

**MINISTERUL EDUCAȚIEI NAȚIONALE
UNIVERSITATEA „VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
IOSUD-ȘCOALA DOCTORALĂ DE ȘTIINȚE ECONOMICE ȘI
UMANISTE
Domeniul: MANAGEMENT**

REZUMATUL TEZEI DE DOCTORAT

**INFLUENȚA STRESULUI ASUPRA ACTIVITĂȚII
ORGANIZAȚIEI.
STUDIU DE CAZ ÎN ORGANIZAȚIILE ȘCOLARE**

CONDUCĂTOR ȘTIINȚIFIC:

Prof. univ. dr. CONSTANȚA POPESCU

DOCTORAND:

GEORGIANA- TATIANA BONDAC

TÂRGOVIȘTE

2019

MULȚUMIRI

Cu deosebită onoare aduc mulțumiri colectivului de cadre didactice din cadrul IOSUD – Școala Doctorală de Științe Economice și Umaniste a Universității Valahia pentru susținerea acordată din punct de vedere științific. Cu respectul cuvenit tuturor, amintesc, câteva nume :

În primul rând aduc deplina mea recunoștință *doamnei profesor universitar dr. Constanța Popescu*, conducător științific profesionist implicat pe parcursul meu de doctorat. Mărturisesc că fără ajutorul, sfaturile și îndemnul domniei sale nu aș fi putut realiza teza de doctorat.

Aș vrea să mulțumesc, totodată, **doamnei prof. univ. dr. Ana Lucia Ristea** pentru sprijinul realizării cercetării empirice și orientării metodologice a demersului științific întreprins.

Cu deosebită dragoste și recunoștință, dedic această teză logodnicului și familiei mele, care au fost alături de mine, m-au sprijinit și m-au încurajat.

Vă mulțumesc!

Drd. Georgiana - Tatiana BONDAC

CUPRINSUL REZUMATULUI TEZEI DE DOCTORAT

CUPRINSUL TEZEI DE DOCTORAT.....	3
CUVINTE CHEIE.....	6
IMPORTANȚA, ACTUALITATEA ȘI NOUȚATEA TEMEI.....	6
POZIȚIONAREA EPISTEMOLOGICĂ A TEZEI DE DOCTORAT.....	7
PROBLEMATICĂ ȘI IPOTEZE.....	7
STRUCTURA TEZEI DE DOCTORAT.....	10
CONCLUZII GENERALE.....	12
APORTURILE (CONTRIBUȚIILE) ȘTIINȚIFICE ALE TEZEI DE DOCTORAT.....	13
PERSPECTIVE DE CERCETARE.....	14
BIBLIOGRAFIE.....	15
CURRICULUM VITAE.....	27
LISTA LUCRĂRILOR ȘTIINȚIFICE.....	30

CUPRINSUL TEZEI DE DOCTORAT

INTRODUCERE / 10

Capitolul 1. STRESUL ORGANIZAȚIONAL: ABORDĂRI TEORETICE ȘI MODELE EXPLICATIVE ALE EMERGENȚEI STRESULUI / 18

- 1.1. Definirea stresului / 18
- 1.2. Factorii și sursele de stres / 23
 - 1.2.1. *Noțiunea „factori de stres” / 23*
 - 1.2.2. *Factori generali de stres / 27*
- 1.3. Cauzele psihologice ale stresului / 30
 - 1.3.1. *Percepția controlului / 32*
 - 1.3.2. *Percepția presiunii timpului / 32*
 - 1.3.3. *Percepția potrivirii angajaților cu locul de muncă pe care îl ocupă / 33*
- 1.4. Consecințele stresului / 33
 - 1.4.1. *Reacții fiziologice la stres / 35*
 - 1.4.2. *Reacții comportamentale la stres / 35*
 - 1.4.3. *Reacții psihologice la stres / 36*
- 1.5. Modele explicative ale emergenței stresului / 38
 - 1.5.1. *Model cadru pentru studiul factorilor de stres într-o organizație / 38*
 - 1.5.2. *Modelul lui MacKay și Cooper / 40*
 - 1.5.3. *Modelul lui Karnas / 41*
 - 1.5.4. *Modelul lui Compernelle / 42*
 - 1.5.5. *Modelul INRCT (Institut national de recherche pour les conditions de travail) / 43*
 - 1.5.6. *Modelul „Job Strain” al lui Karasek / 44*
 - 1.5.7. *Modelul lui Lazarus și Folkman / 45*
- 1.6. Formele de stres existente / 47

