

## Publications Summary

Vihra Naydenova

Резюмета на статии

Вихра Найденова

Социалната подкрепа – модерни психологически теории и методи за нейното измерване

Вихра Найденова

Докладът има за цел да представи съвременната научна дискусия относно социалната подкрепа и нейната взаимовръзка с различни психологически феномени като депресия, стрес, удовлетвореност. Темата е особено актуална, тъй като в последните десетилетия в европейското научно пространство са публикувани десетки статии занимаващи се влиянието на социалната подкрепа върху психологическото здраве на човека, но все още остава отворени въпроси особено методологията на измерване ѝ. Докладът има за цел да представи различни методи за измерването на социалната подкрепа и различни нейни параметри, както и конкретен пример за въпросник преведен на български език [F-SOZU, Sommer, G. & Fydrich, T., 1989] и тестван сред български студенти в Германия. Ще бъдат представени концепциите относно определянето на самото понятие, типовете и източниците за социална подкрепа, както и нейната многодимензионалност и взаимовръзка с различни психологически феномени.

Social Support – Modern Psychological Theories and Assessment Methods

Vihra Naydenova

The aim of the report is to present the recent scientific discussion regarding the social support issue as well as its correlation with different psychological phenomena such as depression, stress and well-being. The subject is perceived as a very up-to-date one, since a significant number of articles dealing with it have been published so far in the European scientific domain. The articles are devoted to the question of how social support influences psychological well-being and health of individuals. However, many questions which refer to the methodology of the social support assessment seem to be unanswered yet. Thus, further purpose of the report is to demonstrate various evaluation methods and their different parameters. It shows a concrete example of a questionnaire [F-SOZU,

Sommer, G. & Fydrich, T., 1989] translated into Bulgarian for the first time, which was distributed among Bulgarian students in Germany. Furthermore, multiple concepts are presented in the report as well as a dispute regarding the definition of social support, its types, its resources, its multi dimensionality and its correlation with different psychological phenomena.

-

Възприеман стрес: същност и измерване

Вихра Найденова и Снежана Илиева

Статията представя българския превод на скалата на Шелдон Коен за възприеман стрес (Perceived Stress Scale - PSS) и нейните психометрични характеристики (Chronbachs Alpha = 0.80). Представени са част от резултатите от крос-национално изследване и сравнение на средните PSS суми при полски, германски и български студенти. Средните PSS суми са сравнени и с резултати от предишни американски изследвания на Шелдон Коен. Резултатите показаха, че полските студенти имат най-високи сумирани средни стрес резултати (PSS=28.05) в сравнение с връстниците си от България(25.67) и Германия (24.16).

Perceived Stress: Nature and Measurement

Vihra Naydenova and Snezhana Ilieva

The article presents the Bulgarian translation of Sheldon Cohen's Perceived Stress Scale (PSS) and its psychometrical characteristics (Chronbachs Alpha = 0.80). Results of cross-national student's health survey and the comparison in PSS results among Polish, German and Bulgarian students are also showed in the paper. The stress mean sums are also compared to the results of the previous American studies of Sheldon Cohen. The Polish students proved to be the most stressed (PSS Mean Scores 28.05) on the contrary to the Bulgarian (25.67) and German samples (24.16).

--

Личност тип Д – основни характеристики и поведение. Влияние на типа личност върху здравето

Вихра Найденова

Докладът дискутира модерните психологически подходи към различните типове личност. Разкрива същността на личност тип Д и социопсихологическите ѝ особености. В статията са представени и обсъдени резултатите от няколко европейски изследвания върху личност тип Д и нейното влияние върху индивидуалното здраве. Дискутират се методи за измерване на личност тип Д и се представят някои айтеми от известни скали, преведени на български език.

Personality type D - basic characteristics and behavior. Influence of personality type on health

Vihra Naydenova

The report discusses modern psychological approaches to different personality types. It reveals the essence of type D personality and its socio-psychological features. The article presents and discusses the results of several European studies on type D personality and its impact on individual health. Methods for measuring personality type D are discussed and some items from famous scales, translated into Bulgarian, are presented.

--

ЗДРАВНО ПОВЕДЕНИЕ И СУБЕКТИВНО

БЛАГОПОЛУЧИЕ ПРИ СТУДЕНТИ

Вихра Найденова

Снежана Илиева

Поддържането на субективно благополучие зависи от субективната преценка за здравето и от грижите, които се полагат. Колкото повече усилия се полагат за поддържане на здравето, толкова повече нарастват енергичността, активността и доброто настроение. Безспорно самият факт, че оценяват здравето си като добро и че то се запазва или подобрява, създава предпоставки за по-високо субективно благополучие. Тези резултати могат да бъдат приложени за създаване на модел за поддържане на здравето, в който решаващо значение имат субективното възприемане и оценката на здравното състояние.

В настоящето изследване се доказва, че т.нар. "субективно здраве" влияе върху субективното благополучие на студентите. Може да се очаква, че индивидите, които оценяват благоприятно здравето си и преживяват чувство на субективно благополучие, в по-малка степен биха имали психосоматични оплаквания и ще бъдат по-устойчиви на стреса и на появата на болести.

Така се очертават и основните насоки за организационно подобряване и за изграждане на здравословна среда в университетите.

## HEALTH BEHAVIOR AND SUBJECTIVE

### WELL-BEING BY STUDENTS

Vihra Naydenova and Snezhana Ilieva

The maintenance of subjective well-being depends on the subjective assessment of health and the care provided. The more effort is put into maintaining health, the more energy, activity and good mood increase. Undoubtedly, the very fact that they value their health as good and that it is preserved or improved, creates preconditions for higher subjective well-being. These results can be applied to create a model for maintaining health, in which the subjective perception and assessment of health status are crucial.

In the present study it is proved that the so-called "Subjective health" affects the subjective well-being of students. It can be expected that individuals who favorably assess their health and experience a sense of subjective well-being are less likely to have psychosomatic complaints and will be more resistant to stress and disease

This outlines the main guidelines for organizational improvement and building a healthy environment in universities.

--

Крос-национални различия в социалната подкрепа при първокурсници от три европейски държави: Германия, България и Полша

Вихра Найденова и Снежана Илиева

Въведение: Представени са резултатите от международно изследване, проведено сред повече от 2000 студенти от Германия, Полша и България. Основна цел на изследването е сравнението на социалната подкрепа, здравето и здравното поведение при първокурсници в университети от трите европейски държави.

Методи: Изследвани са 803 немски, 709 български и 591 полски студенти. За целта е използван идентичен въпросник за трите страни, разработен и апробиран в Германия. Въпросникът обхваща различни области на социалната подкрепа, психичното и физическото здраве.

Качеството на социалната подкрепа се измерва с кратка 14-айтемна версия на въпросника на Зомер и Фидрих (Sommer & Fydrich, 1989). Количествените аспекти на социалната подкрепа се измерва с 4-айтемна скала. Удовлетвореността с получената социална подкрепа се измерва с въпроса: „Доволни ли сте най-общо от подкрепата, която получавате?“. Използва се пет-степенна скала за отговори, която варира от “много доволен/на“ до “въобще не съм доволен/на“.

Резултати и дискусия: Значими крос-национални различия бяха установени и при количествените и при качествените аспекти на социалната подкрепа, както и при удовлетвореността от нея в трите европейски държави. Немските студенти показват значимо по-високи стойности на социална подкрепа в сравнение с връстниците си от Полша и България ( $p < 0.001$ ). Анализът на резултатите показва, че полските студенти са значително по малко удовлетворени от социалната подкрепа, която получават в тежки ситуации, в сравнение с българските и немските си връстници ( $p < 0.001$ ). Резултатите от изследването показаха значими крос-национални различия в областта на социалната подкрепа и удовлетвореността от нея.

