

РЕЦЕНЗИЯ

От: *проф. д-р Цветана Александрова Стоянова - катедра „Управление”, УНСС – София, научно направление 3.7. Администрация и управление, Научна специалност „Социално управление“*

Относно: дисертационен труд за присъждане на образователна и научна степен **„доктор“** по научна специалност *Социално управление* в УНСС.

Основание за представяне на рецензията: участие в състава на научното жури по защита на дисертационния труд съгласно Заповед № 368/12.02.2025 г. на Ректора на УНСС.

Автор на дисертационния труд: *Александър Вичев Балабанов*

Тема на дисертационния труд: *„Методика за подобряване на личностното представяне в организацията“*

1. Информация за дисертанта

Александър Балабанов е завършил бакалавърска степен по „Европеистика“ в Софийския университет, има магистърска степен от Университета Шефилд по Политология. Бил е проектен мениджър в периода 2013-2016 г. и бизнес консултант от 2016 до момента. Зачислен е в редовна докторантура към катедра „Управление“, факултет „Управление и администрация“ на УНСС, считано от 07.04.2020 г. съгласно заповед № 1029/08.05.2020 на ректора на УНСС. Изпълнил е заложените в индивидуалния му план задачи. Успешно е взел изпитите си и има изискуемите публикации, съгласно минималните национални изисквания за заемане на ОНС „доктор“.

2. Обща характеристика на представения дисертационен труд

Дисертационният труд със заглавие "Методика за подобряване на личностното представяне в организацията" е организиран в съответствие с академичните изисквания за подобен вид разработки. Той се състои от увод, теоретична част, методическа част, емпирично изследване, заключение, литература и приложения. Обхватът на дисертацията е значителен и е в обем от 239 стр. Използвани са 188 източника, от които 3 на български, а останалите на английски. Темата на дисертационния труд е актуална в съвременния организационен контекст, където управлението на представянето е ключов елемент от ефективността на човешките ресурси. Новият подход на изследването, при който вариабилността на сърдечния ритъм (BCR) се използва като обективен измерител на когнитивното представяне, добавя стойност към традиционните модели за управление на човешките ресурси. Неговата цел е ясно дефинирана: да разработи, тества и валидира иновативни методики за подобряване на индивидуалното представяне чрез физиологично наблюдение и когнитивни интервенции. Тя е специфична и приложима както в научен, така и в практически контекст. Формулираните задачи са логически структурирани и съответстват на основните цели на настоящото изследване. Тези задачи включват анализ на факторите, влияещи върху индивидуалното представяне, изследване на HRV като мярка за когнитивния статус, разработване на методология за интервенция, емпирично тестване и методологично одобрение. Тези задачи са ясни, конкретни и изпълними в рамките на изследването. Предмета и обекта са точно формулирани и съответстват на научната и практическата насоченост на дисертацията. Демонстрирано е добро разбиране на връзката между физиологичните процеси и когнитивната дейност. Освен това са използвани актуални изследвания, което показва съвременен подход към темата. Използваната литература включва емпирични изследвания,

методологични публикации и практически насоки, което осигурява балансирана основа за методологично развитие. Основните научни и научно-приложни резултати сочат в посока на разработване на уникална методика за подобряване на индивидуалното представяне чрез използване на вариабилността на сърдечния ритъм (HRV) като обективен измерител на когнитивното състояние и интегрирането ѝ със структурирани дихателни и когнитивни техники, както и прилагането ѝ в организационен контекст. Той също така определя практическа рамка за новаторски подход и в използването на обратна връзка в реално време чрез физиологични измервания в подкрепа на съзнателното управление на стреса и ефективността. По отношение на използваната методология работата се отличава със систематичен и многостранен изследователски подход, съчетаващ количествени и качествени методи. Методологията е добре разработена и дава възможност за надеждна и валидна оценка на предложените интервенции. Комбинацията от физиологични, когнитивни и поведенчески данни прави изследването приложимо в широк кръг организационни среди. Целите и задачите са успешно постигнати. Проучването е проведено поетапно, методологически обосновано е и е емпирично доказано.

3. Оценка на получените научни и научно-приложни резултати

Настоящият дисертационен труд представя авторска методика за подобряване на представянето в организационен контекст. Предложената методика цели да предостави на ръководителите и специалистите по човешки ресурси инструмент за интегриране на научни знания в практиката.

