

**ПСИХИЧНОТО БЛАГОПОЛУЧИЕ НА ЧОВЕКА –  
ФАКТОРИ НА ВЛИЯНИЕ  
ЛИЧНОСТ И СОЦИАЛНА СРЕДА**

---

**ПСИХОЛОГИЧНИ ИЗСЛЕДВАНИЯ**

Том 20, Книжка 2, Септември 2017, 313-323

ISSN 0205-0617 (Print); ISSN 2367-9174 (Online)

<http://journalofpsychology.org>; e-mail: [psy\\_research@abv.bg](mailto:psy_research@abv.bg)

**ПРЕДИКТОРИ НА СУБЕКТИВНОТО БЛАГОПОЛУЧИЕ  
ПРИ ДОМИНИРАЩО НЕЗАВИСИМО  
И ВЗАИМОЗАВИСИМО КОНСТРУИРАНЕ НА АЗА**

**Емануела ПАУНОВА-МАРКОВА**

*Софийски Университет „Св. Климент Охридски“*

БЪЛГАРИЯ, София, 1504, бул. „Цар Освободител“ 15

✉ [emanuela.paunova@gmail.com](mailto:emanuela.paunova@gmail.com)

---

**Резюме.** *Участниците в изследването са разпределени в две групи спрямо доминиращото им конструиране на аз-а: в групата на независимо конструираните попадат 285 души (22.8% мъже и 75.1% жени), а в групата на взаимозависимо конструираните – 339 души (25.4% мъже и 71.1% жени). Чрез регресионни анализи е изследван ефектът на видовете субективен успех и ориентациите към щастието върху субективното благополучие за двете групи. Установяват се различия в предикцията на субективното благополучие – за хората с доминиращо независимо конструиране факторите са субективен общ успех, ориентация чрез включеност и субективен текущ успех, а за хората с доминиращо взаимозависимо конструиране факторите са субективен текущ успех, ориентация чрез включеност, субективен общ успех, смислова ориентация и материален успех. Предикторите при доминиращото взаимозависимо конструиране са повече, отколкото при независимо.*

**Ключови думи:** конструиране на Аза; субективно благополучие; субективен успех; ориентации към щастието.

---

*Статията да се цитира по следния начин:*

**Паунова-Маркова, Е.** (2017). Предиктори на субективното благополучие при доминиращо независимо и взаимозависимо конструиране на Аза. *Психологични изследвания*, Том 20, Кн. 2, 2017, 313-323. ISSN 0205-0617 (Print); ISSN 2367-9174 (Online).

© Е. Паунова-Маркова, 2017

Статията е постъпила през май 2017  
Приета за публикуване през юли 2017  
Публикувана през септември 2017

Авторът е прочел и одобрил окончателния вариант на ръкописа.

**THE PSYCHOLOGICAL WELL BEING – FACTORS OF INFLUENCE**  
*PERSONALITY AND SOCIAL ENVIRONMENT*

---

**PSYCHOLOGICAL RESEARCH**

Volume 20, No 2, September 2017, 313-323

ISSN 0205-0617 (Print) ISSN 2367-9174 (Online)

<http://journalofpsychology.org>; e-mail: [psy\\_research@abv.bg](mailto:psy_research@abv.bg)

**PREDICTORS OF SUBJECTIVE WELL-BEING  
IN DOMINANT INDEPENDENT AND DOMINANT  
INTERDEPENDENT SELF-CONSTRUAL**

**Emanuela PAUNOVA-MARKOVA**

*Sofia University “St. Kliment.Ohridski”*

BULGARIA, Sofia 1504, 15 Tsar Osvoboditel Blvd.

✉ [emanuela.paunova@gmail.com](mailto:emanuela.paunova@gmail.com)

---

**Abstract.** *The participants in the study were allocated into two groups according to their dominant self-construal: the total number of participants from the group with a dominant independent self-construal is 285 (22.8% M, 75.1% F) and the total number of participants from the group with a dominant interdependent self-construal is 339 (25.4% M, 71.1% F). Regression analyses were used to study the effect of subjective success and orientations to happiness on subjective well-being for both groups. Differences in the prediction of subjective well-being were identified: in dominant independence the factors are subjective global success, orientation through engagement, and subjective current success; in dominant interdependence the factors are subjective current success, orientation through engagement, subjective global success, orientation through meaning, and material success. There are more predictors in dominant interdependent self-construal than in dominant independent self-construal.*

**Keywords:** self-construal; subjective well-being; subjective success; orientations to happiness.

---

*The article can be cited as follows:*

**Paunova-Markova, E.** (2017). Prediktori na subektivnoto blagopoluchie pri dominirashto nezavisimo I vzaimozavisimo konstruirane na Aza. [Predictors of subjective well-being in dominant independent and dominant interdependent self-construal] *Psychological Research*, Volume 20, Number 2, 2017, 313-323] ISSN 0205-0617 (Print); ISSN 2367-9174 (Online), (in Bulgarian).

