

Рецензия

на дисертационния труд „EDUCATIONAL COACHING FOR STUDENTS“,

представен от докторант MARIA BARBOUTA

Научен ръководител: доц. д-р Марио Маринов

Рецензент: проф.дн Валентина Миленкова

I. Общо представяне на дисертационния труд

Актуалността на настоящия дисертационен труд се състои в изследване на явлениято „coaching“ в условия на високи очаквания към различните групи индивиди, нарастваща конкуренция и стъпени ролеви задължения, вследствие на усложнените институционални и обществени отношения. В аналитичен план коучингът е представен като глобална концепция, която учи хората на нови начини на мислене и учене, като се фокусира върху подобряване на когнитивните и психо-емоционални умения за изграждане на взаимоотношения, комуникация, работна ефективност и цялостна функционалност. Услугата възниква като организационен коучинг през 80-те години на миналия век и еволюира в образование и консултиране. Актуалността на коучинга се проявява в ситуацията на социални неравенства, липса на толерантност, консуматорство, несигурност за бъдещето и безработица, когато обществото има нужда от качествено образование, предоставящо на учениците инструменти за активно гражданство.

Значимостта на темата се състои в изследване на различни предизвикателства, пред които е изправена гръцката образователна система като: безпокойство за бъдещето, конфликти с родителите и липса на свободно време на учениците. За да се справят с тези предизвикателства, тийнейджърите се нуждаят от подкрепа и насоки. Именно коучингът е уникален подход, система от услуги, насочена към подкрепа и израстване на учениците и развиване на тяхната осъзнатост. Коучингът е система, основана на емпатия, активно слушане, самонасочено обучение, поставяне на цели, отчетност, ценности и позитивност, насочена е към учениците, образователния персонал и администрацията.

Целта на дисертационното изследване е да се анализира същността на коучинга и по-конкретно коучинга в образованието и да се проучи ефектът от коучинга върху общата самоефективност и личностното израстване на учениците в гимназията в Гърция.

Целта на дисертационния труд е конкретизирана в поредица от взаимосвързани задачи, отнасящи се до:

- преглед на литературата относно коучинг моделите и техники и неговото влияние върху общата самоефективност и личностно израстване.
- преглед на гръцката образователна система и проблемите на тийнейджърите в нея, настоящите практики, прилагани в гръцките училища и различни дефицити в обучението и личностното развитие.
- проследяване на коучинг интервенцията и някои нейни специфики.
- представяне на ефекта от коучинга върху общата самоефективност и личностното израстване на учениците в Гърция, на основата на получена емпирична информация.
- идентифициране на подходяща мрежа за коучинг в образованието, която да бъде от полза за учениците и може да бъде разширена до държавните училища в Гърция.

Основният *изследователски въпрос* е тясно свързан с *хипотезата* на научното изследване, че участието на ученици в гимназията в коучинг програма влияе положително на тяхната самоефективност и личностно израстване.

Използваната *методология* включва *подробен анализ на литературата* и публикациите на различни автори по темата за коучинга, включително електронни ресурси и уебсайтове, политически документи, лични авторски наблюдения.

Освен теоретичната работа, методологията включва и *количествен метод, проведен с въпросници*. Основните променливи на изследването включват участие на ученици в коучинг сесии като независима променлива и като зависими променливи са представени общата самоефективност и инициативата за личностно израстване. Извадката се основава на отговорилите ученици - 70 лица, които учат в 4 държавни училища в центъра на Атина. Цялостното изследване е проведено при спазване на етичните процедури, зачитане на правата на човека, поверителност на информацията и лични данни, както и след изразено съгласие на директорите на училищата и родителите/настойниците.

Представени са и някои *ограничения на анализа*, а именно: проведеното изследване не е представително поради малкия обем на извадката, включваща само ученици от Атина (без други населени места), участниците са попълвали един и същ въпросник два пъти, преди и след участие в десет коучинг сесии, което е възможно да е повлияло на техните отговори и др.

Подчертава се и личната ангажираност на Мария Барбута с темата за коучинга и активната ѝ съпричастност като сертифициран коуч.

