

СТАНОВИЩЕ

от доц. д-р Милена Емилова Моцинова-Бръчкова

относно дисертационен труд за присъждане на
образователна и научна степен „доктор“
по научна специалност 05.06.05 „Педагогическа и възрастова психология“

на Елени Апостолу

на тема „Бърнаут при начални учители“

Научен ръководител: доц. д-р Русанка Манчева
ЮЗУ „Неофит Рилски“ – Благоевград
Философски факултет, Катедра Психология

гр. Велико Търново

2022

1. Данни за дисертанта

Елени Апостолу е родена в Серес, Република Гърция и понастоящем живее на остров Лесбос като учител. Завършила е Педагогическия отдел за начално образование на Тракийския университет „Демокрит“ в Александруполис, а след това продължава обучението си в магистърска степен по специална педагогика в Югозападен университет „Неофит Рилски“ – Благоевград, България. Успоредно с обучението си посещава различни семинари като: „Университетски лекции по психология“, 15-часовото обучение на тема „Бързо обучение на учители в дистанционно обучение, Задължения на учителите и образователните служители, Управление на училищна единица, Училищен климат и учебно поведение, Подходи за преподаване и съвременни методи на преподаване“. През последните години участва и в семинари на тема „Пандемията Covid 19 през очите и мисленето на учителите от началните училища на Лесбос“; „Опозиционно предизвикателно разстройство, идентифициране на ключови симптоми в класната стая и разработване на програма за интервенция“; "Психологията на нарцисизма и свръхчувствителността. Как да излезем невредими от лоша връзка". Успешно завършва шестмесечен семинар по информационни технологии и технологии. И притежава диплома KeyCERT IT Initial. Говори английски език, притежава и LRN ниво 3 сертификат в ESOL International (CEF C2). Зачислена е за самостоятелна форма на обучение в докторантска програма „Възрастова и педагогическа психология“ при катедра „Психология“ на ЮЗУ „Неофит Рилски“ Благоевград със заповед на Ректора от 2019 година.

2. Данни за докторантурата

Няма констатирани нарушения по процедурата на докторантурата, която е в съответствие с действащата нормативна база на ВТУ и на Закона за развитие на академичния състав в Р. България.

Дисертационният труд е обсъден и насочен за защита от катедра „Психология“ към Философски факултет на Югозападен университет „Неофит Рилски“ – Благоевград на 26.09.2022 г.

3. Данни за дисертацията

Темата на дисертационният труд е актуална и значима във връзка с непрекъснато нарастващите изисквания за оптимизиране на ефективността на служителите в организациите и свързаните с това явления като изтощение и прегаряне, които са често срещани във всички работни сектори. Според докторантката „целта на настоящата дисертация е да се изследва степента на бърнаут при учителите в началното училище, което ще бъде изследвано в комбинация с професионалния стрес и демографските характеристики на учителите в началното училище“.

Както посочва Елени Апостолу: „Настоящото изследване си поставя за цел да установи как си влияят трите феномена: синдром на емоционално изпепеляване, удовлетвореност от работата и стратегиите за справяне с професионалния стрес. За обхвата на изследванията в Република Гърция тази връзка е важна, тъй като разкрива проблемните зони в работата на учителите и в частност на учителите, обучаващи ученици от началната степен на образование“.

Докторският труд обхваща 165 страници; структуриран е в увод, три глави, дискусия, заключения, приноси и приложения. Използвани са 284 литературни източника на гръцки и английски език.

Като обем и структура представеният труд отговаря напълно на формалните изисквания за дисертационна разработка.

В увода Елени Апостолу представя актуалността на проблема и дефинира цел и задачи на изследването.

Теоретичната обосновка на проблема обхваща **ГЛАВА 1. Теоретична част**, в която е представена същността бърнаут синдрома. Дадена е дефиниция на термина „бърнаут“ и е направена историческа обосновка на възникването и развитието на проблема. Описани са характеристиките и етапите на прегарянето. Представени са теоретичните модели на „прегаряне“.

Описан е синдромът на прегаряне при учителите. Очертани са факторите, причиняващи синдрома на прегаряне при учителите в началните училища, както и последиците от синдрома на прегаряне.

Във втори параграф са представени стратегии за превенция и справяне със синдрома на прегаряне при учители в началните училища. Разгледани са ролята на консултирането, ролята на положителния училищен климат за справяне със синдрома на прегаряне, както и различните стилове за справяне със синдрома на прегаряне.