В първа глава е направен теоретичен преглед на управлението на представянето (УП) в стратегически контекст, като се налага тезата, че измерването му осигурява устойчив успех на организациите. Изведени са

различни дефиниции за понятието и в резултат на тях е направена и авторова интерпретация за същността му. Посочено е, че управлението на представянето засяга не просто ръководните кадри, а че отговорността за резултатите на организацията се споделя между мениджърите и членовете на екипа.

Във втора глава се представя изчерпателно описание на изследователския дизайн, включващо подбора на участници и създаването на експериментални и контролни групи. В нея са представени използваните методи за събиране на данни, които включват мониторинг на ВСЧ, анкетни проучвания и интервюта. Освен това, главата съдържа подробно описание на разработената методика, която интегрира ВСЧ с дихателни и когнитивни интервенции, като основен инструмент за оптимизация на индивидуалното представяне. За обработка и анализ на събраните данни са използвани статистически методи и аналитични инструменти, сред които софтуер MATLAB, който осигурява прецизни резултати и надеждна интерпретация.

Трета глава представя резултатите от експерименталните и емпиричните изследвания, като акцентира върху ключовите аспекти на анализа. В нея се разглежда анализът на данни от анкетното проучване, проведено за валидиране на основните хипотези на изследването. Освен това, главата включва апробация на описаната стандартна експериментална рамка, както и апробация на втора експериментална рамка, специално модифицирана и насочена към развитието на индивида в организацията.

Важен акцент е поставен върху сравнителния анализ на данни от мониторинг на ВСЧ, събрани преди и след имплементирането на коучинг програмата с обекта на изследването като резултатите се разглеждат в контекста на теоретичната рамка.

В заключението се обобщават основните изводи от изследването и се предлагат систематизирани отговори на поставените в изследването задачи.

4. Оценка на научните и научно-приложни приноси

Приемам заложените от докторанта научно-приложни приноси, а именно:

1. Систематизиране на връзката между теоретични постановки от организационно поведение и по-конкретно индивидуалното представяне в организационен контекст и концепциите за когнитивно представяне, като състояние на „поток“, свързано с физиологически реакции, подбудени от механизма "борба или бягство".

2. Разработване и провеждане на анкетно изследване на стреса и личното представяне в работна среда, включително: методическа разработка и систематизиране на въпросник; набиране на данни чрез онлайн анкетиране; обработка и анализ на резултатите; обобщаване на изводи относно необходимостта от стратегии за справяне със стреса в работна среда.

3. Разработване на методика за подобряване на индивидуалното представяне в организационен контекст, включително: разработени набори от модули в две групи - дихателни и когнитивни; разработване на оптимална схема за провеждане.

4. Разработване на методика за измерване на подобрението на индивидуалното представяне в организационен контекст, включително: разработване на две експериментални рамки; внедряване на две различни лабораторни постановки със съответстващи хардуерни средства за отчитане на вариабилност на сърдечната честота и биофийдбек; алгоритъм за статистическа обработка и анализ на емпиричните данни.

5. Апробиране на методиките в реални работни среди, с отчетени и детайлно описани резултати от субективни и обективни оценки и посочени условията и ограниченията за прилагане им.

Считам, че те са лично дело на автора.

5. Оценка на публикациите по дисертацията

Представени са необходимите публикации по темата на дисертацията – три доклада и една статия. Три от публикациите са самостоятелни и една в съавторство. Три от публикациите са на английски език, което гарантира по-широка разпространеност в международен план и са в проблемното поле на дисертационното изследване.

6. Оценка на автореферата

Авторефератът напълно съответства на съдържанието на защитавания дисертационен труд и от него може да се добие еднозначна представа за направеното научно изследване.

7. Критични бележки, препоръки и въпроси

Темата за управление на представянето е силно значима, актуална и интересна, но и доста трудна за анализ, предвид различните дефиниции на понятията, концепциите на различните теории, дисциплини и практики. Въпреки тази специфика и трудност докторанта се е справил и е представил дисертационно изследване, което отговаря в съдържателно и структурно отношение на изискванията.

В хода на вътрешната защита, в която участвах имах множество бележки, които бяха отразени от автора. Основната ми бележка тук е, че докторантът е използвал малко на брой български източници по разглеждания проблем.