© E. Paunova-Markova, 2017

Submitted – May 2017

Revised – July 2017

Published – September 2017

The author has read and approved the final manuscript.

През последните десетилетия се наблюдава промяна в теорията за това как Азът е конструиран. Днес межкултурните различия, както и различията в конструирането на Аза, са широко признати и проучвани, докато преди около четвърт век Азът се е разглеждал като универсален и независим. Различното конструиране на Аза определя множество различия в когнитивните, емоционални и мотивационни процеси (Markus & Kitayama 1991). Има повик (Frost & Frost 2000) за повече психологични изследвания сред източноевропейските нации. Действително, до момента в България не е изследвано независимото и взаимозависимо конструиране на Аза.

Двата типа конструиране на Аза са независими дименсии, универсални и налични у всеки човек, но в различна степен (Markus & Kitayama 1991). Хората с взаимозависимо конструиране имат по-гъвкав и динамичен Аз, отчитащ социалния контекст и включващ в себе си значимите други. Те ценят хармонията в отношенията, вписването в общността и изпълняването на очакваните роли и задължения. При независимото конструиране Азът е стабилен, отделен от социалния контекст и останалите хора. Независимо конструираните хора ценят автономията, личната изява и асертивността да се отличава, да „открият себе си“ и своите уникални атрибути.

Голяма част от изследванията операционализират успеха като нещо, което може да бъде измерено обективно (Duke & Murphy 2006; Rowlands 1994). Успехът е универсален концепт, който съществува във всяка култура, но неговото значение варира (Fyans et al. 1983) и затова изследването на субективния, а не на обективния успех се откроява като по-подходящо.

Субективното благополучие се състои от когнитивен (удовлетвореност от живота) и афективен компонент (позитивен и негативен афект) (Diener 2000). То е сложен конструкт, който бива детерминиран от множество фактори (Sheldon & Hoon 2007; Diener 2000), един от които е успехът (Lyubomirsky 2007; Sheldon 2004). Съществуват и три основни начина, по които хора-

та се стремят към щастието – чрез смисъл, включеност и удоволствие (Peterson et al. 2005).

Конструирането на Аза определя различия в преследването и постигането на успеха и щастието. При взаимозависимото конструиране Азът по-често е свързан с целите и успехите на значимите други, докато при независимото личните цели и успехи са по-важни (Markus & Kitayama 1991). Взаимозависимото конструиране е свързано с по-ниска успешност (Downie et al. 2006) и щастие (Sheldon & Hoon 2007), докато независимото конструиране е позитивно свързано с удовлетвореността от живота (Piña-Watson et al. 2014; Cheng et al. 2011). В различните култури има и различни норми за идеалното афективно състояние – там, където щастието е ценено по-високо, биват и докладвани по-високи нива на щастие (Diener et al. 2000; Sims et al., 2015). Щастието и успехът са по-желани и ценени в индивидуалистичните култури и хората с независимо конструиране на Аза (Markus & Kitayama 2010). Самата връзка между успех и щастие е по-силна в индивидуалистичните култури, където преобладава независимото конструиране, отколкото в колективистичните, където преобладава взаимозависимото (Klug & Maier 2014; Piña-Watson et al. 2014).

## ИНСТРУМЕНТИ

Скалата, измерваща независимото и взаимозависимото конструиране на Аза (Lu & Gilmour 2007) е преведена и адаптирана за български условия от Паунова-Маркова (2017).

Ориентацията към щастието са измерени чрез инструмент (Peterson et al. 2005), преведен от Господинова и Зиновиева (2011). Позитивният и негативният афект са измерени чрез скала за емоционален баланс (Watson et al. 1988), преведена от Таир и екип (2011), а удовлетвореността от живота чрез скалата на Динер и екип (Diener et al. 1985), преведена от Байчинска (1995).