Трети параграф е посветен на професионалния стрес. Дадени са дефиниции и модели на професионален стрес. Представени са теоретични модели. Описан е професионалният стрес при началните учители. Разгледани са последиците от професионалния стрес при учителите в началните училища, както и стратегии за справяне с професионалния стрес при учителите в началните училища. Представена е програма за превенция и управление на професионалния стрес.

Четвърти параграф е посветен на проблема за удовлетворение от работата. Представени са основни концепции за удовлетворението от работата. Разгледани са теориите за обяснение на удовлетвореността от работата. Открито е значението на удовлетвореността от работата за учителите.

Авторката се спира и на въздействието на неудовлетвореността на учителите от работата. Разглежда факторите, влияещи върху

удовлетвореността от работата на учителите. Представени са данни от проведени изследвания за оценка на удовлетвореността от работата на учителите в Гърция.

Докторантката показва добри теоретични познания по проблема и умения за работа с литературни източници.

В ГЛАВА 2. Организация и провеждане на психологичното изследване е представена целта на изследването; дефинирана са една обща и пет допълнителни хипотези. Представени са изследваните лица и използваните изследователски методи.

В ГЛАВА 3 са представени резултатите от проведеното изследване.

Описани са демографските характеристики на изследваните лица. Представени са резултатите по отношение на нивото на прегаряне при изследваните лица; резултатите по отношение на използваните стратегии за справяне; резултатите по отношение на удовлетвореността от работата на респондентите. Разгледани са обобщени компоненти по отношение на емоционалното прегаряне, стратегиите за справяне със стреса и удовлетворението от работата. Изведени са корелационни връзки между бърнаут синдрома, стратегиите за справяне със стреса и удовлетвореността от работата. Разгледано е влиянието на демографските фактори върху измерваните променливи.

На основата на получените резултати и техният анализ са изведени логично обосновани изводи.

Според докторантката „учителите от началното училище показват умерени нива на прегаряне. Това им помага успешно да се справят с педагогическите си отговорности и личностното отношения към тях.

По отношение на втория изследователски въпрос, който изследва степента на удовлетвореност от работата на учителите, се установява, че

като цяло нивата на удовлетвореност на учителите са умерени, като естеството на работата и ръководителят (директорът на училището) са факторите, с които хората в извадката са по-удовлетворени.

По отношение на третия изследователски въпрос, може да се отбележи, че всички стратегии се появяват в извадката с висока честота. Учителят от началната степен на образование успява да се справи с предизвикателствата на стресовите ситуации и подхожда разумно към тяхното преодоляване. Доказана е обратнопропорционална зависимост между удовлетвореността от работата и синдрома на бърнаут. Тя се повишава, когато учителят не е физически и психически изтощен. Това обяснява факта за липса на статистически значими връзки между бърнаут синдрома и стратегиите за справяне със стреса на работното място. И накрая, от седемте демографски фактора само три имат статистически значим ефект върху отговорите на респондентите“.

Прави впечатление умението на докторанта планирано и организирано да провежда научно изследване; задълбочено да анализира и интерпретира получените резултати.

Изготвеният автореферат коректно отразява съдържанието на дисертационния труд.

Докторантката има пет публикации, свързани с темата на дисертационния труд.

4. Научно-приложни приноси на дисертационния труд

А. Научно-теоретични приноси:

В литературния обзор е систематизирана значителна по обем информация, касаеща характеристиките на бърнаут синдрома, стратегиите за справяне с професионалното прегаряне и удовлетвореността от работата.

Б. Практико-приложени приноси:

1. За първи път се провежда изследване, търсещо връзка между ефектите от COVID 19 върху професионалния стрес и удовлетвореността от работата при учители в Република Гърция
2. Потвърждават се предходни изследвания, проведени в Република Гърция за влиянието на стресовите ситуации в педагогическата дейност върху удовлетвореността на учителите от работната ситуация. Ситуацията на социална изолация, обаче, слабо повлиява тази връзка
3. Доказва се, че в ситуация на COVID 19, учителите от градовете по-успешно преоценяват педагогическата ситуация. Тяхната удовлетвореност от работата е и по-висока. Като цяло, обаче, в ситуацията на социална изолация педагозите успяват успешно да изпълняват служебните си ангажименти. Средните нива на професионален стрес и такива към оценката за удовлетвореност от работата им помагат да се приспособят към променената образователна ситуация.
4. Получените изследователски резултати са насочени към педагогическата практика. Те показват доколко променена педагогическа ситуация и обучение в нея повлияват личностният капацитет на учителите.