Специално се акцентира на високата научна и приложна стойност на дисертационния труд, отнасящи се до това, че коучингът може да има широк спектър от

приложения в областта на образованието и трябва да се третира като инструмент, който ще даде възможност на учениците и учителите да подобрят качеството на образованието и личния им живот и труд, както и като специфичен вид подкрепа за учениците.

В *структурно отношение* дисертационният труд се състои от увод, изложение в три глави, заключение, библиография и 4 приложения, включващи въпросници от изследването и проведена онлайн комуникация с целевите групи.

II. Основни съдържателни акценти

В рамките на дисертационния труд се проследяват различни концепции за коучинга, който има своите корени в хуманистичната психология и позитивната психология, акцентиращи на здравословните и функционални аспекти на човешката природа. Има различни категории коучинг, свързани със сферата на проявление и спецификата на областта на действие на индивидите. Като цяло няма единен модел за коучинг и няма консенсус относно това какво представлява коучингът. Представени са различни дефиниции на коучинга, разработени от водещи автори, като са посочени и различни акценти, които се поставят в тези дефиниции. Направеният задълбочен преглед на литературата показва високата ерудиция на дисертантката и нейната добра теоретична информираност.

М.Барбута подчертава, че коучингът е сътрудничество, което включва предизвикателен и творчески мисловен процес, стимулиращ максимизирането на личния и професионалния потенциал. Показани са предимствата на коучинга, както и многобройните ползи от него, свързани с подобрена комуникация, лидерски умения, по-добри взаимоотношения, непрекъснато личностно развитие, ясна цел и визия, подобрена работа в екип. Представени са четирите модела, свързани с коучинга: клиничен, поведенчески, системен и социален.

Специално внимание е отделено на ефективната комуникация, която е от съществено значение в коучинга и включва понятия като взаимодействие, обмен, активно слушане, обратна връзка, размисъл, емпатия, огледало и цел.

Самоефективността се определя като едно важните следствия на коучинга и тя е свързана с увереността на човек да изпълни конкретна задача. Теорията за самоефективността предполага, че вярата на хората в способността им да действат и да произвеждат желаните резултати са решаващи детерминанти на тяхното поведение и постоянство в изправянето пред препятствия и предизвикателства. Докторантката разглежда социалната когнитивна теория на Бандура, акцентираща на взаимодействието

между познание, обкръжение и поведение, която е в основата на самоефективността. Доказателствата от проучвания и анализи показват, че личните възприятия за самоефективност допринасят решаващо за мотивацията и представянето. Освен това, личните възприятия за самоефективност предсказват поведенческото функциониране сред различните субекти и промяната във функционирането на индивидите на различни нива. Коучингът може да повлияе положително на самоограничаващите се вярвания, като вижда мотивацията като достоверна и набляга на успешните резултати от придобиване на умения, а не на вроден талант.

Коучингът има важно значение и в училищната среда, подпомагайки учениците да преодолеят пречки от различен характер, създава повече увереност в академичните умения и знания. В този контекст учителите имат решаваща роля в подпомагането на учениците да развият висока самоефективност, водеща до високи академични резултати и личностно израстване. Специално се акцентира, че са необходими повече изследвания, за да се разбере въздействието на коучинга върху самоефективността и личностното израстване, включително изследвания на гръцката образователна среда и въздействието на коучинга.

В дисертационния труд подробно са разгледани основните коучинг умения, представени са целите SMART в коучинг сесиите, които се категоризират в когнитивни, емоционални и психомоторни области в съответствие с таксономията на Бенджамин Блум. SMART целите са специфични, измерими, атрактивни, подходящи и навременни, имайки съществено значение за успеха. Моделът GROW, открит от сър Джон Уитмор, се използва широко за разрешаване на проблеми, определяне на цели и подобряване на представянето. Той включва четири етапа в коучинг разговора: цел, реалност, опции и воля. Четирите привидно лесни процеса на GROW са доказали ефективността си в световен мащаб, служейки като основа за коучинг в образователната среда. Разгледан е коучингът в Гърция, който е интегриран в гръцкия частен и публичен сектор за развитие на човешките ресурси, ефективността и уменията.