Субективен текущ успех е измерен чрез единичен айтем, адаптиран от Шелдън и

Елиът (Sheldon & Elliot 1998). Респондентите оценяват колко успешни са в постигането на своите цели около месец назад. Субективен общ успех е измерен чрез единичен айтем, създаден от Паунова-Маркова (2017). Участниците оценяват своя успех в живота като цяло. Материален успех е измерван чрез единичен айтем, адаптиран от предходен инструмент на Гарванова (2011). За измерване загриженост за успеха на другите е адаптирана субскала „Социална загриженост“ от методиката „Въпросник за училищна мотивация“ (McInerney & Ali 2006).

### ИЗВАДКА

686 души на възраст 18–73 години от разнообразни професионални области, участваха в изследването доброволно, анонимно и безвъзмездно. Преобладават жените (73,8%), спрямо мъжете (23,0%). Повечето са с висше образование – 53,6% имат магистърска, 20,6% – бакалавърска и 5,1% – докторска степен. 13,1% са завършили средно и 4,5% – полувисше образование. Няма участници, завършили единствено основно образование. 65,9% живеят в столица, 20% в голям град, 9,2% в малък град и 1,7% на село. Почти всички участници, посочили етническа принадлежност, се определят като българи, а няколко души – като турци.

### ПРОЦЕДУРА

Данните са събирани чрез въпросник на хартиен носител или електронен в Гугъл форми. Субективното благополучие бе изчислено чрез сумиране на удовлетвореността от живота и настоящия позитивен ефект, изваждайки настоящия негативен такъв (Sheldon & Hoop 2007). Разпределянето в две групи спрямо доминиращото конструиране на Аза бе направено чрез изчисляване на z-стойностите по скалите, измерващи двата типа конструиране за всеки участник, изваждайки z-стойностите на взаимозависимото конструиране от z-стойностите на независимото и използвайки 0

като гранична точка – резултатите над 0 са кодирани като доминиращо независимо, а тези под 0 – като доминиращо взаимозависимо конструиране.

### РЕЗУЛТАТИ И ДИСКУСИЯ

Пълният модел с предикторите за субективното благополучие включва като очаквани предсказващи променливи в модела: Субективен конкретен успех, Субективен общ успех, Материален успех, Загриженост за успеха на другите, Хедонистична ориентация, Смеслова ориентация, Ориентация към включеност. Регресионните анализи са проведени отделно за всяка от двете групи доминиращо конструиране на Аза. Бе използван стъпков регресионен анализ с поэтапно изваждане на променливи.

Финалният модел при групата на хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на Аза (табл. 1.) обяснява  $R^2 \approx 52\%$  от вариацията на субективното благополучие, което индикира добра предсказваща сила на модела. Приведеният  $R^2 = .504$  е много близък до реалния  $R^2$ , което означава, че моделът генерализира добре. Моделът показва, че за хората с доминиращо взаимозависимо конструиране това, което детерминира субективното благополучие, е:

- 1) преследване на щастие чрез включеност и погълнатост в дейностите, както и
- 2) чрез дейности в името на по-висша цел, служба на другите или себеразвитие,
- 3) усещане за успешност в живота като цяло,
- 4) усещане за успех в скорошните streмежи, както и
- 5) удовлетвореност от материалния успех.

Финалният модел при доминиращо независимо конструиране на Аза (табл. 2.) обяснява  $R^2 \approx 51\%$  от вариацията на субективното благополучие и приведеният  $R^2 = .504$  отново е много близък до реалния

ТАБЛИЦА 1

ЛИНЕЙНИ РЕГРЕСИИ НА ОРИЕНТАЦИИТЕ КЪМ ЩАСТИЕ И ТИПОВЕТЕ УСПЕХ ВЪРХУ СУБЕКТИВНОТО БЛАГОПОЛУЧИЕ ПРИ ВЗАИМОЗАВИСИМОТО КОНСТРУИРАНЕ НА АЗА (N = 284)

TABLE 1

LINEAR REGRESSION OF ORIENTATIONS TO HAPPINESS AND TYPES OF SUCCESS ON SUBJECTIVE WELL-BEING IN INTERDEPENDENT SELF-CONSTRUAL (N = 284)

Модел	<b>R<sup>2</sup> = 0.518;</b> <b>F = 59.804; p &lt; 0.001</b>			
	Нестанд. Бета	Станд. грешка	Станд. Бета	P
Константа	-4,530	,707		,000
Субективен текущ успех	<b>,613</b>	,089	,326	,000
Ориентация към включеност	<b>,562</b>	,127	,207	,000
Субективен общ успех	<b>,503</b>	,093	,289	,000
Смислова ориентация	,279	,122	,113	,015
Материален успех	,245	,098	,125	,013

