

СТАНОВИЩЕ

от доц. д-р Доротея Росенова Дунева, ВТУ „Св.св. Кирил и Методий“, Велико Търново на дисертационен труд за присъждане на образователната и научна степен „доктор“ по област на висше образование 3.Социални, стопански и правни науки, професионално направление: 3.2. Психология, докторска програма „Педагогическа и възрастова психология“

Автор: Петрос Йоанис Михоглу

Тема: „Психичен дистрес и професионален бърнаут при учители от начален и горен курс на обучение“

Научен ръководител: доц. д-р Теодор Гергов

1. Общо представяне на процедурата и докторанта

Представеният от докторанта Петрос Йоанис Михоглу комплект материали на хартиен и електронен носител съответства на изискванията на Закона за развитието на академичния състав в Република България (ЗРАСРБ), Правилника за неговото прилагане и вътрешните нормативни документи на Югозападен университет „Неофит Рилски“.

Документацията включва дисертационен труд с обем от 177 страници, автореферат, списък с публикации по темата, както и необходимите административни документи, свързани с процедурата по присъждане на образователната и научна степен „доктор“.

От представените материали не се установяват нарушения на процедурата за придобиване на образователната и научна степен „доктор“.

Петрос Йоанис Михоглу е възпитаник на Пловдивски университет „Паисий Хилендарски“, където завършва специалност „Педагогика на обучението в началните класове с чужд език“. Продължава обучението си в Югозападен университет „Неофит Рилски“, където придобива магистърска степен по „Специална педагогика“ и „Образователен мениджмънт“.

Към момента на изготвяне на дисертационния труд докторантът се обучава в докторска програма „Педагогическа и възрастова психология“ към Философски факултет на ЮЗУ „Неофит Рилски“. Професионалният му опит като учител в начално училище в Република Гърция е в съответствие с тематиката на дисертационния труд.

Въз основа на представените материали може да се приеме, че процедурата е проведена в съответствие с действащата нормативна уредба.

2. Актуалност на тематиката

Актуалността на дисертационния труд произтича от нарастващото значение на психичното здраве на учителите като условие за качеството и устойчивостта на образователния процес. В съвременната училищна среда все по-отчетливо се поставят въпросите за психологичния дистрес, емоционалното изтощение и професионалното прегаряне сред педагогическите специалисти.

В разработката проблемът е разгледан през конкретните характеристики на учителския труд – високи когнитивни и емоционални изисквания, интензивни междуличностни взаимодействия и ограничени организационни ресурси.

Аргументирано е показано, че подобно натрупване на фактори може да рефлектира върху психичното благополучие, професионалната ефективност и устойчивостта в професията.

Съществено значение има и изборът на модела „изисквания към работата – ресурси“ (Job Demands–Resources), чрез който проблемът се разглежда в единство между личностни и организационни предпоставки.

3. Познаване на проблема

Дисертационният труд показва задълбочено и систематизирано познаване на изследователския проблем, разгърнат в широк теоретичен, емпиричен и приложен контекст. Анализът е насочен към взаимовръзката между психологичния дистрес и професионалното прегаряне при учителите – проблематика с нарастващо значение за образователната психология, организационното функциониране на училището и психичното здраве на педагогическите специалисти .

Теоретичната част проследява основните направления в изследването на стреса – от класическите физиологични модели на У. Кенън и Х. Селие до когнитивно-оценъчния подход на Лазарус и Фолкман. Анализът не се изчерпва с представяне на отделни концепции, а очертава тяхната логическа последователност, различия и принос към съвременното разбиране за стресовите процеси .

Специално внимание е отделено на психологичния дистрес като самостоятелен конструкт, разграничен от клиничните категории тревожност и депресия, както и на професионалното прегаряне като резултат от продължително въздействие на високи професионални изисквания и недостатъчни ресурси. Разгледани са проявите и последствията на тези състояния върху личностното благополучие и професионалната ефективност на учителите .

Съществено място заема моделът „изисквания към работата –ресурси“), чрез който проблемът е поставен в съвременна интердисциплинарна рамка, свързваща индивидуалните психологични процеси с организационните условия на труд. Това придава на изследването концептуална цялост и добра приложна насоченост .

Подборът на използваната литература, начинът на аргументация и структурата на анализа дават основание да се приеме, че докторантът познава задълбочено основните теоретични подходи и съвременни изследвания по разглежданата проблематика и ги използва съобразно целите на дисертационния труд.