Cross-national differences in social support for freshmen from three European countries: Germany, Bulgaria and Poland

Vihra Naydenova and Snezhana Ilieva

The results of an international survey conducted among more than 2,000 students from Germany, Poland and Bulgaria are presented. The main goal of the study is to compare social support, health and health behavior in freshmen at universities in the three European countries.

803 German, 709 Bulgarian and 591 Polish students were studied. An identical questionnaire for the three countries, developed and tested in Germany, was used for this purpose. The questionnaire covers various areas of social support, mental and physical health.

Significant cross-national differences were found in both the quantitative and qualitative aspects of social support, as well as satisfaction with it in the three European countries. German students showed significantly higher values of social support compared to their peers from Poland and Bulgaria ( $p < 0.001$ ). The analysis of the results showed that Polish students are significantly less satisfied with the social support they receive in difficult situations compared to their Bulgarian and German peers ( $p < 0.001$ ). The results of the survey showed significant cross-national differences in the field of social support and satisfaction with it.

--

Физическа активност, стрес и психическо благополучие при студенти

Вихра Найденова, Снежана Илиева

Участва се активно в създаването на психологически въпросник в международно изследване.

Изследва се и се дискутира как физическата активност влияе на стреса и психологическото благополучие

Изследването е част от крос-национално изследване, което има за цел да проучи здравето и здравното поведение при студентите от университет Бийлефелд (Германия), Софийски университет "Св. Климент Охридски" и университет Люблин (Полша), както и различните психологически и социални фактори, които оказват влияние върху изследваните феномени. Изследваните променливи, които са предмет на анализ в настоящото изложение, са: физическа активност, възприеман стрес и психическо благополучие. Създаването на умерена физическа активност при студентите и поддържането ѝ през останалата част от живота очертават поведенчески стратегии, които предпазват индивидите от типичните взаимосвързани болести на стреса в съвременното общество – сърдечно-съдови заболявания, повишено кръвно налягане, диабет и затлъстяване.

Правят се препоръки по отношение на физическа активност и влиянието ѝ върху субективното благополучие.

Physical activity, stress and wellbeing by students

Vihra Naydenova and Snezhana Ilieva

The article explores and discusses how physical activity affects stress and psychological well-being.

The study is part of a cross-national study that aims to study the health and health behavior of students at the University of Bielefeld (Germany), Sofia University "St. Kliment Ohridski" and the University of Lublin (Poland), as well as the various psychological and social factors that influence the studied phenomena.

The studied Variables that are the subject of analysis in this presentation are: physical activity, perceived stress and mental well-being. Creating moderate physical activity in students and maintaining it for the rest of their lives outlines behavioral strategies that protect individuals from the typical interrelated stress diseases of modern society - cardiovascular disease, high blood pressure, diabetes and obesity.

Recommendations are made regarding physical activity and its impact on subjective well-being.

--

Социална подкрепа и стрес при студенти

Снежана Илиева, Вихра Найденова

Представени са резултати от емпирично изследване на социалната подкрепа, източниците на стрес и възприетия стрес при студенти. Напрежението, възникващо от изолацията и комуникацията в университета, също е най-високо тогава, когато емоционалната подкрепа се предоставя само от един човек. То е най-ниско отново при развита мрежа от близки и познати, които могат да помогнат, за да намалят чувството за изолираност и да подобрят възможностите за общуване и получаване на информация. Изолацията и комуникацията предизвикват еднакъв стрес при студентите, които не разчитат на никого или познават двама или трима, подкрепящи ги емоционално.

По отношение на възприеманите източници и причини за стрес при студенти се установи, че количеството на подкрепата има значение при свързаните със социалните отношения области на живота – проблеми с родителите, приятелите, състудентите, партньорите, сексуалността, комуникацията, изолацията и самотността. Те предизвикват малко напрежение у тези, които имат изградена социална мрежа, която включва повече от трима познати. Също така обаче те не предизвикват силен стрес при студентите, които смятат, че няма кой да ги подкрепи, когато се чувстват зле. Най-висок е стресът при студентите, които имат ограничена социална подкрепа, която се свежда само до един човек

## Social support and stress by students

Vihra Naydenova and Snezhana Ilieva

Results of an empirical study of social support, sources of stress and perceived stress in students are presented. The stress of isolation and communication at university is also highest when emotional support is provided by just one person. It is lowest again with a developed network of relatives and acquaintances who can help to reduce feelings of isolation and improve opportunities for communication and information. Isolation and communication cause the same stress in students who do not rely on anyone or know two or three who support them emotionally.

Regarding the perceived sources and causes of stress in students, it was found that the amount of support is important in socially related areas of life - problems with parents, friends, fellow students, partners, sexuality, communication, isolation and loneliness.

They cause a little tension for those who have a social network that includes more than three acquaintances. However, they also do not cause much stress to students who feel that there is no one to support them when they feel unwell. The highest stress is for students who have limited social support, which is limited to one person

--

Здравословни практики, физическа активност и психосоматични оплаквания при студенти

д-р Вихра Найденова

Доц. дпн Снежана Илиева

Представени са резултатите от международно изследване, проведено сред повече от 2000 студенти от Германия, Полша и България. Основна цел на изследването е сравнението на здравословните практики, физическата активност и психосоматичните оплаквания при първокурсници в университети от трите европейски държави. Бяха установени значими крос-национални различия, както в физическата активност и здравословните практики, така и в областта на психосоматичните оплаквания.



## Healthy practices, physical activity and psychosomatic complaints in university students

Vihra Naydenova and Snezhana Ilieva

**Abstract:** The article presents the results from cross-national survey by more than 2000 students from Germany, Poland and Bulgaria. The aim of the article is comparison in the health practices, physical activity and psychosomatic complaints by the first-year students from these three European countries. Significant cross-national differences were measured in the field of physical activity and other health practices and also in the field of psychosomatic symptoms.

### ВЛИЯНИЕ НА КАЧЕСТВОТО НА ЖИВОТ ВЪРХУ ЗДРАВНОТО ПОВЕДЕНИЕ В УНИВЕРСИТЕТСКА СРЕДА: МЕЖДУКУЛТУРНО ИЗСЛЕДВАНЕ В БЪЛГАРИЯ, ГЕРМАНИЯ И ПОЛША

Снежана Илиева, Вихра Найденова

Представени са резултатите от международно изследване, проведено сред повече от 2000 студенти от Германия, Полша и България. Основна цел е да се установят кроскултурни различия във влиянието на качеството на живот и удовлетвореността от живота върху здравното поведение при първокурсници в университети от трите европейски държави. Удовлетвореността от аспектите на живота в различна степен детерминира здравното поведение на студентите от трите страни. Удовлетвореността от социалните отношения влияе върху здравното поведение на българските и немските студенти. При българските студенти удовлетвореността от партньорството предсказва тютюнопушенето и употребата на наркотици. Удовлетвореността от следването определя употребата на алкохол и тютюнопушенето при полските студенти. Няма межкултурни различия във физическата активност и – при трите групи тя се влияе от удовлетвореността от социалните отношения. Възприетото качество на живот по-слабо предсказва здравното поведение при студенти, отколкото удовлетвореността от живота.

--

СТРЕС И ЗДРАВНО ПОВЕДЕНИЕ

В УНИВЕРСИТЕТСКА СРЕДА

Снежана Илиева, Вихра Найденова

Снежана Илиева, Вихра Найденова.