5. Заключение

Дисертационната разработка е посветена на актуален проблем. Докторантката показва много добра теоретична подготовка и умения за организиране и провеждане на научно изследване. Получените данни са основа за извеждане на аргументирани анализи и изводи, които имат несъмнени приноси както в теоретичен, така и в практико-приложен план.

На основата на тези заключения давам своята положителен вот и предлагам на уважаемите членове на научното жури да присъдят на Елени Апостолу образователната и научна степен „доктор“ по научна специалност 05.06.05 „Педагогическа и възрастова психология“.

29.10.2022г.

гр. В. Търново

Подпис:

(доц. д-р Милена Моцинова-Бръчкова)

OPINION

by Prof. Dr. Milena Emilova Mocinova-Bruchkova

on dissertation for award of

educational and scientific degree "doctor"

in scientific specialty 05.06.05 "Pedagogical and age psychology"

of Eleni Apostolou

on the topic "Burnout among elementary teachers"

Research supervisor: Prof. Dr. Rusanka Mancheva

Neofit Rilski Secondary School - Blagoevgrad

Faculty of Philosophy, Department of Psychology

Veliko Tarnovo

2022

1. Information about the dissertation student

Eleni Apostolou was born in Serres, Republic of Greece and currently lives on the island of Lesbos as a teacher. She graduated from the Pedagogical Department of Primary Education at the Democritus University of Thrace, Alexandroupolis, and then continued her studies in a Master's degree in Special Education at University „Neophyte Rilski" - Blagoevgrad, Bulgaria. In parallel with his studies, he attends various seminars such as: "University Lectures in Psychology", the 15-hour training on the topic "Rapid training of teachers in distance learning, Responsibilities of teachers and educational staff, Management of a school unit, School climate and learning behavior, Approaches on teaching and modern

teaching methods'. In recent years, he also participated in seminars on the topic "The Covid 19 Pandemic through the eyes and thinking of teachers from the primary schools of Lesvos"; "Oppositional Defiant Disorder, Identifying Key Symptoms in the Classroom and Developing an Intervention Program"; "The Psychology of Narcissism and Hypersensitivity. How to Get Out of a Bad Relationship Unscathed". Successfully completed a six-month seminar on information technology and technology. And I hold a KeyCERT IT Initial diploma. He speaks English and holds an LRN level 3 certificate in ESOL International (CEF C2). She was enrolled as an independent form of study in the doctoral program "Age and Pedagogical Psychology" at the Department of Psychology of the Neofit Rilski State University of Blagoevgrad by order of the Rector from 2019.

2. Data on doctoral studies

No violations were found in the procedure of the doctoral studies, which is in accordance with the current legal basis of VTU and the Law on the Development of the Academic Staff in the Republic of Bulgaria.

The dissertation was discussed and referred for defense by the Department of Psychology at the Faculty of Philosophy of Southwest University "Neofit Rilski" - Blagoevgrad on September 26, 2022.

3. Data for the dissertation

The topic of the dissertation is relevant and relevant in relation to the ever-increasing requirements to optimize the efficiency of employees in organizations and related phenomena such as exhaustion and burnout, which are common in all work sectors. According to the PhD student, "the aim of this dissertation is to investigate the degree of burnout among primary school teachers, which will be examined in combination with occupational stress and demographic characteristics of primary school teachers".

As Eleni Apostolou points out: "The present study aims to find out how the three phenomena: emotional burnout syndrome, job satisfaction and strategies to deal with occupational stress influence each other. For the scope of research in the Hellenic Republic, this connection is important, as it reveals the problem areas in the work of teachers and in particular of teachers teaching students from the primary level of education.

The doctoral thesis covers 165 pages; it is structured into an introduction, three chapters, discussion, conclusions, contributions and appendices. 284 literary sources in Greek and English were used.

In terms of volume and structure, the presented work fully meets the formal requirements for dissertation development.

In the introduction, Eleni Apostolou presents the topicality of the problem and defines the purpose and tasks of the research.

The theoretical justification of the problem covers **CHAPTER 1. Theoretical part**, in which the essence of the burnout syndrome is presented. A definition of the term "burnout" is given and a historical justification of the emergence and development of the problem is made. The characteristics and stages of burnout are described. Theoretical models of "burnout" are presented.

Burnout syndrome among teachers is described. The factors causing the burnout syndrome in elementary school teachers are outlined, as well as the consequences of the burnout syndrome.