8. Заключение

Представеният за рецензиране дисертационен труд със заглавие *„Методика за подобряване на личностното представяне в организацията“*, разработен от Александър Балабанов има характер на

завършено изследване. Докторантът познава и анализира литературата по темата, може да формулира изследователски проблеми, да систематизира класическите и новите теории и концепции, да конструира изследователски апарат, да провежда емпирично изследване и да обосновава предложения за подобрене на съществуващата практика. Дисертацията му безспорно съдържа научни и научно-приложни приноси и отговаря на изискванията на Закона за развитие на академичния състав в Република България, Правилника за неговото приложение и на правилника за учебната дейност в УНСС.

Гореизложеното ми дава основание да дам положителна оценка и да предложа на уважаемите членове на Научното жури да присъдят образователната и научна степен „доктор” на **Александър Вичев Балабанов** в област на висше образование 3. Социални, стопански и правни науки, професионално направление **3.7. Администрация и управление**, научна специалност Социално управление.

28.02.2025г.

Проф. д-р Цветана Стоянова:

София

/...../

REVIEW

From: *Prof. Dr. Tsvetana Aleksandrova Stoyanova - Department of Management, UNWE - Sofia, scientific direction 3.7. Administration and Management, Scientific specialty "Social Management"*

Subject: *dissertation for the award of the educational and scientific degree "doctor" in a scientific specialty Social Management at the UNWE.*

Reason for submitting the review: *participation in the scientific jury for the defense of the dissertation work according to Order No. 368/12.02.2025 of the Rector of the UNWE.*

Author of the dissertation: *Alexander Vichev Balabanov*

Topic of the dissertation: *"Methodology for improving personal performance in the organization "*

1. Information about the dissertation candidate

Alexander Balabanov graduated with a bachelor's degree in European Studies from Sofia University, and holds a master's degree from the University of Sheffield in Political Science. He was a project manager in the period 2013-2016 and a business consultant from 2016 to the present. He was enrolled in a full-time doctoral program at the Department of Management, Faculty of Management and Administration of the UNWE, effective from 07.04.2020, in accordance with Order No. 1029/08.05.2020 of the Rector of the UNWE. He has completed the tasks set out in his individual plan. He has successfully passed his exams and has the required publications, according to the minimum national requirements for holding the "doctor".

2. General characteristics of the presented dissertation work

The dissertation titled "Methodology for Improving Personal Performance in the Organization" is organized in accordance with the academic requirements for such a type of work. It consists of an introduction, theoretical part, methodological part, empirical research, conclusion, literature and applications. The scope of the dissertation is significant and is 239 pages long. 188 sources were used, of which 3 in Bulgarian and the rest in English. The topic of the dissertation is relevant in the modern organizational context, where performance management is a key element of human resources effectiveness. The new research approach, in which heart rate variability (HRV) is used as an objective measure of cognitive performance, adds value to traditional human resource management models. Its goal is clearly defined: to develop, test and validate innovative methodologies for improving individual performance through physiological monitoring and cognitive interventions. It is specific and applicable in both scientific and practical contexts. The formulated tasks are logically structured and correspond to the main objectives of the present study. These tasks include an analysis of the factors influencing individual performance, the study of HRV as a measure of cognitive status, the development of an intervention methodology, empirical testing and methodological approval. These tasks are clear, specific and feasible within the framework of the study. The subject and object are precisely formulated and correspond to the scientific and practical focus of the dissertation. A good understanding of the relationship between physiological processes and cognitive activity is demonstrated. In addition, current research has been used, which indicates a modern approach to the topic. The literature used includes empirical research, methodological publications and practical guidelines, which provides a balanced basis for methodological development. The main scientific and applied scientific results point towards the development of a unique methodology for improving individual performance by using heart rate variability

(HRV) as an objective measure of cognitive state and its integration with structured breathing and cognitive techniques, as well as its application in an organizational context. It also defines a practical framework for an innovative approach and in the use of real-time feedback through physiological measurements to support conscious stress management and effectiveness. In terms of the methodology used, the work is distinguished by a systematic and multifaceted research approach, combining quantitative and qualitative methods. The methodology is well developed and allows for a reliable and valid evaluation of the proposed interventions. The combination of physiological, cognitive and behavioral data makes the study applicable in a wide range of organizational environments. The goals and objectives have been successfully achieved. The study was conducted in stages, is methodologically justified and empirically proven.

3. Evaluation of the obtained scientific and applied scientific results

This dissertation presents an author's methodology for improving performance in an organizational context. The proposed methodology aims to provide managers and human resources specialists with a tool for integrating scientific knowledge into practice.