### Стресс и поведение здоровья в университетской среде

Исследованы источники стресса, общую напряженность и поведение здоровья у студентов, а также установлены различия в зависимости пола, доходов и условия жилья. Выявлены основные факторы проявления стресса у студентов: социальные взаимоотношения, учеба, коммуникация и изолирование, здоровье и условия среды, финансовое положение. Размер доходов повышает стресса всем исследованным факторам с исключением коммуникации и изолирования. Женщины испытывают больше общую напряженность и стресс учебы и здоровья в условиях среды чем мужчины. Существуют половые различия в отношении поведения здоровья – мужчины больше занимаются спортом, но и чаще употребляют алкоголь, а женщины курят больше, но и придают большую значимость здоровой пище. Поведение риска, связанное с употреблением алкоголя и наркотиков зависимо от условий жилья.

### INFLUENCE OF QUALITY OF LIFE ON HEALTH BEHAVIOR IN A UNIVERSITY ENVIRONMENT: A CROSS-CULTURAL STUDY IN BULGARIA, GERMANY AND POLAND

Snezhana Ilieva, Vihra Naydenova. Stress and health behavior in university setting

The research of stress sources, overall strain and health behaviour identifies differences in sex, income and accommodation conditions. The main stress factors for students are the social relationships, isolation and communication, studies, health, social environment and financial status. The amount of income increases the stress according to all studied sources, excluding the isolation

communication. Women tend to experience more overall strain and stress in result of their studies, health conditions and social environment than men. Sexual differences are observed in health behavior – men are more likely to go for sports and drink alcohol, while women tend to smoke more and are more considerable of their healthy nutrition. The risky behavior related to alcohol and drug use is directly influenced by the accommodation conditions.

## Представяне на българската версия на Теста за оценка на личността в работата BIP (Business focused Inventory of Personality)

Д-р Вихра Найденова

Д-р Николай Николов

Резюме: Статията представя българската адаптация на един от известните в западноевропейските страни инструменти за оценка на личността в работата BIP (Business focused Inventory of Personality). Въпросникът измерва поведението и мотивацията на личността в работата. Той е широко използван от професионалистите по управление на човешки ресурси в Европа и се използва за подбор и развитие на служители, кандидатстващи или работещи на експертни и мениджърски позиции. BIP оценява четири основни сфери: мотивация, стил на работа, социални умения и емоционална и психична устойчивост. Българската адаптация на теста стартира с изготвянето на 4 независими превода на айтемите и подготвена финална провизорна версия. Тя бе проверена в пилотно изследване с участието на повече от 200 лица, след което бе извършен анализ и корекции. Окончателният вариант на Българския BIP е стандартизиран на базата на 836 лица на възраст от 20 до 65 години. Вътрешната консистентност на скалите на българската версия са съпоставими с тези, докладвани за оригиналния тест. Конструктната валидност е проверена чрез изчисление на корелации между скалите на BIP и NEO PI-R и CPI. Критериалната валидност е демонстрирана чрез пресмятане на корелациите между скалите на теста и различни оценки на представянето в работата.

## Presentation of the Bulgarian version of the BIP (Business focused Inventory of Personality) Personality Assessment Test

Vihra Naydenova and Nikolay Nikolov

Abstract: The article presents the Bulgarian adaptation of one of the most famous in Western Europe instruments for assessment of personality in business context – BIP (Business focused Inventory of Personality). The test assesses the personality behavior and motivation at work. It is used by the HR professionals in Europe for recruitment and personnel development of employees on expert or on managerial positions. BIP assesses four main spheres: Occupational orientation, Occupational behavior, Social competencies and Psychological constitution. The Bulgarian adaptation of the test starts with the preparation of four independent translations of the items and preparation of a final version. It was checked in a pilot research with more than 200 persons. After that analysis and corrections were provided. The final variant of Bulgarian BIP is standardized on the basis of 836 assessed persons on age from 20 to 65 years old. The internal consistency of the scales of the Bulgarian version is comparable to these in the original

test. The construct validity is checked through correlations computation of BIP scales and NEO PI-R and CPI. The criteria validity is demonstrated through correlations between the scales and different assessment of job performance.

--

Развитие и Подбор на персонал в Управлението на Човешките ресурси

Д-р Вихра Найденова

Резюме: В статията са представени подбора и развитието на персонал като две основни и взаимосвързани части на управлението на човешките ресурси в организациите. Представени са модерни методи за подбор на специалисти и мениджъри в организациите, както и техните предимства и недостатъци. Обобщени са основните стъпки и етапи в процесите на подбор, обучение и развитие на служителите, най-често използвани в Европа и САЩ. Дадени са примери от практиката за успешни приложения на модерни методи за подбор и развитие, както и предизвикателствата при осъществяването им. Разгледани са теоретични постановки и научни изследвания в областта на развитието и подбора в рамките на ефективното управление на човешките ресурси.

Development and Recruitment in Human Resources Management

Abstract: In the article are presented the personnel recruitment and development as two main connected with each other parts of human resources development. Modern methods of selection of managerial and expert positions are presented, their advantages and disadvantages. Introduced are different steps used in the personnel recruitment and development, used nowadays in Europe and USA. Given are examples of successful usage of modern recruitment and development methods and the challenges for their implementation. Presented are theoretical frameworks and also researches in the field of personnel recruitment and development in the contemporary HR management.

--

Модерни подходи за подбор на персонал в съвременното управление на човешките ресурси

Вихра Найденова

Ключови думи: Подбор на персонал, методи и процес на подбор, УЧР, психология на подбора.

Резюме: Докладът разглежда модерните и най-често използвани в практиката методи за подбор на персонал в управлението на човешките ресурси в България. Представени са методи като интервюта, тестове за подбор и центрове за оценка, както и възможността и необходимостта от тяхното приложение в повече организации в България. Дискутират се предимствата и недостатъците на отделните методи. Разглеждат се някои от практиките за подбор на персонал на една интернационална компания в България, както предимствата и областите за развитие на тези практики.

Modern methods in personnel recruitment in the contemporary Human resources management

Vihra Naydenova

Abstract: The article presents the modern and most used in the praxis methods for personnel recruitment in Bulgaria and European context. Introduces are methods as interviews, different tests, assessment center and the possibility and the need of their implementation in more organizations in Bulgaria. Discussed are advantages and disadvantages of different methods. Introduced are some of the practices in personnel recruitment of an international company in Bulgaria.

--

Ангажираност в работата, здравни поведения и субективно благополучие при медицински специалисти от университетски болници

Анна Александрова-Караманова<sup>1</sup>, Вихра Найденова<sup>2</sup>, Ирина Тодорова<sup>1</sup>

Настоящото изследване анализира ефектите на позитивната антитеза на бърнаута - ангажираността в работата - върху емоционалното благополучие и рисковите здравни поведения, свързани с прием на психоактивни вещества (кофеин, никотин, алкохол, медикаменти) при медицински специалисти от университетски болници. Бяха установени високи нива на ангажираност в работата и високо емоционално благополучие, както и широко разпространение на употребата на психоактивни вещества, като немалка част от изследваните лица са изправени пред значителни здравни рискове поради приема на тези вещества или поради надвишаването на препоръчаните безопасни количества на употреба. Изследването доказва, че ангажираността в работата може да благоприятства емоционалното субективно благополучие на медицинските специалисти и да има протективна функция по

отношение на здравето им, понижавайки приема на някои психоактивни вещества (кофеин, никотин, успокоителни медикаменти, алкохол).