4. Характеристика и оценка на дисертационния труд и приносите

Дисертационният труд е посветен на актуална и научно значима проблематика, свързана с психологичния дистрес и професионалното прегаряне сред учителите в началното и средното образование. Темата е разработена в контекста на съвременните изисквания към учителската професия и нарастващото значение на психичното здраве за качеството и устойчивостта на образователния процес.

Трудът е с обем 177 страници и е структуриран в увод, три глави, заключение, библиография и приложения. Изложението е организирано ясно и последователно, като отделните части на дисертацията са в логична връзка помежду си.

В увода е аргументирана значимостта на проблема чрез данни за разпространението на психологичния дистрес и професионалното прегаряне сред учителите, както и чрез очертаване на спецификата на педагогическия труд като професия с високи емоционални, когнитивни и организационни изисквания.

Първа глава представлява задълбочен теоретичен обзор върху стреса, психологичния дистрес и професионалното прегаряне. Проследено е развитието на класическите физиологични модели на Кенън и Селие, когнитивно-оценъчния подход на

Лазарус и Фолкман, копинг стратегиите, както и съвременните интерпретации на връзката стрес – еустрес - дистрес. Анализът е подробен, добре структуриран и показва много добро познаване на специализираната литература.

Втора глава е посветена на методологията на изследването. Ясно са формулирани предметът, обектът, целта, задачите и изследователските хипотези. Изследването е ситуирано в рамката на модела „изисквания към работа –ресурси“, чрез който се анализират зависимостите между професионалните изисквания, наличните ресурси, психологичния дистрес и професионалното прегаряне при учителите.

Особено внимание заслужава емпиричната част на труда. Изследването е проведено върху извадка от 320 учители от начален и горен курс на обучение, което осигурява добра основа за сравнителен анализ между различни професионални групи. Използвани са утвърдени психодиагностични инструменти за оценка на психологичния дистрес, професионалното прегаряне, изискванията към работата и наличните ресурси.

Данните са обработени чрез подходящи статистически процедури – описателен анализ, сравнителни групови анализи, корелационен анализ, регресионни модели и процедури за проверка на статистическата значимост на установените зависимости. Това свидетелства за добра методологична подготовка и стремеж поставените изследователски въпроси да бъдат разгледани на необходимото аналитично равнище.

Резултатите са представени ясно и последователно. Проследени са връзките между професионалните изисквания, ресурсите, психологичния дистрес и професионалното прегаряне, както и различия между отделни групи учители. Положително впечатление прави, че наред с основните констатации са обсъдени и ограниченията на изследването, както и възможностите за бъдещи проучвания. Това придава завършеност и научна добросъвестност на разработката.

Общата оценка на дисертационния труд е положителна. Разработката се отличава с добра теоретична подготвеност, ясно изградена методологична рамка и последователност при анализа. Налице е съответствие между поставените цели, избраната концептуална основа, емпиричния дизайн и направените изводи. Трудът има както научна, така и приложна стойност в областта на психологията на образованието и професионалната подкрепа на учителите.

5. Приноси: Като по-ясно открити и защитими приноси на дисертационния труд могат да се посочат:

Прилагането на модела „изисквания–ресурси“ при изследване на психологичния дистрес и професионалното прегаряне сред учители в гръцкия образователен контекст;

Систематизираното теоретично разглеждане на връзките между стрес, дистрес и професионално прегаряне с насоченост към педагогическата професия;

Получаването на емпирични данни за ролята на професионалните изисквания и ресурсите като фактори, свързани с психичния дистрес и прегарянето при учители.

Установяването на различия между отделни групи учители според образователен етап и пол, релевантни за бъдещи практически интервенции.

6. Преценка на публикациите и личния принос на докторанта

По процедурата са представени четири публикации, тематично свързани с дисертационния труд. Три от тях са публикувани, а една е посочена като приета за печат. Публикационната активност е насочена към основните проблемни полета на изследването – стреса, професионалното прегаряне, психологичния дистрес и особеностите на учителската професия в образователен контекст.

Публикацията „Измерения на стреса в различни контексти на разбиране“ е насочена към теоретични аспекти на проблема и кореспондира с концептуалната рамка на дисертацията.

Публикацията „Професионален стрес и прегаряне: психологически модели, взаимовръзки и организационни импликации“ разглежда въпроси, пряко свързани с тематиката на дисертационния труд и с организационно-психологическите измерения на проблема.

Статията „Концептуално-методологичен анализ и предложение за изследователски дизайн на връзката между психологичния дистрес и професионалното прегаряне в образователния контекст“ има непосредствена връзка с изследователската логика и методологичната насоченост на дисертацията.