ТАБЛИЦА 2

ЛИНЕЙНИ РЕГРЕСИИ НА ОРИЕНТАЦИИТЕ КЪМ ЩАСТИЕ И ТИПОВЕТЕ УСПЕХ ВЪРХУ СУБЕКТИВНОТО БЛАГОПОЛУЧИЕ ПРИ НЕЗАВИСИМОТО КОНСТРУИРАНЕ НА АЗА (N = 234)

TABLE 2

LINEAR REGRESSION OF ORIENTATIONS TO HAPPINESS AND TYPES OF SUCCESS ON SUBJECTIVE WELL-BEING IN INDEPENDENT SELF-CONSTRUAL (N = 234)

Модел	<b>R<sup>2</sup>=0.511;</b> <b>F=80.048; p&lt;0.001</b>			
	Нестанд. Бета	Станд. грешка	Станд. Бета	P
Константа	-2,964	,729		,000
Субективен общ успех	<b>,677</b>	,085	,422	,000
Ориентация към включеност	<b>,608</b>	,137	,209	,000
Субективен текущ успех	<b>,601</b>	,101	,317	,000

R<sup>2</sup>. Той показва, че за хората с доминиращо независимо конструиране:

- 1) преследването на щастие чрез погълнатост в дейността,
- 2) усещането за успешност в живота като цяло и
- 3) усещането за успешност в скорошните стремежи, с това което определя тяхното субективно благополучие.

Успешното преследване на целите има дългосрочен позитивен ефект върху субективното благополучие, както показва мета-анализ (Klug & Maier 2014). Резултатите от настоящото изследване потвърждават ролята на успеха, тъй като субективният текущ и общ успех предсказват субективното благополучие независимо от доминиращия тип конструиране на Аза. За хората с доминиращо независимо конструиране,

увеличаването в бала на субективния успех води до по-голямо увеличаване в нивата на субективно благополучие. И тези резултати са в унисон мета-анализа, докладващ по-силна позитивна връзка между успеха и субективното благополучие при индивидуалистичните култури, сравнено с колективистичните.

Възможно обяснение защо успехът не допринася така за щастието при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на Аза, както при тези с доминиращо независимо е фактът, че системата от цели на хората с взаимозависимо конструиране не е толкова конгруентна и отразява стремежите и оценките на значимите други (Markus and Kitayama 1991; Klug & Maier 2014). Това възпрепятства и забавя приноса на успеха за субективното благополучие. Ако например хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на Аза извличат удовлетворение от успеха само след като техните близки са го оценили като такъв, това намалява вероятността за преживяване на щастие.

Друга причина, поради която успехът не допринася за щастието при взаимозависимото конструиране на Аза така, както при независимото, може да се крие в културата, която оформя Аза като независимо или взаимозависимо. В евро-американските, индивидуалистични култури съществуват обслужващи личността тенденции. Там културата създава, поощрява и поддържа идеи, че индивидуалните постижения, личният успех и щастие са много важни и желани. Хората, на свой ред, се стремят към щастие и успех в по-голяма степен и следователно докладват по-високи нива на самочувствие, оптимизъм и т.н. (Markus & Kitayama 2010). Това поставя харесването и определянето на себе си като успешен като по-допринасящо за цялостното щастие в индивидуалистичните култури.

Субективният текущ успех предсказва субективното благополучие по-силно от субективния общ успех при доминиращото взаимозависимо конструиране на Аза. Обратното е валидно за доминиращото независимо конструиране. Тези резултати

може би са свързани с факта, че хората с доминиращо независимо конструиране на Аза са по-консистентни сред различните ситуации и контекст, жизнени сфери и роли, докато при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране контекстът е по-важен и техният Аз е по-гъвкав и отговарящ на текущите обстоятелства (Markus & Kitayama 1991).

Резултатите, че загрижеността за успеха на другите не е значим предиктор на субективното благополучие и при двата типа конструиране на Аза, са силно изненадващи. Предишни изследвания докладват, че и хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на Аза и тези с доминиращо независимо конструиране приписват еднаква важност на социалните цели (Van Horen et al. 2008; Schueller 2012). Предполагемата причина за тази универсална важност е, че допринасянето за успеха на другите хора е жизнено важно за личния успех (Kim & Sharkey 1995). Тъй като хората живеят в общество, социалното приемане и интегрираност и поддържането на позитивни отношения с другите, действително подпомагат постигането на личните цели на онези, които сами са интегрирани и помагат на другите.