Work engagement, health behaviours and subjective well-being in medical professionals from university hospitals

Anna Alexandrova-Karamanova<sup>1</sup>, Vihra Naydenova<sup>2</sup>, Irina Todorova<sup>1</sup>

1 Health Psychology Research Center

2 Sofia University "St. Kliment Ohridski"

The current study analyzes the effects of the positive antithesis of burnout – work engagement – on the affective well-being and on health risk behaviours, related to psychoactive substances' use (caffeine, nicotine, alcohol, medicaments) among medical professionals from university hospitals. High levels of work engagement and affective well-being were found for this sample, as well as widely spread psychoactive substances' use. A considerable part of the participants are threatened by serious health risks because of the use of these substances or because of exceeding recommended doses and taking unsafe quantities. The study proves that work engagement may foster affective subjective well-being of medical professionals and has a protective function for their health by reducing the use of some psychoactive substances (caffeine, nicotine, sedatives, alcohol).

--

КОМПЕТЕНТНОСТЕН МОДЕЛ И 360-ГРАДУСОВА ОБРАТНА ВРЪЗКА –ПРИМЕРИ ОТ МЕЖДУНАРОДНА ОРГАНИЗАЦИЯ

Гл.ас. д-р Вихра Найденова, Катедра „Социална, трудова и педагогическа психология“, Софийски Университет „Св.Климент Охридски“, vihranaydenova@yahoo.com

Таня Бриклер, Директор Бизнес услуги, ОС България ООД, tbrickler@osbulgaria.com

Резюме: Докладът представя предимствата на въвеждане на компетентностен модел в организациите и приложението му при осъществяване на 360-градусова обратна връзка при ръководители. Представени са стъпките при създаване на компетентностния модел, изпробването му и осъществяването на проект 360-градусова оценка на над 100 ръководители. Инструментът за оценка -360-градусовата обратна връзка е един от най-ефективните и надеждни методи в организационен контекст. Методът позволява на служителите да разберат повече

за оценката на своите ръководители, колеги и подчинени и да се набележи най-подходящия план за индивидуално развитие.

Описани са осъществените стъпки на анализ, създаване на профили и доклади, комуникация, обратна връзка, консултиране и коучинг като част от мерките за развитие на служителите.

Ключови думи: компетентностен модел, 360-градусова обратна връзка, индивидуално развитие

## COMPETENCY MODEL AND 360-DEGREE FEEDBACK –EXAMPLES FROM AN INTERNATIONAL ORGANIZATION

Asst. Prof. Vihra Naydenova, Department of “Social, Work and Educational Psychology”, Sofia University “St. Kliment Ohridski”, vihranaydenova@yahoo.com

Tania Brickler, Director Business Services, OS Bulgaria, tbrickler@osbulgaria.com

**Abstract:** The article presents the advantages of implementing a competency model in the organizations and the application of 360-degree feedback to managers. Introduced are the steps of creating a competency model, its testing and implementation in 360-degree feedback of more than 100 managers. The 360-degree feedback instrument is one of most effective and reliable methods in organizational context. The method provides employees the opportunity to understand more about the opinion of their line-managers, colleagues, and direct reports and to create the most suitable individual development plan.

Described are the steps made in the analysis, 360-degree profiles and reports, communication, consulting and coaching as a part of the development process.

**Key words:** competency model, 360-degree feedback, individual development

--

## ИЗИСКВАНИЯ НА РАБОТАТА, АНГАЖИРАНОСТ И КАЧЕСТВО НА ЗДРАВНИТЕ ГРИЖИ ПРИ МЕДИЦИНСКИ СПЕЦИАЛИСТИ В БЪЛГАРИЯ – РЕЗУЛТАТИ ОТ МЕЖДУНАРОДНО ИЗСЛЕДВАНЕ

Елица К. Димитрова – Институт за изследване на населението и човека при БАН

Ирина Тодорова – Научен център „Психология и здраве“

Анна Александрова-Караманова – Институт за изследване на населението и човека при БАН

Адрес за кореспонденция:

Вихра Найденова – Софийски Университет „Св. Климент Охридски”

Адрес за кореспонденция:

Резюме

Въведение: В настоящия доклад се фокусираме върху ангажираността в работата като важна за ефективността и благополучието на медицинските специалисти. Проучва се значението на ангажираността в работата за качеството на здравните грижи. Представените резултати са част от международното изследване „Подобряване на качеството и безопасността в болниците: Връзка между организационна култура, бърнаут и качество на здравните грижи (ORCAB)“, подкрепено от Европейската комисия, 7-ма рамкова програма (координатор: Университет на Македония, Гърция; партньор за България - Научен център „Психология и здраве“). Общата цел на изследването е да разкрие организационните и индивидуални фактори, които влияят върху качеството на здравните грижи и безопасността на пациентите (в университетски болници) и да приложи интервенции, които едновременно подобряват качеството на здравните грижи и благополучието на медицинския персонал.

Методи: Медицинските специалисти, които изследвахме са 403 лекари и медицински сестри в България. Използва се моделът „Изисквания-ресурси на работата“, допълнен с ангажираността в работата и международно апробирана методология – конструирана за целите на изследването скала за Изискванията на работата (физически, емоционални, организационни и когнитивни изисквания), Утрехтска скала за ангажираността в работата – (UWES), субскали Енергия и Отдаденост, и скала за Суб-оптимална здравна грижа (Shanafelt et al., 2002). 2

Резултати: При проведения регресионен анализ, контролиращ за демографски фактори, високите организационни и емоционални изисквания на работата са асоциирани със значимо нарастване на суб-оптималната грижа. Ангажираността в работата е в обратна връзка със суб-оптималната грижа. Според резултатите от настоящото изследване единствено отдадеността в работата има значим модериращ ефект върху връзката между изискванията на работата и качеството на грижите за пациентите. Отдадеността в работата има значим протективен ефект при относително високи нива на физически изисквания на работата: в ситуация на завишени физически изисквания тя смекчава тяхното негативно влияние върху качеството на грижата за пациентите.



Ключови думи: ангажираност в работата, качество на здравните грижи, изисквания на работата, медицински специалисти, пациенти

## WORK DEMANDS, ENGAGEMENT AND QUALITY OF CARE BY HEALTHCARE PROFESSIONALS IN BULGARIA – RESULTS OF AN INTERNATIONAL SURVEY

Elitsa Dimitrova – Institute for Population and Human Studies at BAS

Irina Todorova – Health Psychology Research Center

Anna Alexandrova-Karamanova – Institute for Population and Human Studies at BAS

Vihra Naydenova – Sofia University „St. Kliment Ohridski”

### Abstract

**Background:** Work engagement is important for health providers' wellbeing and effectiveness. We address the role of work engagement for quality of care in Bulgaria, based on the international study “Improving quality and safety in the hospital: The link between organizational culture, burnout and quality of care (ORCAB)” funded by the European commission within the 7th Framework Programme (coordinator: University of Macedonia, Greece; Bulgarian partner: Health Psychology Research Center). The aim of the project is to benchmark the organizational and individual factors that impact on quality of care and patient safety, and design bottom-up interventions that both increase quality of care and health professionals' well-being.

**Methods:** Healthcare professionals in the ORCAB study were physicians, residents, and nurses (N=403 in Bulgaria). We use the Job Demands-Resources model with the addition of the concept of Work Engagement. As measures we used a constructed scale for Work Demands - Physical, Emotional, Organizational and Cognitive; The Utrecht Work 3

Engagement Scale (UWES) – the subscales of Dedication and Vigor; and a scale for Sub-optimal Patient Care (Shanafelt et al., 2002).