Четвъртата публикация, посветена на зависимостите между стресори, личностови фактори и последици сред учители в Република Гърция, допълва приложния и контекстуален аспект на разработката.

Представените публикации очертават последователен научен интерес към разглежданата проблематика и отразяват съществени аспекти от дисертационното изследване. Налице е тематично съответствие между публикационната дейност и предмета на дисертацията.

Не се установяват данни за плагиатство.

7. Автореферат

Представеният автореферат е изготвен на много добро академично равнище и отразява коректно съдържанието, логиката и основните резултати на дисертационния труд. Още в композиционно отношение прави впечатление ясната му организация и последователното разгъване на изследователската проблематика – от общата характеристика на труда и степента на разработеност на проблема до методологията, резултатите и значението на проведеното изследване

Текстът съдържа необходимите структурни компоненти – обект, предмет, цел, задачи, хипотези, изследователски подход, характеристика на извадката и използвани методики. Те са представени концентрирано, но достатъчно ясно, така че да се проследи вътрешната логика на разработката и връзката между отделните етапи на научното изследване

Особено добро впечатление прави начинът, по който е представена теоретичната основа на изследването. Основните понятия и модели, върху които се основава дисертацията, са поднесени съдържателно и прецизно, без да се губи концептуалната рамка на труда. Това показва умение за аналитично обобщаване и за извеждане на същественото от значителен по обем теоретичен материал

Емпиричната част също е представена прецизно. Посочени са основните параметри на изследването, използваните инструменти и водещите резултати, което позволява да се изгради ясна представа за съответствието между поставените цели, избраната методология и направените изводи

Следва да се отбележи и добрият академичен стил на изложение – текстът е ясен, последователен и съдържателен, без излишна описателност. Представеният автореферат не изпълнява само формално изискване към процедурата, а представлява добре изработено самостоятелно представяне на дисертационния труд.

Може да се приеме, че той дава пълна, точна и професионално поднесена представа за качествата на дисертационното изследване и напълно съответства на изискванията за този вид академичен текст.

8. Препоръки за бъдещо използване на дисертационните приноси и резултати

Резултатите от дисертационното изследване имат приложна стойност за разработване на програми за превенция на професионалното прегаряне и за подкрепа на психичното благополучие на учителите в училищна среда.

Получените данни биха могли да бъдат използвани при квалификационни дейности, насочени към управление на професионалния стрес, повишаване на устойчивостта при натоварване и ефективно използване на личните и организационните ресурси.

Практически интерес представлява и възможността изводите да бъдат отчитани при планиране на подкрепяща организационна среда в училището, включително по отношение на социалната подкрепа, работното натоварване и наличните професионални ресурси.

С оглед установените различия между отделни групи учители, резултатите могат да бъдат полезни и при разработване на по-диференцирани подходи според образователния етап и професионалния профил на педагогическите специалисти.

Перспективна насока за бъдещи изследвания е проследяването на разглежданите зависимости в други образователни системи и при включване на допълнителни организационни и личностни фактори.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Дисертационният труд на Петрос Йоанис Михоглу представлява самостоятелно и завършено научно изследване върху значим проблем на педагогическата и възрастовата психология. Разработката съчетава задълбочен теоретичен анализ с добре организирана емпирична част и показва способност за последователно провеждане на научно изследване.

Трудът свидетелства за добра подготовка по разглежданата проблематика, методологична култура и умение за интерпретация на получените резултати. Изведените изводи имат значение както за психологията на образованието, така и за практиките, насочени към подкрепа на учителите и превенция на професионалното прегаряне.

Представените публикации, качеството на автореферата и цялостното равнище на разработката дават достатъчно основание за положителна оценка. Дисертацията заслужава такава оценка и поради сериозното и последователно проведено изследване.

Въз основа на изложеното давам положителна оценка на дисертационния труд на Петрос Йоанис Михоглу и убедено предлагам на уважаемото научно жури да му присъди образователната и научна степен „доктор“ по професионално направление 3.2. Психология, докторска програма „Педагогическа и възрастова психология“.

Дата: 19.04.2026г.