Въпреки тази универсална важност ние очаквахме, че загрижеността за успеха на другите ще бъде по-силен предиктор на субективното благополучие при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на Аза. Предполага се, че хората с доминиращо независимо конструиране са по-предразположени към преживяване на негативни чувства като ревност от успеха на своите приятели, поради по-високата им конкурентност, а тези с доминиращо взаимозависимо конструиране са по-предразположени да преживяват щастие от успеха на своите приятели (Hunt 2015). При взаимозависимото конструиране личната идентичност е преплетена със значимите други и на тях се приписва по-голяма значимост. Следователно, проявяването на загриженост и полагането на усилия за удовлетворяване на нуждите им би трябвало да е много по-основно и важно (Kim

& Sharkey 1995). Известно е, че в колективистичните култури Азът е по-вероятно да бъде изграден от или свързан с целите и постиженията на значимите други, докато при индивидуалистичните – да бъде изграден от или свързан с личните цели и постижения (Chang et al. 2004). При хората с доминиращо взаимозависимо конструиране невронните реакции, индикиращи позитивни емоции свързани с награди, които техни приятели получават са толкова силни, колкото когато самите индивиди получават награди (Varnum et al. 2014). При хората с доминиращо независимо конструиране тези реакции са наблюдавани само когато те самите получават награда.

Въпреки това, получените от нас резултати индикират, че ангажираността с и подпомагането на успеха на близките не увеличава нивата на субективно благополучие и това противоречи с голяма част от емпиричните изследвания и теорията в областта. Има данни, че не помощта към другите сама по себе си е това, което води до по-голямо щастие, а възприетата благодарност и признателност от тези, на които е било помогнато (Lyubomirsky 2007). Възможно обяснение за нашите изненадващи резултати е, че скалата за загриженост за успеха на другите и теоретичният ни модел като цяло не обхващат получаването на благодарност и признателност като резултат от оказаната помощ и положените усилия.

Питърсън, Парк и Селигман (Peterson et al. 2005) докладват, че всяка една от ориентацията към щастие предсказва удовлетвореност от живота като цяло. Въпреки това, получените от нас резултати показват, че съществуват различия в начина, по който ориентацията предсказват субективното благополучие при хората с доминиращо взаимозависимо и доминиращо независимо конструиране на Аза. Ориентацията към включеност е силен предиктор и за двата типа конструиране. Хедонистичната ориентация, от своя страна, не предсказва субективното благополучие при нито един тип конструиране на Аза. Тъй като няма предишни изследвания за взаимовръзките

между ориентацията към щастие и конструирането на Аза, ние вярваме, че повече емпирични данни трябва да бъдат събрани, преди тези резултати да бъдат интерпретирани.

Смисловата ориентация към щастие предсказва субективното благополучие само при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на Аза. Освен това, нашите резултати показват, че тази ориентация е по-изразена при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране, в сравнение с тези с доминиращо независимо. Смисловата ориентация се характеризира със служба в името на другите или на по-висша цел, която много вероятно е свързана с обществото или човечеството изобщо (Peterson et al. 2005). Следователно е логично хората с доминиращо взаимозависимо конструиране да се стремят към щастие по-често по този начин. Те ценят сътрудничеството, вписването и хармонията с другите и е по-вероятно за тях да изберат поведение, което е в унисон с очакванията на другите, и да допринасят за благополучието на другите, сравнено с хората с другия тип доминиращо конструиране, които ценят постиженията и конкуренцията, себеизразяването, идентифицирането и изтъкването на собствените сили (Markus & Kitayama 1991).

Интересни са данните, че материалният успех предсказва субективното благополучие само за хората с доминиращо взаимозависимо Аз. Материалният успех е измерен като удовлетвореност от материалното положение, което по-често е споделено в цялото семейство или домакинство. Поради това, измерването му може също да обхваща успеха на другите или подкрепянето на близките хора. Това е вероятно обяснение защо материалният успех има принос към щастие на хората с доминиращо взаимозависимо конструиране на Аза. Известно е, че парите сами по себе си „не могат да направят човек щастлив“, но когато те означават взаимосвързаност с близките в мрежа на взаимопомощ и подкрепа, вероятно те могат да имат този ефект при хората, които ценят такава свързаност.



Общо има повече фактори, предсказващи субективно благополучие, при хората с доминиращо взаимозависимо конструиране, отколкото при тези с доминиращо независимо. Тази по-голяма сложност може допълнително да обяснява защо хората с взаимозависимо конструиране докладват по-малко щастие, отколкото тези с независимо (Паунова-Маркова 2017).