- 1.6.1. *Eustres și distres / 47*
- 1.6.2. *Hiperstresul și hipostresul / 49*
- 1.6.3. *Stres fiziologic și stres psihic / 51*
- 1.6.4. *Stresul pozitiv (constructiv) și stresul negativ (distructiv) / 51*

Concluziile capitolului / 54

Capitolul 2. STRESUL ÎN MEDIUL EDUCAȚIONAL / 55

- 2.1. Contextul psihosocial al carierei didactice / 55
 - 2.2. Stresul resimțit de către cadrele didactice / 56
 - 2.3. Factori și riscuri ale stresului profesional al cadrelor didactice / 57
 - 2.4. Factorii care determină stres la elevi / 61
 - 2.5. Stresul și epuizarea profesională (burnout) în sistemul de învățământ / 63
 - 2.5.1. *Cauzele sindromului burnout / 63*
 - 2.5.2. *Etapetele sindromului burnout / 65*
 - 2.5.3. *Simptomele epuizării profesionale / 66*
 - 2.5.4. *Diferențele dintre stres și burnout / 67*
 - 2.6. Efectele negative generate de un management defectuos al clasei / 68
 - 2.7. Stresul cadrelor didactice și al elevilor – mecanismul de adaptare la schimbare / 69
- Concluziile capitolului 72

Capitolul 3. GESTIONAREA STRESULUI ÎN LICEE ȘI COLEGII / 73

- 3.1. Copingul strategie de adaptare și gestionare a stresului / 73
 - 3.1.1. *Stresul versus copingul / 74*
 - 3.1.2. *Strategiile de coping / 75*
 - 3.1.3. *Modelul complex al copingului / 77*
- 3.2. Modalități de prevenție și sprijin împotriva stresului / 79

3.3. Gestionarea timpului / 80

3.4. Strategii de creare a unui ambient pozitiv în clasă / 81

Concluziile capitolului / 87

Capitolul 4. PREZENTAREA SISTEMULUI DE ÎNVĂȚĂMÂNT PREUNIVERSITAR / 88

Capitolul 5. STRESUL PROFESORILOR ȘI ELEVILOR: PERCEPȚII ȘI EXPERIENȚE ALE FACTORILOR DETERMINANȚI AI STRESULUI / 93

5.1. Cadrul conceptual / 93

5.2. Metodologia cercetării întreprinse / 98

*5.2.1. Metodologia sondajului de opinie în rândul profesorilor din
liceele amplasate în județului Dâmbovița / 98*

*5.2.2. Metodologia sondajului de opinie în rândul elevilor din licee
/ 99*

5.3. Rezultatele cercetării de teren / 100

*5.3.1. Rezultatele sondajului de opinie în rândul profesorilor din
eșantionul de licee / 100*

*5.3.2. Rezultatele sondajului de opinie în rândul elevilor din
eșantionul de licee / 140*

Capitolul 6. PÂRGHII STRATEGICE PENTRU AMELIORAREA CLIMATULUI ȘCOLAR / 196

6.1. Climatul școlar: definire, efecte și condiții de ameliorare / 196

6.2. Pârghii strategice de ameliorare a climatului școlar / 199

CONCLUZII /200

CONTRIBUȚII PERSONALE / 201

PERSPECTIVE DE CERCETARE / 201

BIBLIOGRAFIE / 202

LISTA FIGURI / 216

LISTA TABELE / 217

LISTĂ GRAFICE / 218

ANEXE / 220

CUVINTE CHEIE

- Stresul organizațional
- Stresul în mediul educațional
- Gestionarea stresului
- Climatul școlar
- Pârghii strategice

IMPORTANȚA, ACTUALITATEA ȘI NOUȚATEA TEMEI

Stresul, în general, și cel organizațional, în particular, (acesta din urmă fiind denumit deseori și ocupațional profesional), au încetat demult să fie fenomene cu manifestare singulară sau să dețină doar o semnificație personală, devenind între timp, mai ales în condițiile societății actuale, omniprezent, constituind o adevărată problemă socială.