Изготвил становището:

/доц. д-р Доротея Дунева/

ACADEMIC OPINION

by Assoc. Prof. Doroteya Rosenova Duneva, PhD St. Cyril and St. Methodius University of Veliko Tarnovo, Bulgaria, regarding a dissertation submitted for the award of the Educational and Scientific Degree Doctor, Field of Higher Education: 3. Social, Economic and Legal Sciences, Professional Field: 3.2 Psychology, Doctoral Programme: Educational and Developmental Psychology

Author: Petros Ioannis Mihoglou

Dissertation Title: Psychological Distress and Professional Burnout among Teachers in Primary and Secondary Education

Supervisor: Assoc. Prof. Teodor Gergov, PhD

1. General Presentation of the Procedure and the Doctoral Candidate

The set of materials submitted by doctoral candidate Petros Ioannis Mihoglou in printed and electronic format complies with the requirements of the Bulgarian Academic Staff Development Act, the Regulations for its implementation, and the internal regulations of South-West University “Neofit Rilski”.

The documentation includes a dissertation comprising 177 pages, an abstract of the dissertation, a list of publications related to the topic, as well as the administrative documents required for the procedure for awarding the educational and scientific degree Doctor.

No procedural violations are identified in the submitted materials.

Petros Ioannis Mihoglou graduated from Paisii Hilendarski University of Plovdiv with a degree in Pedagogy of Teaching in Primary School with a Foreign Language. He subsequently completed Master’s degree programmes in Special Pedagogy and Educational Management at South-West University “Neofit Rilski”.

At the time of preparation of the dissertation, the candidate was enrolled in the doctoral programme in Educational and Developmental Psychology at the Faculty of Philosophy of South-West University “Neofit Rilski”. His professional experience as a primary school teacher in the Republic of Greece corresponds directly to the subject matter of the dissertation.

Based on the submitted materials, it may be concluded that the procedure has been conducted in accordance with the applicable legal and institutional regulations.

2. Relevance of the Topic

The relevance of the dissertation derives from the growing importance of teachers’ mental health as a prerequisite for the quality and sustainability of the educational process. In contemporary school settings, increasing attention is being paid to issues such as psychological distress, emotional exhaustion, and professional burnout among teaching professionals.

The dissertation examines the problem through the specific characteristics of the teaching profession – high cognitive and emotional demands, intensive interpersonal interactions, and limited organisational resources. It convincingly demonstrates that the accumulation of such factors may affect psychological well-being, professional effectiveness, and long-term occupational sustainability.

Particularly valuable is the use of the Job Demands–Resources (JD-R) Model, through which the problem is analysed as an interaction between personal and organisational determinants.

3. Knowledge of the Research Problem

The dissertation demonstrates profound and systematic knowledge of the research problem, developed within a broad theoretical, empirical, and applied framework. The analysis focuses on the relationship between psychological distress and professional burnout among teachers – an issue of growing importance for educational psychology, school functioning, and the mental health of educational professionals.

The theoretical section traces the main directions in stress research – from the classical physiological models of Cannon and Selye to the cognitive appraisal approach of Lazarus and Folkman. The discussion does not merely reproduce separate theories, but outlines their logical continuity, differences, and contribution to contemporary understandings of stress processes.

Special attention is paid to psychological distress as an independent construct, distinguished from the clinical categories of anxiety and depression, as well as to professional burnout as a result of prolonged exposure to high occupational demands and insufficient resources.

A central place is given to the Job Demands–Resources model, through which the issue is situated within a contemporary interdisciplinary framework connecting individual psychological processes with organisational working conditions.

The selection of literature, the manner of argumentation, and the structure of the analysis provide sufficient grounds to conclude that the doctoral candidate possesses substantial knowledge of the main theoretical approaches and contemporary research related to the topic and applies them appropriately to the aims of the dissertation.

4. Characteristics and Evaluation of the Dissertation and Its Contributions

The dissertation is devoted to a relevant and scientifically significant topic related to psychological distress and professional burnout among teachers in primary and secondary education. The topic is developed in the context of contemporary professional demands placed upon teachers and the growing significance of mental health for the quality and sustainability of educational systems.

The dissertation consists of 177 pages and is structured into an introduction, three chapters, conclusion, bibliography, and appendices. The presentation is clear and logically organised, with all parts of the dissertation connected in a coherent research sequence.

The introduction substantiates the importance of the problem through data concerning the prevalence of psychological distress and professional burnout among teachers, while also outlining the specific characteristics of teaching as a profession involving high emotional, cognitive, and organisational demands.

The first chapter presents an in-depth theoretical review of stress, psychological distress, and professional burnout. It discusses the classical models of Cannon and Selye, the cognitive appraisal approach of Lazarus and Folkman, coping strategies, and contemporary interpretations of the stress–eustress–distress relationship.

The second chapter is devoted to the methodology of the study. The object, subject, aim, tasks, and hypotheses are clearly formulated. The research is situated within the framework of the Job Demands–Resources model, through which relationships between professional demands, available resources, psychological distress, and professional burnout are examined.