The first chapter provides a theoretical overview of performance management (PM) in a strategic context, arguing that its measurement ensures sustainable success for organizations. Various definitions of the concept have been derived, and as a result, the author's interpretation of its essence has been made. It is pointed out that performance management affects not only managers, but that responsibility for the organization's results is shared between managers and team members.

The second chapter presents a comprehensive description of the research design, including the selection of participants and the creation of experimental

and control groups. It presents the data collection methods used, which include monitoring of the HRV, questionnaires and interviews. In addition, the chapter contains a detailed description of the developed methodology, which integrates HRV with respiratory and cognitive interventions, as a main tool for optimizing individual performance. Statistical methods and analytical tools, including MATLAB software, were used to process and analyze the collected data, which provides precise results and reliable interpretation.

Chapter 3 presents the results of the experimental and empirical research, focusing on the key aspects of the analysis. It discusses the analysis of data from the survey conducted to validate the main hypotheses of the study. In addition, the chapter includes an approbation of the described standard experimental framework, as well as an approbation of a second experimental framework, specifically modified and focused on the development of the individual in the organization.

An important emphasis is placed on the comparative analysis of data from monitoring of the HRV, collected before and after the implementation of the coaching program with the object of the study, with the results being considered in the context of the theoretical framework.

The conclusion summarizes the main conclusions of the study and offers systematized answers to the tasks set in the study.

4. Evaluation of scientific and applied scientific contributions

I accept the scientific and applied contributions set forth by the doctoral student, namely:

1. Systematizing the relationship between theoretical propositions of organizational behavior and, more specifically, individual performance in an organizational context and the concepts of cognitive performance, as a state of 'flow' associated with physiological reactions triggered by the "fight or flight" mechanism.

2. Development and implementation of a survey study on stress and personal performance in the work environment, including: methodological development and systematization of a questionnaire; data collection through online surveys; processing and analysis of the results; summarizing conclusions regarding the need for strategies for dealing with stress in the work environment.

3. Development of a methodology for improving individual performance in an organizational context, including: developed sets of modules in two groups - respiratory and cognitive; development of an optimal implementation scheme.

4. Development of a methodology for measuring the improvement of individual performance in an organizational context, including: development of two experimental frameworks; implementation of two different laboratory setups with corresponding hardware for recording heart rate variability and biofeedback ; algorithm for statistical processing and analysis of empirical data.

5. Testing the methodologies in real work environments, with reported and detailed results of subjective and objective assessments and the conditions and limitations for their application specified.

I believe that they are the author's personal work.

5. Evaluation of dissertation publications

The necessary publications on the topic of the dissertation are presented – three reports and one article. Three of the publications are independent and one is co-authored. Three of the publications are in English, which guarantees wider international distribution and are in the problematic field of the dissertation research.

6. Evaluation of the autoref

The abstract fully corresponds to the content of the defended dissertation and provides an unambiguous idea of the scientific research conducted.

7. Critical notes, recommendations and questions

The topic of performance management is highly significant, relevant and interesting, but also quite difficult to analyze, given the different definitions of the terms, the concepts of different theories, disciplines and practices. Despite this specificity and difficulty, the doctoral student has coped and presented a dissertation research that meets the requirements in terms of content and structure.

During the internal defense, in which I participated, I had numerous notes that were reflected by the author. My main note here is that the doctoral student used a small number of Bulgarian sources on the issue under consideration.

8. Conclusion

The dissertation submitted for review with the title "***Methodology for Improving Personal Performance in the Organization***", developed by Alexander Balabanov, has the character of a completed study. The doctoral student knows and analyzes the literature on the topic, can formulate research problems, systematize classical and new theories and concepts, construct a research apparatus, conduct empirical research and justify proposals for improving existing practice. His dissertation undoubtedly contains scientific and scientifically applied contributions and meets the requirements of the Act on the Development of the Academic Staff in the Republic of Bulgaria, the Regulations for its implementation and the Regulations for Academic Activities at the UNWE.

The above gives me reason to give a positive assessment and to propose to the esteemed members of the Scientific Jury to award the educational and

scientific degree "**Doctor**" to **Alexander Vichev Balabanov** in the field of higher education 3. Social, economic and legal sciences, professional field **3.7. Administration and management** , scientific specialty Social management.

28. 02.2025.

Prof. Dr. Tsvetana Stoyanova:

Sofia

/...../