В дисертацията се подчертава, че в гръцката образователна система липсва официална процедура за коучинг, като в началните и средните училища са въведени „ментори“, макар и не във всички училища. Интервенции като назначаване на психолози в училищата през 2020 г. са показали положителни резултати, но много ученици все още нямат достъп до коучинг или подобни услуги. Коучингът, базиран на принципи като емпатия, критично мислене и комуникация, според докторантката допринася за създаване и култивиране на Новия лицей за тийнейджъри. Тази институция, заедно с

наставничеството, психотерапията и консултирането, предоставя на тийнейджърите необходимите инструменти, за да се справят с уникалните предизвикателства и характеристики на юношеството.

Мария Барбута много прецизно е представила проведената от нея теренна работа. Реализираното проучване използва въпросник, който се състои от три части. Първият раздел на въпросника се отнася до демографската информация за участниците, включително пол, възраст, семейно положение на родителите и начин на живот на учениците. Вторият раздел на въпросника представлява обща скала за самоефективност (GSE), от Schwarzer и Jerusalem. Скалата се състои от десет (10) елемента, които оценяват нивото на общата самоефективност на участниците, измерено по четиристепенна скала тип Likert. Самоефективността се измерва чрез сумиране на резултатите от всичките десет елемента. Елементите от въпросника имат приемливо висока надеждност на Cronbach, варираща от 0,76 до 0,90. Третият раздел включва скала II на инициативата за личностно израстване (PGIS-II) от Robitschek et al. Състои се от 16 елемента, които се оценяват по шестстепенна скала от типа на Ликерт. Скалата PGIS-II извлича общо измерване на инициативата за личен растеж, изчислено като средна стойност от индивидуалните 16 елемента. Надеждността на Кронбах за цялостното измерване на инициативата за личностно израстване е висока и варира от 0,89 до 0,90.

Резултатите за самоефективност и личностно израстване са сравнени преди и след коучинг сесиите, с използването на непараметрични свързани проби Wilcoxon signed-rank test (еквивалент на t-теста за параметрични двойки проби), за да се проследи дали коучинг сесиите въздействат на самоефективността и личностното израстване. Изследването стартира през април 2021г. и е проведено след вземане на съгласие от директорите на училища и родителите на учениците и е в пълно съответствие с етичните изследователски норми и изисквания.

Студентите (70 човека) попълват въпросника преди коучинг сесиите. След това се провеждат десет (10) коучинг сесии с петима (5) обучени външни коучинг професионалисти. Коучинг сесиите са с продължителност 20 дни, като всеки ученик участва в десет 60-минутни коучинг сесии, разделени на 3-дневни интервали. След приключване на коучинг сесиите участниците попълват въпросника за втори път. Попълването на въпросниците се извършва по електронен път чрез използване на платформата Google Forms.

Получените от изследването резултати показват, че индивидуалното личностно израстване и самоефективността са по-високи при учениците след участието им в

коучинг сесиите. Скалите имат висока вътрешна консистентност и получените измервания представят умерено ниво на самоефективност и личен растеж.

В Заключението на дисертацията, се изтъква, че хипотезата за положителна връзка между коучинга, общата самоефективност и личностното израстване, е доказана, опирайки се на получените резултати от проведената теренна работа. По този начин, целта на дисертационния труд е изпълнена и докторската дисертация е обогатила литературата за въздействието на коучинга върху общата самоефективност и личностното израстване. Подчертава се също, че това е първото проучване в Гърция, което изследва връзката между коучинга, общата самоефективност и личностното израстване в комбинация.

Приносът на дисертационното изследване се състои в неговата приложимост в гръцките образователни институции и обучението на учителите по коучинг техники, с цел овластяване за преодоляване на различни предизвикателства в образователната среда. Коучингът като цяло би повлиял положително на училищния климат чрез култивиране на конструктивна комуникация с учениците и създаване на отношения на сътрудничество между учителите, както и постигане на по-ефективен образователен мениджмънт.

III. Приносни моменти

Приемам самооценката на приносите на дисертацията:

1. Това е първото проучване, проведено в Гърция, изучаващо връзката между коучинга, общата самоефективност и личностното израстване.
2. Доказана е положителната връзка между коучинга, общата самоефективност и личностното израстване. Разработена е широка и всеобхватна теоретична рамка.
3. Емпирично са събрани конкретни измерими данни, които показват ефективността на коучинга като инструмент, който потенциално може да подобри живота на учениците в академичен и личен план.
4. Резултатите от изследването могат да имат широк спектър от приложения в сферата на образованието.
5. Гръцката образователна система е информарана за значението от въвеждането на коучинг в гръцките училища.