Particular attention should be paid to the empirical section of the dissertation. The study was conducted on a sample of 320 teachers from primary and secondary education, which provides a solid basis for comparative analyses between professional groups. Established psychodiagnostic instruments were employed to assess psychological distress, professional burnout, work demands, and available resources.

The data were processed through appropriate statistical procedures, including descriptive analysis, comparative group analyses, correlation analysis, regression models, and

procedures for testing the statistical significance of the identified relationships. This indicates sound methodological preparation and a clear intention to examine the research questions at an appropriate analytical level.

The results are presented clearly and consistently. Relationships between professional demands, resources, psychological distress, and professional burnout are examined, as well as differences between separate groups of teachers. It is also positively noted that the limitations of the study and possibilities for future research are discussed, which adds completeness and scientific integrity to the dissertation.

The overall evaluation of the dissertation is positive. The work demonstrates solid theoretical preparation, a clearly developed methodological framework, and consistency in analysis. There is correspondence between the stated aims, the selected conceptual basis, the empirical design, and the conclusions drawn. The dissertation possesses both scientific and practical value in the field of educational psychology and professional support for teachers.

5. Contributions

The more clearly distinguishable and defensible contributions of the dissertation may be summarised as follows:

Application of the Job Demands–Resources model to the study of psychological distress and professional burnout among teachers in the Greek educational context;

Systematic theoretical examination of the relationships between stress, distress, and professional burnout with specific relevance to the teaching profession;

Provision of empirical data concerning the role of professional demands and resources as factors associated with psychological distress and burnout among teachers;

Identification of differences between teacher groups according to educational stage and gender, relevant to future practical interventions.

6. Evaluation of Publications and Personal Contribution of the Doctoral Candidate

Four publications related to the dissertation topic have been presented in the procedure. Three of them have been published, and one has been accepted for publication.

The publication activity is focused on the principal problem areas of the dissertation – stress, professional burnout, psychological distress, and the specific characteristics of the teaching profession in an educational context.

The presented publications indicate a consistent scientific interest in the topic and reflect essential aspects of the dissertation research. There is clear thematic correspondence between the publication activity and the subject matter of the dissertation.

No evidence of plagiarism has been identified.

7. Dissertation Abstract

The submitted dissertation abstract has been prepared at a very good academic level and accurately reflects the content, logic, and principal results of the dissertation.

It contains the necessary structural components – object, subject, aim, tasks, hypotheses, research approach, characteristics of the sample, and research instruments. These are presented concisely yet sufficiently clearly so that the internal logic of the study and the connection between its stages may be followed.

The theoretical basis of the dissertation is presented clearly and precisely, while the empirical section adequately summarises the main parameters of the study, the instruments used, and the principal findings.

The abstract is written in a clear, coherent, and academically appropriate style. It does not merely fulfil a formal procedural requirement, but represents a well-prepared independent presentation of the dissertation.

8. Recommendations for Future Use of the Dissertation Results

The findings of the dissertation have practical value for the development of programmes aimed at preventing professional burnout and supporting teachers' mental well-being in school settings.

The results may also be utilised in qualification and training activities related to occupational stress management, resilience under professional workload, and effective use of personal and organisational resources.

The identified differences between groups of teachers may support the development of differentiated approaches according to educational stage and professional profile.

A promising direction for future research would be to examine these relationships in other educational systems and to include additional organisational and personal variables.

CONCLUSION

The dissertation of Petros Ioannis Mihoglou represents an independent and completed scientific study devoted to a significant problem within educational and developmental psychology. The work combines in-depth theoretical analysis with a well-organised empirical study and demonstrates the candidate's ability to conduct consistent scientific research.

The dissertation reflects solid preparation in the field, methodological competence, and the ability to interpret research findings appropriately. The conclusions drawn are relevant both to educational psychology and to practices aimed at supporting teachers and preventing professional burnout.

The presented publications, the quality of the dissertation abstract, and the overall academic level of the work provide sufficient grounds for a positive evaluation. The dissertation also deserves such an evaluation due to the serious and consistently conducted research effort.

Based on the above, I give my positive assessment of the dissertation of Petros Ioannis Mihoglou and confidently recommend that the respected Scientific Jury award him the Educational and Scientific Degree Doctor in Professional Field 3.2 Psychology, Doctoral Programme Educational and Developmental Psychology.

Date: 19 April 2026

Prepared by:

Assoc. Prof. Doroteya Duneva, PhD