## ЛИТЕРАТУРА

1. **Байчинска, К.** (1995). Психосоциални изменения на процеса на демократизация. *Българско списание по психология*, 3, 56–60.
2. **Гарванова, М.** (2011). Основни жизнени цели, удовлетвореност от живота и ценностна криза при български студенти (сравнителен подход). *VI национален конгрес по психология* (77–84). София: Българско списание по психология.
3. **Господинова, П. & Зиновиева, И.** (2011). Смеслова и хедонистична ориентация на служителите. *VI национален конгрес по психология* (529–535). София: Българско списание по психология.
4. **Паунова-Маркова, Е.** (2017). *Успех и щастие при независимо и взаимозависимо конструиране на аз-а*. Докторска дисертация, СУ „Св. Климент Охридски“.
5. **Таур, Е., Димитрова, Р., Chasiois, A., Bender, M., van de Viejver, F.** (2011). Мотивационна конгруентност и субективно благополучие при представители на мнозинството и турското малцинство в България. *VI национален конгрес по психология* (417–421). София: Българско списание по психология.
6. **Chang, L., Arkin, R., Leong, F., Chan, D. & Leung, K.** (2004). Subjective overachievement in American and Chinese college students. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35(2), 152-173.
7. **Cheng, C., Jose, P., Sheldon, K., Singelis, T., Cheung, M., Tiliouine, H., Sims, C.** (2011). Sociocultural differences in self-construal and subjective well-being: a test of four cultural models. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 42(5), 832-855.
8. **Diener, E.** (2000). Subjective well-being. The science of happiness and a proposal for a national index. *The American Psychologist*, 55(1), 34-43.
9. **Diener, E., Emmons, R., Larsen, J. & Griffin, S.** (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
10. **Diener, E., Scollon, C., Oishi, S., Dzokoto, V. & Suh, E.** (2000). Positivity and the construction of life satisfaction judgments: Global happiness is not the sum of its parts. *Journal of Happiness Studies*, 1, 159-176.
11. **Downie, M., Koestner, R., Horberg, E. & Haga, S.** (2006). Exploring the relation of independent and interdependent self-construals to why and how people pursue personal goals. *The Journal of Social Psychology*, 146(5), 517-531.
12. **Dyke, L. & Murphy, S.** (2006). How we define success: A qualitative study of what matters most to women and men. *Sex Roles*, 55(5-6), 357-371.
13. **Frost, K. & Frost, C.** (2000). Romanian and American life aspirations in relation to psychological well-being. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31, 726-751.
14. **Fyans, L. J., Salili, F., Maehr, M. L. & Desai, K. A.** (1983). A cross-cultural exploration into the meaning of achievement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 1000-1013.
15. **Hunt, S.** (2015). *Examining the effects of self-set vs. socially-set academic goals and self-construal on course enjoyment*. Undergraduate Honors Theses. Paper 25. Retrieved at [http://ir.lib.uwo.ca/cgi/viewcontent.cgi?article=1025&context=psychK\\_uht](http://ir.lib.uwo.ca/cgi/viewcontent.cgi?article=1025&context=psychK_uht)
16. **Kim, M. & Sharkey, W.** (1995). Independent and interdependent construals of self: Explaining cultural patterns of interpersonal communication in multi-cultural organizational settings. *Communication Quarterly*, 43(1), 20-38.
17. **Klug, H. J. P. & Maier, G. W.** (2014). Linking goal progress and subjective well-being: A meta-analysis. *Journal of Happiness Studies*, 1-29.
18. **Lu, L. & Gilmour, R.** (2007). Developing a new measure of independent and interdependent views of the self. *Journal of Research in Personality*, 41(1), 249-257.
19. **Lyubomirsky, S.** (2007). *The how of happiness: A scientific approach to getting the life you want*. New York: Penguin.
20. **Markus, H. & Kitayama, S.** (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*.
21. **Markus, H. & Kitayama, S.** (2010). Cultures and selves: A cycle of mutual constitution. *Perspectives on Psychological Science*, 5(4), 420-430.
22. **McInerney, D. M. & Ali, J.** (2006). Multidimensional and hierarchical assessment of school motivation: Cross-cultural validation. *Educational Psychology*, 26(6), 717-734.
23. **Peterson, C., Park, N. & Seligman, M.** (2005). Orientations to happiness and life satisfaction:

- The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 6 (1), 25-41.
24. **Piña-Watson, B., Jimenez, N. & Ojeda, L.** (2014). Self-construal, career decision self-efficacy, and perceived barriers predict Mexican American women's life satisfaction. *The Career Development Quarterly*, 62(3), 210-223.
  25. **Rowlands, M.** (1994). The material culture of success ideals and life cycles in Cameroon. In *Consumption and Identity* (pp. 106-119).
  26. **Schueller, S.** (2012). Personality fit and positive interventions: Extraverted and introverted individuals benefit from different happiness increasing strategies. *Psychology*, 3(12), 1166-1173.
  27. **Sheldon, K. M. & Elliot, A. J.** (1998). Not all personal goals are personal: comparing autonomous and controlled reasons for goals as predictors of effort and attainment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24(5), 546-557.
  28. **Sheldon, K. & Hoon, T.** (2007). The multiple determination of well-being: Independent effects of positive traits, needs, goals, selves, social supports, and cultural contexts. *Journal of Happiness Studies*, 8(4), 565-592.
  29. **Sheldon, K. & Lyubomirsky, S.** (2004). Achieving sustainable new happiness: Prospects, practices, and prescriptions. *Positive Psychology in Practice*.
  30. **Sims, T., Tsai, J., Jiang, D., Wang, Y., Fung, H. & Zhang, X.** (2015). Wanting to maximize the positive and minimize the negative: Implications for mixed affective experience in American and Chinese contexts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 109(2), 292-315.
  31. **Van Horen, F., Pohlmann, C., Koeppen, K. & Hannover, B.** (2008). Importance of personal goals in people with independent versus interdependent selves. *Social Psychology*, 39(4), 213-221.
  32. **Varnum, M., Shi, Z., Chen, A., Qiu, J. & Han, S.** (2014). When "Your" reward is the same as "My" reward: Self-construal priming shifts neural responses to own vs. friends' rewards. *Neuro-Image*, 87, 164-169.
  33. **Watson, D., Clark, L. A & Tellegen, A.** (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.
- REFERENCES**
1. **Baychinska, K.** (1995). Psihosotsialni izmereniya na protsesa na demokratizatsiya. [Psychosocial dimensions of the process of democratization]. *Bulgarian journal of psychology*, 3, 56-60. (In Bulgarian).
  2. **Garvanova, M.** (2011). Osnovni zhizneni tseli, udovletvorenost ot zhivota i tennostna kriza pri balgarski student (sravnitelnen podhod). [Basic life goals, life satisfaction and value crisis in Bulgarian students (comparative approach)]. *VI national congress of psychology (77-84)*. Sofia: *Bulgarian journal of psychology*. (In Bulgarian).
  3. **Gospodinova, P. & Zinovieva, I.** (2011). Smislova i hedonistichna orientatsiya na sluzhitelite. [Orientation through meaning and through pleasure of employees]. *VI national congress of psychology (529-535)*. Sofia: *Bulgarian journal of psychology*. (In Bulgarian).
  4. **Paunova-Markova, E.** (2017). Uspeh i shtastie pri nezavisimo i vzaimozavisimo konstruirane na Aza. [Success and happiness in independent and interdependent self-construal]. PhD thesis, SU "St. Kliment Ohridski". (In Bulgarian).
  5. **Tair, E., Dimitrova, R., Chasiois, A., Bender, M., van de Viejver, F.** (2011). Motivatsionna kongruentnost i subektivno blagopoluchie pri predstaviteli na mnozinstvoto i turskoto maltsinstvo v Bulgaria. [Motivational congruence and subjective well-being among representatives of the majority and the Turkish minority in Bulgaria]. *VI national congress of psychology (417-421)*. Sofia: *Bulgarian journal of psychology*. (In Bulgarian).
  6. **Chang, L., Arkin, R., Leong, F., Chan, D. & Leung, K.** (2004). Subjective overachievement in American and Chinese college students. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35(2), 152-173.
  7. **Cheng, C., Jose, P., Sheldon, K., Singelis, T., Cheung, M., Tiliouine, H., ... Sims, C.** (2011). Sociocultural differences in self-construal and subjective well-being: a test of four cultural models. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 42(5), 832-855.
  8. **Diener, E.** (2000). Subjective well-being. The science of happiness and a proposal for a national index. *The American Psychologist*, 55(1), 34-43.
  9. **Diener, E., Emmons, R., Larsen, J. & Griffin, S.** (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
  10. **Diener, E., Scollon, C., Oishi, S., Dzokoto, V. & Suh, E.** (2000). Positivity and the construction of life satisfaction judgments: Global happiness is not the sum of its parts. *Journal of Happiness Studies*, 1, 159-176.
  11. **Downie, M., Koestner, R., Horberg, E. & Haga, S.** (2006). Exploring the relation of in-