Предимства на дисертацията са също:

- актуалност на темата на дисертацията;

- добро структуриране на дисертационния труд;
- задълбочено познаване на различни теоретични подходи и концепции;
- провеждане на емпирично изследване и получаване на информация от целевите групи;
- събиране на богат емпиричен материал;
- постигане на изявен приложен характер.
- сериозно отношение и лична ангажираност на дисертантката към темата.

Посочени са 4 публикации. Всички публикации са в издания с научно рецензиране и в престижни издания. И четирите публикации са базирани на доклади, изнесени на научни форуми, което показва презентирането на темата в диалогична среда.

Авторефератът съответства напълно на дисертационния труд и го представя в цялост.

IV. Заключение:

В заключение, като оценявам постигнатото в дисертационния труд, прецизната теоретична и емпирична работа, цялостната визия за проведеното изследване, изразявам своята положителна оценка и ясна позиция на докторант **Мария Барбута** да бъде присъдена образователната и научна степен „Доктор“ в ПН 3.2. Психология, Докторска програма: Педагогическа и възрастова психология.

8.2. 2024
Благоевград

Член на научно жури:
Проф. дсн Валентина Миленкова

Review

of the Ph.D. Thesis "EDUCATIONAL COACHING FOR STUDENTS",

presented by PhD student MARIA BARBOUTA

Research supervisor: Assoc.Prof. Dr. Mario Marinov

Reviewer: Prof. Dr. Valentina Milenkova

I. General presentation of the dissertation

The relevance of the current dissertation consists in the study of the "coaching" phenomenon in conditions of high expectations for different groups of individuals, growing competition and condensed role obligations, as a result of the complicated institutional and social relations. In analytical terms, coaching is presented as a global concept that teaches people new ways of thinking and learning, focusing on improving cognitive and psycho-emotional skills for relationship building, communication, work efficiency and overall functionality. The service originated as organizational coaching in the 1980s and evolved into education and consulting. The relevance of coaching is manifested in the situation of social inequalities, lack of tolerance, consumerism, uncertainty about the future and unemployment, when society needs quality education, providing students with tools for active citizenship.

The significance of the topic lies in the study of various challenges faced by the Greek education system such as: anxiety about the future, conflicts with parents and lack of free time for students. To deal with these challenges, teenagers need support and guidance. Coaching is a unique approach, a system of services aimed at supporting and growing students and developing their awareness. Coaching is a system based on empathy, active listening, self-directed learning, goal setting, accountability, values and positivity, aimed at students, educational staff and administration.

The aim of the dissertation research is to analyze the essence of coaching and more specifically coaching in education and to investigate the effect of coaching on the general self-efficacy and personal growth of high school students in Greece.

The purpose of the dissertation is specified in a series of interrelated *tasks* relating to:

- literature review on coaching models and techniques and its impact on general self-efficacy and personal growth.
- mapping of the Greek education system and the problems of teenagers in it, current practices applied in Greek schools and various deficits in learning and personal development.

- follow-up of the coaching intervention and some of its specifics.
- presentation of the effect of coaching on the general self-efficacy and personal growth of students in Greece, based on empirical information obtained.
- identifying an appropriate educational coaching network that would benefit students and could be extended to public schools in Greece.

The *main research question* is closely related to the research *thesis* that the participation of high school students in a coaching program positively affects their self-efficacy and personal growth.

The *methodology* used includes a detailed analysis of the literature and publications of various authors on the topic of coaching, including electronic resources and websites, policy documents, personal observations of the author.

In addition to theoretical work, the methodology also includes a *quantitative method* conducted with *questionnaires*. The main variables of the study include students' participation in coaching sessions as an independent variable and general self-efficacy and personal growth initiative are presented as dependent variables. The sample is based on the responding students - 70 individuals studying in 4 public schools in the center of Athens. The overall research was conducted in compliance with ethical procedures, respect for human rights, confidentiality of information and personal data, and after the express consent of school principals and parents/guardians.