**Results:** In multiple regression analysis, controlling for demographics, the direct predictors of sub-optimal care were organizational and emotional work demands. Unlike vigor, the sub-scale dedication was significantly associated with sub-optimal care. The analysis shows also that work engagement moderates the effect of work demands on sub-optimal care. We find a significant interaction between physical work demands and dedication that influences sub-optimal care delivered to patients: high dedication alleviates the negative impact of high physical demands on quality of care delivered to patients.

Key words: work engagement, quality of care, work demands, healthcare professionals, patients

--

## УПРАВЛЕНИЕ И РАЗВИТИЕ НА ТАЛАНТИТЕ В ОРГАНИЗАЦИИТЕ – СЪВРЕМЕННИ ПОДХОДИ

Вихра Найденова

Катедра „Социална, трудова и педагогическа психология”

### Вихра Найденова УПРАВЛЕНИЕ И РАЗВИТИЕ НА ТАЛАНТИТЕ В ОРГАНИЗАЦИИТЕ – СЪВРЕМЕННИ ПОДХОДИ

Студията разглежда темата за съвременното управление и развитие на талантите в организациите. Прави се въведение в темата и значението ѝ. Представят се различни дефиниции за талант в бизнес контекст, важността на измерването на трудовото представяне и потенциала. Представят се различни гледни точки по отношение на най-важните етапи в управлението на талантите – подбор, въвеждане в работата, развитие, ангажиране и задържане. Представят се подходящи и съвременни методи за учене и развитие на талантите в организационен контекст – учене на работното място (трудни задачи и предизвикателства, работа по проекти, нови роли), учене от взаимоотношения (менторство, коучинг, обратна връзка) и учене от семинарни, обучителни форми, онлайн обучения и други обучителни и образователни програми. Представя се практическо проведено обучение на мениджъри в голяма организация по Управление на трудовото представяне и управление и развитие на таланта и обратната връзка на ръководителите.

Ключови думи: управление и развитие на талантите, трудово представяне, оценка, потенциал

### Vihra Naydenova TALENT MANAGEMENT AND DEVELOPMENT IN ORGANIZATIONS – CONTEMPORARY APPROACHES

The article presents the actual topic of organizational psychology – the management and development of talents in organizations. Provided is an introduction in the topic and its importance in contemporary organizational context. Described is the importance of performance and potential assessment in organizations. Provided are different concepts and examples on what is talent in business context. Introduced are the main steps in talent management – recruitment of proper talents, on boarding, development, engagement and retention. Presented are different learning and development tools – learning on the job, relationship based learning and development and classical forms as

trainings, seminars, education, e-learning. Introduced are results and feedback of managers by provided seminars on Talent management in a big international organization.

Keywords: Talent management and development, performance management, potential

--

## Вихра Найденова. КЛЮЧОВИ ПОЗИЦИИ И ПЛАНИРАНЕ НА ПРИЕМСТВЕНОСТТА В ОРГАНИЗАЦИИТЕ – СЪВРЕМЕННИ ТЕНДЕНЦИИ

Студията представя съвременните тенденции в управлението на приемствеността (succession planning), както и как се дефинират ключови позиции и защо това е важно за организациите. Представени са примери за успешно провеждане на управление на приемствеността и как това се свързва с управление на риска, управление на талантите и дефинирането на заместници, както и какви са разликите между тях. Показан е пример за комуникация на програма, както и създаване и провеждане на обучение на тема „Управление на таланта и на приемствеността“ като начални и много важни стъпки за стартирането на тези важни процеси в международни организации. Представена е ключовата роля на специалистите по организационна психология и управление на човешките ресурси за създаването на индивидуални планове за обучение и развитие на приемниците и талантите в организациите.

Ключови думи: управление и развитие на приемствеността, ключови позиции, таланти, индивидуален план за развитие

## Vihra Naydenova. KEY POSITIONS AND SUCCESSION PLANNING IN ORGANIZATIONS – CONTEMPORARY TENDENCIES IN ORGANIZATIONS

The article presents contemporary tendencies in organizational succession planning, how key positions are defined and why these processes are important for the organizations. Presented are good examples of succession planning and how is it connected to risk management, talent management and definition of deputy managers, and what are the differences. Introduced is an example of communication of succession planning and talent management process, and also creation and implementation of a training on „Talent management and succession planning for managers“ as very important steps in starting of the processes in international organizations. Presented is the key role of organizational psychologists and human resources experts in creation of individual development plans for the employees.

Key words: succession planning, key positions, talent management, individual development plan

--

## ПОДХОДИ ЗА ОБУЧЕНИЕ И РАЗВИТИЕ НА ТАЛАНТИ В ОРГАНИЗАЦИИТЕ

Гл.ас. д-р Вихра Найденова

СУ „Свети Климент Охридски“

Катедра „Социална, трудова и педагогическа психология“

имейл: vihranaydenova@yahoo.com

Статията представя съвременни тенденции в ученето и развитието на служителите в организациите като е обърнато внимание и на подходите към талантите. Представени са тенденциите в областта на дигитализацията и предизвикателствата на ученето в съвременните компании като част от глобализацията и различните подходи на учене при новите поколения. Също така е представена матрица на методи за учене и развитие при различните типове служители, включително при талантите, както и фокусиран подход за индивидуално развитие. Представени са резултати от внедряване на програма по управление на таланти в съвременни организации.

Ключови думи: Обучение, развитие, таланти, учене, организации

## LEARNING AND DEVELOPMENT APPROACHES IN TALENT MANAGEMENT IN ORGANIZATIONAL CONTEXT

Asst. Prof. Vihra Naydenova

Department of “Social, Work and Educational Psychology”

Sofia University “St. Kliment Ohridski”

The article presents contemporary tendencies in learning and development of employees in the organizations including approaches to the talents. Tendencies in digitalization and the modern challenges in learning as a part of the globalization processes and the needs of new generations are presented. A matrix for learning and development approaches for different types of employees is described, including talents and a development plan

focused on individual approach. Results from a successfully implemented talent management program in an organizational context are also introduced.

Key words: learning, development, talents, organizations

--

## УПРАВЛЕНИЕ НА ТРУДОВОТО ПРЕДСТАВЯНЕ НА СЛУЖИТЕЛИТЕ – ПСИХОЛОГИЧЕСКИ И ОРГАНИЗАЦИОННИ АСПЕКТИ

ВИХРА НАЙДЕНОВА

vihranaydenova@yahoo.com

Катедра „Социална, организационна, клинична и педагогическа психология“

### Вихра Найденова. УПРАВЛЕНИЕ НА ТРУДОВОТО ПРЕДСТАВЯНЕ НА СЛУЖИТЕЛИТЕ – ПСИХОЛОГИЧЕСКИ И ОРГАНИЗАЦИОННИ АСПЕКТИ

Студията представя съвременните тенденции в управлението на трудовото представяне (performance management), както и как се осъществява успешен процес и защо това е важно за организациите и хората. Представени са примери за успешно провеждане на управление на трудовото представяне и как се свързва с обучение и кариерно развитие, управление на талантите, подходите към възнагражденията и други. Представено е емпирично изследване на процеса на управление на трудовото представяне в една организация. Дискутирана е ключовата роля на специалистите по организационна психология и управление на човешките ресурси за подготовката, комуникацията и обучението на мениджъри и служители, за да се създаде ефективен и успешен процес за организациите и служителите.

Ключови думи: управление на трудовото представяне, оценки, обратна връзка, диалог, обучения Vihra Naydenova.

