main research interests are in the areas of developmental, personality and cross-cultural psychology. She is an author of one monograph and more than 50 scientific publications in Bulgarian and English.

Anna Alexandrova-Karamanova is a doctor of psychology, assistant professor in the Department of Psychology, Institute for Population and Human Studies - Bulgarian Academy of Sciences. She works in the field of health psychology (mental and physical health, well-being, healthy and risk health behaviours, body and appearance, occupational health, women’s health), developmental psychology (children, adolescents and youth) and personality psychology (motivation, emotions, the big five factors, individual differences). Alexandrova-Karamanova is experienced in qualitative, quantitative and mixed methods research. She is the National Delegate for Bulgaria at the European Health Psychology Society.