Some limitations of the analysis are also presented, namely: the conducted research is not representative due to the small volume of the sample, including only students from Athens (no other settlements), the participants filled out the same questionnaire twice, before and after participating in ten coaching sessions, which may have influenced their responses, etc.

Maria Barbouta's personal commitment to the topic of coaching and her active involvement as a certified coach are also highlighted.

Special emphasis is placed on the high scientific and applied value of the dissertation, referring to the fact that coaching can have a wide range of applications in the field of education and should be treated as a tool that will enable students and teachers to improve the quality of education and their personal life and work, as well as a specific type of support for students.

Structurally, the dissertation consists of an introduction, an exposition in three chapters, a conclusion, a bibliography and 4 appendices, including research questionnaires and online communication with the target groups.

II. Main content highlights

Within the framework of the dissertation, various concepts of coaching are traced, which has its roots in humanistic psychology and positive psychology, emphasizing the healthy and functional aspects of human nature. There are different categories of coaching related to the sphere of manifestation and the specificity of the field of action of individuals. In general, there is no single model for coaching and no consensus on what constitutes coaching. Different definitions of coaching developed by leading authors are presented, and different emphases placed in these definitions are also indicated. The thorough review of the literature shows the high erudition of the doctoral student and her good theoretical awareness.

M.Barbouta emphasizes that coaching is a collaboration that involves a challenging and creative thought process, stimulating the maximization of personal and professional potential. The advantages of coaching are shown, as well as its many benefits related to improved communication, leadership skills, better relationships, continuous personal development, clear purpose and vision, improved teamwork. The four models associated with coaching are presented: clinical, behavioral, systemic, and social.

Special attention is paid to effective communication, which is essential in coaching and includes concepts such as interaction, exchange, active listening, feedback, reflection, empathy, mirroring and purpose.

Self-efficacy is defined as one of the important consequences of coaching and it is related to a person's confidence to perform a specific task. Self-efficacy theory suggests that people's belief in their ability to act and produce desired outcomes are crucial determinants of their behavior and persistence in the face of obstacles and challenges. The doctoral student examines Bandura's social cognitive theory, emphasizing the interaction between cognition, environment and behavior, which is the basis of self-efficacy. Evidence from research and analysis shows that personal perceptions of self-efficacy make a crucial contribution to motivation and performance. Furthermore, personal perceptions of self-efficacy predicted behavioral functioning across subjects and change in functioning across individuals at different levels. Coaching can positively impact self-limiting beliefs by viewing motivation as credible and emphasizing successful outcomes from skill acquisition rather than innate talent.

Coaching is also important in the school environment, helping students overcome obstacles of a different nature, creating more confidence in academic skills and knowledge. In this context, teachers have a crucial role in helping students develop high self-efficacy leading to high academic performance and personal growth. It specifically emphasizes that more research is needed to understand the impact of coaching on self-efficacy and personal growth, including research on the Greek educational environment and the impact of coaching.

In the dissertation, the main coaching skills are discussed in detail, the SMART goals in the coaching sessions are presented, which are categorized into cognitive, emotional and psychomotor areas in accordance with Benjamin Bloom's taxonomy. SMART goals are specific, measurable, attractive, relevant and timely, essential to success. The GROW model, discovered by Sir John Whitmore, is widely used to solve problems, set goals and improve performance. It includes four stages in the coaching conversation: goal, reality, options and will. GROW's four seemingly simple processes have proven effective worldwide, serving as a foundation for coaching in the educational environment. Coaching in Greece, which has been integrated into the Greek private and public sector for human resources, performance and skills development is examined.

The dissertation highlights that the Greek education system lacks a formal coaching procedure, with "mentors" introduced in primary and secondary schools, although not in all schools. Interventions such as placing psychologists in schools in 2020 have shown positive results, but many students still do not have access to coaching or similar services. Coaching based on principles such as empathy, critical thinking and communication, according to the doctoral student, contributes to creating and cultivating the New Lyceum for teenagers. This institution, along with mentoring, psychotherapy, and counseling, provides teens with the necessary tools to deal with the unique challenges and characteristics of adolescence.