## PERFORMANCE MANAGEMENT – PSYCHOLOGICAL AND ORGANIZATIONAL ASPECTS

The article presents contemporary tendencies in performance management, how to implement a successful process in the organizations and people and why these processes are important for the organizations and employees. Presented are good examples of performance management and how is it connected to learning and career development, talent management, remuneration management and others. Introduced is an empirical survey which shows the process in one organization. Presented are the key roles of organizational psychologists and human resources experts in the preparation,

communication and the training, in order to create an effective and successful process for organizations and employees.

Key words: performance management, evaluations, feedback, dialogue, training

ВЪВЕДЕНИЕ

Управление

--

ЦЕНТРОВЕ ЗА ОЦЕНКА И РАЗВИТИЕ – ПОДГОТОВКА И ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ В ОРГАНИЗАЦИОНЕН КОНТЕКСТ

ВИХРА НАЙДЕНОВА

vihranaydenova@yahoo.com

Катедра „Социална, организационна, клинична и педагогическа психология“

Вихра Найденова. ЦЕНТРОВЕ ЗА ОЦЕНКА И РАЗВИТИЕ – ПОДГОТОВКА И ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ В ОРГАНИЗАЦИОНЕН КОНТЕКСТ

Студията представя съвременните тенденции в оценяването на кандидати и служители чрез един не толкова популярен в България метод – Център за оценка. Представен е процесът на подготовка, обучение и осъществяване на този метод, както и различни негови елементи в организационен контекст. Дадени са примери и за други методи за оценка на кандидати в процес на подбор, оценяване, развитие. Представени са примери за успешно провеждане на на Център за оценка и развитие как се свързва с индивидуална обратна връзка, обучение и кариерно развитие, управление на талантите и други. Представени са резултати от реално проведен Център за оценка и развитие в една организация. Дискутирана е ключовата роля на специалистите и консултантите по организационна психология и управление на човешките ресурси за подготовката, комуникацията и обучението, за да бъдат осъществени Центрове за оценка и развитие на професионално ниво.

Ключови думи: център за оценка и развитие, методи, наблюдения, обратна връзка, диалог, обучения

Vihra Naydenova. ASSESSMENT AND DEVELOPMENT CENTERS – PREPARATION AND IMPLEMENTATION IN ORGANIZATIONAL CONTEXT

The article presents the contemporary tendencies in the assessment of candidates and employees through one not so popular in Bulgaria method – Assessment center. Introduced is the process of preparation, training and implementation and different elements of the method in organizational context. In the article are given examples also for other

assessment methods which are used in recruitment and development. Introduced are examples of successfully provided Assessment and Development centers and how the results are connected to individual feedback, training and career development, talent management etc. Showed are examples of practically provided Assessment center within an organization. Discussed is the key role of the experts and consultants in the organizational psychology and human resources management in the proper preparation, training, communication and implementation of the method in order to be on professional level.

Key words: assessment and development center, methods, observations, feedback, dialogue, training

--

## ВЪВЕЖДАНЕ В РАБОТАТА, МЕНТОРСТВО И ОБРАТНА ВРЪЗКА В БИЗНЕС ОРГАНИЗАЦИИ

Гл. ас. д-р Вихра Найденова,

Софийски Университет „Св. Кл. Охридски“

Резюме: Статията представя съвременни тенденции и практики във въвеждането в работата

на нови служители и значението на менторството и обратната връзка. Освен теоретичната част, е

представен пример за имплементиране на добра въвеждаща програма в няколко стъпки.

Представени са резултатите от емпирично изследване и значимите взаимовръзки между

удовлетвореността от Въвеждащата програма на служителите и ангажираността от работата ( $,515^{**}$ ). Резултатите показват силна корелацията между удовлетвореността от ментора и ангажираността

( $,551^{**}$ ). Позитивни и значими корелации са установени и между удовлетвореност от екипа ( $,418^{**}$ ),

ръководителя, обратната връзка ( $,503^{**}$ ). Значима и позитивна, но по-слаба в сравнение с

предходните взаимовръзки, беше открита между удовлетвореността от задачите и ангажираността

(.361\*\*), както и незначителна, но позитивна корелация между удовлетвореността от заплащането и

ангажираността. Дискутирано е значението на въвеждането в работата и взаимовръзката с

индивидуалните и организационните резултати.

## ONBOARDING, MENTORSHIP AND FEEDBACK IN BUSINESS ORGANISATIONS

Vihra Naydenova, PhD, Senior Assist. Professor, Sofia University

**Abstract:** The article presents current trends and practices in the onboarding of new employees and the importance of mentoring and feedback. In addition to the theoretical part, an example of implementing a good onboarding program in several steps is presented. The results of an empirical study and the significant correlations between employee satisfaction with the Onboarding Program and work engagement are presented (.515 \*\*). The results show a strong correlation between mentor satisfaction and engagement (.551 \*\*). Positive and significant correlations were also found between satisfaction with the team (.418 \*\*), the manager, the feedback (.503 \*\*) and engagement of the employees. Significant and positive, but weaker than previous relationships, were found between satisfaction with the tasks and engagement (.361 \*\*), as well as a small but positive correlation between pay satisfaction and engagement. The importance of the onboarding and the interrelation with the individual and organizational results is discussed.

--

Promoting Public Health: Benefits  
and Challenges of a Europeanwide

Research Consortium on Student Health

Walid El Ansari<sup>1</sup>, Annette E. Maxwell<sup>2</sup>, Rafael T. Mikolajczyk<sup>3</sup>, Christiane Stock<sup>4</sup>, Vihra Naydenova<sup>3</sup>,

Alexander Krämer<sup>3</sup>

Summary



**Aims:** The purpose of this paper is to highlight some of the benefits and challenges when undertaking research across several countries comprising diverse ethnic, lingual and historically different communities.

**Methods:** Literature review and experiences of the researchers who participated in the Students' Health Inquiry, as regards the benefits and the challenges that can emerge when conducting collaborative research. The Delphi technique was employed to reach consensus on and prioritise the emerging challenges and suggested solutions.

**Results:** Challenges of research consortia include the preparatory work before the study, the ownership of the data and dissemination of results, as well as methodological, financial, operational, and structural challenges. These are described, each challenge is further broken down in its subcomponents, examples are given, and potential solutions are suggested.

**Conclusions:** If challenges can be prevented or solved, the benefits of research consortia include greater generalisability of findings, and more comprehensive understanding of the issues than would be possible with a single-site study. There is also an increased probability to bring about policy changes and programmatic adjustments. Cross-national research consortia can contribute to reduction in the inequality of resources and research opportunities in the collaborating countries. Research consortia deserve the attention of funding agencies. They are capable of bringing about synergies that result from working collaboratively together of large multi-disciplinary team of investigators who share their strengths, disciplines and expertise in order to bear on the same research issue in multiple countries and diverse populations.

Насърчаване на общественото здраве: ползи

и Предизвикателствата на цяла Европа

Изследователски консорциум за здравето на студентите

Резюме

Цели: Целта на този документ е да подчертае някои от ползите и предизвикателствата при провеждане на изследвания в няколко страни, включващи

разнообразни етнически, езикови и исторически различни общности.

Методи: Преглед на литературата и опита на изследователите, участвали в проучването за здравето на студентите, по отношение на ползите и

предизвикателства, които могат да възникнат при провеждане на съвместни изследвания. Техниката Delphi беше използвана за постигане на консенсус и приоритизиране

възникващите предизвикателства и предложените решения.