In the second paragraph, strategies for preventing and dealing with burnout syndrome in primary school teachers are presented. The role of counseling, the role of a positive school climate in coping with burnout, and the different styles of coping with burnout are discussed.

The third paragraph is devoted to occupational stress. Definitions and models of occupational stress are given. Theoretical models are presented. The professional stress of elementary teachers is described. The consequences of occupational stress in primary school teachers are examined, as well as strategies to cope with occupational stress in primary school teachers. A program for the prevention and management of occupational stress is presented.

The fourth paragraph is devoted to the problem of job satisfaction. Basic concepts of job satisfaction are presented. Theories to explain job satisfaction are reviewed. The importance of job satisfaction for teachers is highlighted.

The author also dwells on the impact of teachers' dissatisfaction with their work. Examines the factors influencing teacher job satisfaction. Data from studies conducted to assess the job satisfaction of teachers in Greece are presented.

The doctoral student shows good theoretical knowledge of the problem and skills in working with literary sources.

In CHAPTER 2. Organization and conduct of the psychological research, the purpose of the research is presented; one general and five additional hypotheses are defined. The persons studied and the research methods used are presented.

CHAPTER 3 presents the results of the conducted research.

The demographic characteristics of the studied persons are described. The results are presented regarding the level of burnout in the subjects; outcomes in terms of coping strategies used; the results in terms of job satisfaction of the respondents. Aggregate components were examined regarding burnout, stress coping strategies, and job satisfaction. Correlational relationships between burnout syndrome, stress coping strategies, and job satisfaction are inferred. The influence of demographic factors on the measured variables was examined.

Based on the obtained results and their analysis, logically justified conclusions were drawn.

According to the doctoral student, “elementary school teachers show moderate levels of burnout. This helps them to successfully cope with their pedagogical responsibilities and personal relationships with them.

In terms of the second research question, which examines the level of job satisfaction of teachers, it is found that overall the levels of teacher satisfaction are moderate, with the nature of the job and the supervisor (the school principal) being the factors with which the people in the sample are more satisfied.

Regarding the third research question, it can be noted that all strategies appear in the sample with high frequency. The elementary school teacher manages to cope with the challenges of stressful situations and approaches them sensibly. An inverse relationship between job satisfaction and burnout syndrome has been proven. It increases when the teacher is not physically and mentally exhausted. This explains the lack of statistically significant relationships between burnout syndrome and strategies for coping with workplace stress. Finally, of the seven demographic factors, only three had a statistically significant effect on respondents' responses'.

The doctoral student's ability to conduct scientific research in a planned and organized manner is impressive; thoroughly analyze and interpret the results obtained.

The prepared abstract correctly reflects the content of the dissertation work.

The doctoral student has five publications related to the topic of the dissertation.

4. Scientific and applied contributions of the dissertation work

A. Scientific and theoretical contributions:

In the literature review, a significant volume of information is systematized regarding the characteristics of the burnout syndrome, strategies for dealing with professional burnout and job satisfaction.

B. Practical-applied contributions:

1. For the first time, a study is conducted looking for a relationship between the effects of COVID 19 on occupational stress and job satisfaction among teachers in the Hellenic Republic
2. Previous studies conducted in the Republic of Greece on the influence of stressful situations in pedagogical activity on teachers' satisfaction with the work situation are confirmed. The situation of social isolation, however, has little effect on this relationship
3. It is proven that in a situation of COVID 19, teachers from cities more successfully reassess the pedagogical situation. Their job satisfaction is also higher. In general, however, in the situation of social isolation, teachers manage to successfully fulfill their professional commitments. The average levels of occupational stress and those on the job satisfaction score help them to adjust to the changed educational situation.
4. The obtained research results are aimed at pedagogical practice. They show how a changed pedagogical situation and learning in it affect the personal capacity of teachers.

5. Conclusion

The dissertation development is dedicated to an actual problem. The doctoral student shows very good theoretical preparation and skills for organizing and conducting scientific research. The obtained data are the basis for deriving reasoned analyzes and conclusions, which have undoubted contributions both in theory and in practical-applied terms.

On the basis of these conclusions, I give my positive vote and propose to the respected members of the scientific jury to award Eleni Apostolou the educational and scientific degree "doctor" in scientific specialty 05.06.05 "Pedagogical and age psychology".

29.10.2022

V. Tarnovo

Signature:

(Prof. Dr. Milena Mocinova-Bruchkova)