Maria Barbouta has very precisely presented her field work. The conducted survey used a questionnaire that consisted of three parts. The first section of the questionnaire concerns demographic information about the participants, including gender, age, parents' marital status, and students' lifestyle. The second section of the questionnaire is the General Self-Efficacy Scale (GSE), by Schwarzer и Jerusalem. The scale consists of ten (10) items that assess participants' level of general self-efficacy, measured on a four-point Likert-type scale. Self-efficacy was measured by summing the scores of all ten items. Questionnaire items have acceptably high Cronbach's reliability ranging from 0.76 to 0.90. The third section includes the Personal Growth Initiative Scale II (PGIS-II) from Robitschek et al. It consists of 16 items that are rated on a six-point Likert-type scale. The PGIS-II scale derives a general measure of personal growth initiative calculated as the mean of the individual 16 items. Cronbach's reliability for the overall measure of personal growth initiative was high, ranging from 0.89 to 0.90.

Self-efficacy and personal growth scores were compared before and after the coaching sessions, using the non-parametric Wilcoxon signed-rank test (equivalent to the parametric paired-samples t-test) to examine whether the coaching sessions affected self-efficacy and

personal growth. The study started in April 2021. and was conducted after obtaining consent from school principals and students' parents and is in full compliance with ethical research norms and requirements.

Students (70 people) fill in the questionnaire before the coaching sessions. This followed by ten (10) coaching sessions with five (5) trained external coaching professionals. Coaching sessions are 20 days long, with each student participating in ten 60-minute coaching sessions spread over 3-day intervals. After the coaching sessions, the participants fill out the questionnaire a second time. The questionnaires completed electronically using the Google Forms platform.

The results obtained from the study show that individual personal growth and self-efficacy are higher among students after their participation in the coaching sessions. The scales have high internal consistency and the resulting measurements represent a moderate level of self-efficacy and personal growth.

In the Conclusion of the dissertation, it is pointed out that the hypothesis of a positive relationship between coaching, general self-efficacy and personal growth has been proven, based on the results obtained from the conducted fieldwork. Thus, the aim of the dissertation work has been fulfilled and the doctoral dissertation has enriched the literature on the impact of coaching on general self-efficacy and personal growth. It is also highlighted that this is the first study in Greece to examine the relationship between coaching, general self-efficacy and personal growth in combination.

The contribution of the dissertation research lies in its applicability in Greek educational institutions and the training of teachers in coaching techniques, in order to empower them to overcome various challenges in the educational environment. Coaching in general would positively affect school climate by cultivating constructive communication with students and creating cooperative relationships between teachers, as well as achieving more effective educational management.

III. Contributing moments

I accept the self-assessment of the contributions of the dissertation:

1. This is the first study conducted in Greece examining the relationship between coaching, general self-efficacy and personal growth.
2. The positive relationship between coaching, general self-efficacy and personal growth has been proven. A broad and comprehensive theoretical framework is developed.

3. Concrete measurable data have been empirically collected that demonstrate the effectiveness of coaching as a tool that can potentially improve students' lives academically and personally.
4. The results of the research can have a wide range of applications in the field of education.
5. The Greek education system has been informed about the importance of introducing coaching in Greek schools.

Advantages of the dissertation are also:

- relevance of the topic of the dissertation;
- good structuring of the dissertation work;
- in-depth knowledge of various theoretical approaches and concepts;
- conducting empirical research and obtaining information from target groups;
- collection of rich empirical material;
- achieving a prominent applied character.
- serious attitude and personal commitment of the dissertation student to the topic.

4 publications are listed. All publications are in peer-reviewed and prestigious editions. All four publications are based on papers presented at scientific forums, which shows the presentation of the topic in a dialogical environment.

The summary fully corresponds to the dissertation work and presents it in its entirety.

IV. Conclusion:

In conclusion, by appreciating what has been achieved in the dissertation, the precise theoretical and empirical work, the overall vision of the conducted research, I express my positive assessment and a clear position that doctoral student Maria Barbouta be awarded the educational and scientific degree "Doctor" in Psychology, Doctoral Program: Educational and Age Psychology.

8.2. 2024
Blagoevgrad

Member of the Scientific Jury:
Prof. PhD Valentina Milenkova