Резултати: Предизвикателствата на изследователските консорциуми включват подготвителната работа преди проучването, собствеността върху данните и разпространението на резултатите,

както и методологически, финансови, оперативни и структурни предизвикателства. Те са описани, всяко предизвикателство е допълнително разбито в своите

подкомпоненти, дават се примери и се предлагат потенциални решения.

Заключения: Ако предизвикателствата могат да бъдат предотвратени или решени, ползите от изследователските консорциуми включват по-голяма обобщаемост на констатациите и повече

изчерпателно разбиране на проблемите, отколкото би било възможно с проучване на едно място. Има и повишена вероятност да се предизвика

промени в политиката и програмни корекции. Международните изследователски консорциуми могат да допринесат за намаляване на неравенството на ресурсите и

възможности за научни изследвания в сътрудническите страни. Изследователските консорциуми заслужават вниманието на финансиращите агенции. Те са в състояние да донесат

за синергията, която е резултат от съвместната работа на голям мултидисциплинарен екип от изследователи, които споделят своите силни страни, дисциплини

и експертен опит, за да се работи по един и същ изследователски въпрос в множество страни и различни популации.

--

Prevalence of depressive symptoms in university students from Germany, Denmark, Poland and Bulgaria

Rafael T. Mikolajczyk,

Annette E. Maxwell,

Walid El Ansari,

Vihra Naydenova,

Christiane Stock,

Snezhana Ilieva,

Urszula Dudziak &

Iveta Nagyova

Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology volume 43, pages105–112 (2008)Cite this article

1555 Accesses

85 Citations

[Metricsdetails](#)

Abstract

Background

Previous research indicated a higher prevalence of depressive symptoms among students from Eastern European countries than students from Western European countries. This difference was thought to be linked to political and economic instabilities resulting from political changes in the early 1990s. We investigated whether these differences persist 15 years later.

Methods

Using data from a general health survey among first year students (N = 2,651) from two Western (Germany and Denmark) and two Eastern European countries (Poland and Bulgaria), our analysis was restricted to 2,146 students below 23 years of age. Depressive symptoms were measured using the Modified Beck Depression Inventory (M-BDI). The recommended cut-off point of the M-BDI for depression screening in the general population is a score of  $\geq 35$ . Perceived income sufficiency was measured on a

four-point scale from “totally sufficient” to “not sufficient at all”. Analysis of variance and logistic regression were performed to assess the differences in depressive symptoms between countries adjusting for income sufficiency.

## Results

Depressive symptoms were more prevalent in Eastern European than Western European countries (M-BDI scores of  $\geq 35$  in Germany 26.7%/22.8%, in Denmark 24.9%/12.1%, in Poland 45.5%/27.3%, in Bulgaria 42.9%/33.8% for female and male students, respectively). There was an association between income perceived as insufficient and higher levels of depressive symptoms, but it did not differ across the countries. Adjusting for perceived income sufficiency had little effect on differences in the prevalence of depressive symptoms across countries.

## Conclusions

The difference in prevalence of depressive symptoms in university students from Eastern and Western European countries persists 15 years after political changes have taken place and cannot be explained by differences in perceived sufficiency of income.

-

Разпространение на депресивните симптоми при студенти от Германия, Дания, Полша и България

Предишни изследвания показват по-голямо разпространение на депресивните симптоми сред студентите от източноевропейските страни, отколкото учениците от западноевропейските страни. Смята се, че тази разлика е свързана с политическа и икономическа нестабилност в резултат на политически промени в началото на 90-те години. Прочухме дали тези различия продължават 15 години по-късно.

### • Методи

Използвайки данни от общо здравно проучване сред студенти от първа година (N = 2651) от две западни (Германия и Дания) и две източноевропейски страни (Полша и България), нашият анализ беше ограничен до 2146 студенти под 23-годишна възраст. Симптомите на депресия бяха измерени с помощта на модифицирания инвентар за депресия на Бек (M-BDI). Препоръчителната гранична точка на M-BDI за скрининг на депресия в общата популация е резултат  $\geq 35$ . Възприеманата достатъчност на доходите се измерва по четиристепенна скала от „напълно достатъчен“ до „изобщо не е достатъчен“. Анализът на дисперсията и логистичната регресия бяха извършени, за да се оценят разликите в симптомите на депресия между страните, коригиращи се за достатъчно доходи.

## Резултати

Депресивните симптоми са по-разпространени в страните от Източна Европа, отколкото в Западна Европа (M-BDI резултати от  $\geq 35$  в Германия 26,7%/22,8%, в Дания 24,9%/12,1%, в Полша 45,5%/27,3%, в България 42,9%/33,8 % съответно за студенти и мъже). Имаше връзка между доходите, които се възприемат като недостатъчни и по-високите нива на депресивни симптоми, но тя не се различава в отделните страни. Адаптирането към предполагаемия достатъчен доход има малък ефект върху разликите в разпространението на депресивните симптоми в различните страни.

### • Заключение

Разликата в разпространението на депресивните симптоми при студенти от източноевропейски и западноевропейски страни продължава 15 години след настъпването на политически промени и не може да се обясни с разликите в възприемането на достатъчно доходи.

--

[Clin Pract Epidemiol Ment Health](#). 2008; 4: 19.

Published online 2008 Jul 3. doi: [10.1186/1745-0179-4-19](#)

PMCID: PMC2483702

PMID: [18598340](#)

--

Depressive symptoms and perceived burdens related to being a student: Survey in three European countries

[Rafael T Mikolajczyk](#),<sup>1</sup> [Annette E Maxwell](#),<sup>2,4</sup> [Vihra Naydenova](#),<sup>1</sup> [Sabine Meier](#),<sup>1</sup> and [Walid El Ansari](#)<sup>3</sup>

### Abstract

#### Background

Despite a high prevalence of depressive symptoms among university students, few studies have examined how this mental health problem is associated with perceived stress and perceived burdens related to being a student.

#### Methods

We conducted a cross-sectional study of 2,103 first year students from one western (Germany), one central (Poland), and one south-eastern European country (Bulgaria). The self-administered questionnaires included the modified Beck Depression Inventory and Cohen's Perceived Stress Scale. A 13 item scale measured perceived burdens related to being a student with four subscales: "Course work", "Relationships", "Isolation", and "Future".

## Results

Depressive symptoms were highly prevalent in all three countries (M-BDI  $\geq 35$ : 34% in Poland, 39% in Bulgaria, and 23% in Germany). Students felt more burdened by course work and bad job prospects ("Future") than by relationship problems or by feelings of isolation. The perceived burdens subscales "Future", "Relationship" and "Isolation" remained associated with depressive symptoms after adjusting for perceived stress, which displayed a strong association with depressive symptoms. The association between perceived stress and depressive symptoms differed by gender. These findings were similar in all three countries.

## Conclusion

Perceived burdens related to studying are positively associated with higher depression scores among students, not only by mediation through perceived stress but also directly. While the strong association between perceived stress and depressive symptoms suggests the need for interventions that improve stress management, perceived burdens should also be addressed.

-

Депресивни симптоми и източници на напрежение, свързани с това да си студент:  
Проучване в три европейски страни

## Предистория

Въпреки голямото разпространение на депресивните симптоми сред студентите, малко проучвания са изследвали как този проблем с психичното здраве е свързан с възприемания стрес и източниците на напрежение, свързани с това, че сте студент.

## III Методи

Проведохме напречно проучване на 2103 студенти от първа година от една западна (Германия), една централна (Полша) и една югоизточна европейска страна (България). Въпросниците, които се прилагат сами, включват модифицирания опис на депресията на Бек и скалата за възприемане на стреса на Коен. Скала от 13 точки измерва възприеманите източници на напрежение, свързани с това да си

студент, с четири подскали: „Курсова работа“, „Взаимоотношения“, „Изоляция“ и „Бъдеще“.