- dependent and interdependent self-construals to why and how people pursue personal goals. *The Journal of Social Psychology*, 146(5), 517-531.
12. **Dyke, L. & Murphy, S.** (2006). How we define success: A qualitative study of what matters most to women and men. *Sex Roles*, 55(5-6), 357-371.
  13. **Frost, K. & Frost, C.** (2000). Romanian and American life aspirations in relation to psychological well-being. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31, 726-751.
  14. **Fyans, L. J., Saifli, F., Maehr, M. L. & Desai, K. A.** (1983). A cross-cultural exploration into the meaning of achievement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 1000-1013.
  15. **Hunt, S.** (2015). *Examining the effects of self-set vs. socially-set academic goals and self-construal on course enjoyment*. Undergraduate Honors Theses. Paper 25. Retrieved at [http://ir.lib.uwo.ca/cgi/viewcontent.cgi?article=1025&context=psychK\\_uht](http://ir.lib.uwo.ca/cgi/viewcontent.cgi?article=1025&context=psychK_uht)
  16. **Kim, M. & Sharkey, W.** (1995). Independent and interdependent construals of self: Explaining cultural patterns of interpersonal communication in multi-cultural organizational settings. *Communication Quarterly*, 43(1), 20-38.
  17. **Klug, H. J. P. & Maier, G. W.** (2014). Linking goal progress and subjective well-being: A meta-analysis. *Journal of Happiness Studies*, 1-29.
  18. **Lu, L. & Gilmour, R.** (2007). Developing a new measure of independent and interdependent views of the self. *Journal of Research in Personality*, 41(1), 249-257.
  19. **Lyubomirsky, S.** (2007). *The how of happiness: A scientific approach to getting the life you want*. New York: Penguin.
  20. **Markus, H. & Kitayama, S.** (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*.
  21. **Markus, H. & Kitayama, S.** (2010). Cultures and selves: A cycle of mutual constitution. *Perspectives on Psychological Science*, 5(4), 420-430.
  22. **McInerney, D. M. & Ali, J.** (2006). Multidimensional and hierarchical assessment of school motivation: Cross-cultural validation. *Educational Psychology*, 26(6), 717-734.
  23. **Peterson, C., Park, N. & Seligman, M.** (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 6 (1), 25-41.
  24. **Piña-Watson, B., Jimenez, N. & Ojeda, L.** (2014). Self-construal, career decision self-efficacy, and perceived barriers predict Mexican American women's life satisfaction. *The Career Development Quarterly*, 62(3), 210-223.
  25. **Rowlands, M.** (1994). The material culture of success ideals and life cycles in Cameroon. In *Consumption and Identity* (pp. 106-119).
  26. **Schueller, S.** (2012). Personality fit and positive interventions: Extraverted and introverted individuals benefit from different happiness increasing strategies. *Psychology*, 3(12), 1166-1173.
  27. **Sheldon, K. M. & Elliot, A. J.** (1998). Not all personal goals are personal: comparing autonomous and controlled reasons for goals as predictors of effort and attainment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24(5), 546-557.
  28. **Sheldon, K. & Hoon, T.** (2007). The multiple determination of well-being: Independent effects of positive traits, needs, goals, selves, social supports, and cultural contexts. *Journal of Happiness Studies*, 8(4), 565-592.
  29. **Sheldon, K., & Lyubomirsky, S.** (2004). Achieving sustainable new happiness: Prospects, practices, and prescriptions. *Positive Psychology in Practice*.
  30. **Sims, T., Tsai, J., Jiang, D., Wang, Y., Fung, H. & Zhang, X.** (2015). Wanting to maximize the positive and minimize the negative: Implications for mixed affective experience in american and chinese contexts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 109(2), 292-315.
  31. **Van Horen, F., Pohlmann, C., Koeppen, K. & Hannover, B.** (2008). Importance of personal goals in people with independent versus interdependent selves. *Social Psychology*, 39(4), 213-221.
  32. **Varnum, M., Shi, Z., Chen, A., Qiu, J. & Han, S.** (2014). When "Your" reward is the same as "My" reward: Self-construal priming shifts neural responses to own vs. friends' rewards. *NeuroImage*, 87, 164-169.
  33. **Watson, D., Clark, L. A. & Tellegen, A.** (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.

**Emanuela Paunova-Markova, Doctoral Students**  
Sofia University "St. Kliment.Ohridski",  
e-mail: emanuela.paunova@gmail.com