#### IV Резултати

Депресивните симптоми са силно разпространени и в трите страни (M-BDI  $\geq 35$ : 34% в Полша, 39% в България и 23% в Германия). Студентите се чувстваха по-обременени от курсовата работа и лошите перспективи за работа („Бъдеще“), отколкото от проблеми в отношенията или от чувство на изолация. Подскалите за възприемане на тежести „Бъдеще“, „Връзка“ и „Изоляция“ остават свързани с депресивни симптоми след коригиране за възприемания стрес, което показва силна връзка с депресивните симптоми. Връзката между възприемания стрес и депресивните симптоми се различава по пол. Тези констатации са сходни и в трите страни.

#### V Заключение

Възприеманите източници на напрежение, свързани с ученето, са положително свързани с по-високи резултати от депресия сред студентите, не само чрез посредничество чрез възприеман стрес, но и директно. Докато силната връзка между възприемания стрес и депресивните симптоми предполага необходимостта от интервенции, които подобряват управлението на стреса, трябва да се обърне внимание и на източниците на напрежение.

--

Gender differences in students' health complaints:

a survey in seven countries

Christiane Stock & Rafael T. Mikolajczyk & Nazmi Bilir &

Janina Petkeviciene & Vihra Naydenova &

Urszula Dudziak & Blanca Marin-Fernandez &

Walid El Ansari

Abstract

Aims

This study sought to determine the relationship among gender, quality of life and subjective health complaints in university students from six European countries and Turkey.

Subjects and methods

In surveys conducted between 1998 and 2005, ten health complaints were measured in a sample of 5,317 university students by a symptom checklist with a self-administered questionnaire, which also contained questions on socio-demographic variables and a one-item quality of life measure.

## Results

The gender-standardised prevalence was highest for nervousness and headache followed by back ache or neck/shoulder ache in most of the countries. Overall, students from Turkey and Spain reported the highest level of complaints and students from Denmark and Lithuania the lowest. Female students were significantly more likely to report health complaints. The gender difference was consistent across types of complaints and study sites, but varied in size. It was on average smallest in Turkey and strongest in the Slavic countries, Poland and Bulgaria. Among all health complaints, depressive moods had the strongest negative impact on quality of life.

## Conclusion

Although the results cannot be generalized to the general populations of the respective countries, the different profiles of reported complaints and gender differences should give rise to special interventions in these populations of young adults.

-

Разлики по пол в здравните оплаквания на студенти:

изследване в седем държави

## Цели

Това изследване има за цел да определи връзката между пола, качеството на живот и субективните здравни оплаквания при студенти от шест европейски държави и Турция.

## Предмети и методи

В проучвания, проведени между 1998 и 2005 г., десет здравни оплаквания бяха измерени в извадка от 5317 студенти чрез контролен списък със симптоми със самоприложен въпросник, който също съдържа въпроси относно социално-демографските променливи и мярка за качество на живот от един елемент.

## Резултати

Стандартизираното по пола разпространение е най-високо за нервност и главоболие, последвани от болки в гърба или шията/раменете в повечето страни. Като цяло учениците от Турция и Испания отчитат най-високо ниво на оплаквания,



а учениците от Дания и Литва – най-ниско. Студентките са значително по-склонни да съобщават за здравословни оплаквания. Разликата между половете е последователна за различните видове оплаквания и сайтове за проучване, но варира по размер. Той беше средно най-малък в Турция и най-силен в славянските страни, Полша и България. Сред всички здравословни оплаквания, депресивните настроения оказват най-силно отрицателно въздействие върху качеството на живот.

#### Заклучение

Въпреки че резултатите не могат да бъдат обобщени за общите популации на съответните страни, различните профили на докладваните оплаквания и различията между половете трябва да доведат до специални интервенции в тези популации от млади възрастни.

--

--

DOI: [10.3389/fpubh.2016.00210](https://doi.org/10.3389/fpubh.2016.00210)

Corpus ID: 14981574

Alcohol Drinking in University Students Matters for Their Self-Rated Health Status: A Cross-sectional Study in Three European Countries

[R. Mikolajczyk](#), [R. Sebens](#), [J. Warich](#), [V. Naydenova](#), [U. Dudziak](#), [O. Orosova](#) less

Published 27 September 2016

Medicine, Political Science

Frontiers in Public Health

Background Alcohol drinking was linked to self-rated health in different populations, but the observed association was inconsistent. We studied the association among university students across three European countries with different patterns of drinking. Methods We analyzed data from three universities, one from each country: Germany (beer dominant), Bulgaria (wine dominant), and Poland (unclassified among youths, spirits dominant in adults) (N = 2103). Frequency of drinking and problem drinking ( $\geq 2$  positive responses on CAGE-scale), on the one side, and self-rated health, caring for one's own health, and

worsening of health since the last year, on the other side, were assessed by means of self-administered questionnaire.

The association between alcohol- (independent) and health-related (dependent) variables was evaluated by means of logistic regression, adjusting for country and sex. Results Poor self-rated health and worsened health since previous year were associated with problem drinking {odds ratio 1.82 [95% confidence interval (CI) 1.21–2.73] and 1.61 (95% CI 1.17–2.21), respectively}, but not with a higher frequency of drinking. In contrast, not caring for one's own health was associated with frequent drinking [1.40 (95% CI 1.10–1.78)], but not with problem drinking [1.25 (95% CI 0.95–1.63)]. The results were consistent across the studied countries and for both sexes. Conclusion The health status of university students was associated with problem drinking. A high frequency of drinking was associated with the lack of care of own health, but it was not associated with current health status. These associations were independent of the predominant pattern of drinking across the studied countries.

Употребата на алкохол при студенти от университети има значение за тяхното здраве: Изследване в три европейски държави

Предистория Пиенето на алкохол е свързано със самооценката на здравето в различни популации, но наблюдаваната връзка е непоследователна. Проучихме асоциацията сред студенти в три европейски страни с различни модели на пиене. Методи. Анализирахме данни от три университета, по един от всяка страна: Германия (доминиращо бирата), България (доминиращо виното) и Полша (некласифицирано сред младежите, спиртни напитки доминиращи при възрастни) (N = 2103). Оценява се честотата на пиене и проблемно пиене ( $\geq 2$  положителни отговора по CAGE-скала), от една страна, и самооценено здраве, грижа за собственото си здраве и влошаване на здравето от последната година, от друга страна чрез самостоятелно администриран въпросник.

Връзката между алкохол- (независими) и свързани със здравето (зависими) променливи беше оценена чрез логистична регресия, коригирана за страната и пола. Резултати Лошо самооценено здраве и влошено здраве от предходната година са свързани с проблемно пиене {коефициент на коефициенти 1,82 [95% доверителен интервал (CI) 1,21–2,73] и 1,61 (95% CI 1,17–2,21), съответно}, но не и с по-висока честота на пиене. Обратно, липсата на грижа за собственото си здраве се свързва с често пиене [1,40 (95% CI 1,10–1,78)], но не и с проблемно пиене [1,25

(95% CI 0,95–1,63)]. Резултатите са последователни в изследваните страни и за двата пола.

**Заклучение** Здравният статус на студентите е свързан с проблемно пиене. Високата честота на пиене е свързана с липсата на грижа за собственото здраве, но не е свързана с текущото здравословно състояние. Тези асоциации са независими от преобладаващия модел на пиене в изследваните страни.

--