Astfel, stresul ocupațional este cel care dă o măsură a faptului că, locul de muncă, oriunde s-ar afla – într-o sală de studiu sau pe un șantier, într-o hală industrială sau într-un avion, în subteran sau pe o macara - poate fi unul „prietenos” care ajută la stimularea performanțelor profesionale sau, dimpotrivă poate fi un loc care inhibă. Acesta poate fi influențat atât de factorii materiali care fac referire la designul organizațiilor, dar și de factorii spirituali-personali, cum ar fi puterea de a face „haz de necaz” și de a putea trece peste situațiile dificile. În fapt, stresul este un barometru sensibil la orice schimbare care se realizează în mediu, fie ea pozitivă sau negativă.

Așadar, stresul reprezintă un mecanism de adaptare al corpului uman la cerințele și perturbările crescute ale mediului de muncă și de viață, care se manifestă fizic printr-un comportament specific. Elementul definitoriu al comportamentului din punct de vedere psihologic este în general atitudinea. Atitudinea față de activitățile prestate exprimă cât de mult ne displac sau ne plac și se pot modifica în timp. Elementul cel mai important care influențează formarea și schimbarea atitudinii individului este tipul de informații pe care îl utilizează pentru a-și forma propriile atitudini. Aceste informații provin din mediul de muncă, din mediul social și economic în care trăiește și își desfășoară activitatea fiecare persoană.

Principalul obiectiv al cercetării noastre este acela de a demonstra nivelul de stres resimțit de cadrele didactice și elevii din sistemul de învățământ preuniversitar din județul Dâmbovița.

POZIȚIONAREA EPISTEMOLOGICĂ A TEZEI DE DOCTORAT

Din perspectiva epistemologică, tema tezei de doctorat abordează influența stresului asupra activității organizațiilor și măsurile care pot fi luate pentru diminuarea acestuia.

- *Câmpul științific investigat este evoluționist, transversal*, aflat în interconectare cu managementul strategic, marketingul (cercetarea de marketing aplicată în capitolul al cincilea la realizarea sondajului de opinie în rândul a două eșantioane – cadre didactice și elevi din patru categorii de licee din județul Dâmbovița), psihologia, sociologia. Este foarte importantă adâncirea cercetării prin achete transdisciplinare pentru a găsi pârghiile adecvate care iau în considerare calitatea relației cadru didactic – elev.
- *Metodologia* care a stat la baza elaborării tezei de doctorat este adecvată unei *cercetări exploratorii*, având ca scop dezvoltarea de ipoteze pertinente pentru găsirea răspunsurilor la întrebările „Ce?”, „Cine?”, „Cât?”, „Unde?”. Aceste întrebări și-au găsit răspuns prin sondajul de opinie care a permis *culegerea unei serii de informații calitative*.
- *Metodologia și metodele* folosite în elaborarea tezei de doctorat se bazează deopotrivă pe *cunoașterea teoretică* (confirmată de bogata bibliografie de referință consultată).

PROBLEMATICĂ ȘI IPOTEZE

Munca cadrelor didactice este foarte complexă, îndeosebi la clasă, pentru că ea cere, de a fi constant în alertă la tot ce se petrece în clasă atât la nivelul comportamentului elevilor, emoțiilor lor și acumulării lor de cunoștințe. Cadrele didactice au drept provocare de a transmite materia, concomitent cu realizarea unui climat școlar menit să asigure un sentiment de

securitate, de motivare, a elevilor cu efecte pozitive în ameliorarea rezultatelor școlare, permițând totodată reducerea stresului ambelor părți : profesori – elevi.

American Institute for Research (AIR) definește noțiunea de *climat școlar* astfel : „*Climatul trimite la calitatea vieții în școală care include disponibilitatea cadrelor didactice pentru a susține elevii în procesul de învățare, scopurile, valorile, relațiile interpersonale, structuri și practice organizaționale formalizate*”.

O altă definiție reținută de noi este cea a grupului de experți internaționali reuniți la cererea Ministrului Educației Naționale din Franța¹, potrivit căreia „*Climatul școlar este reprezentarea judecății pe care o au părinții, educatorii și elevii despre experiența de viață și de muncă în cadrul școlii*”.

Acest concept - „climatul școlar” – reprezintă o nouă paradigmă în știința educației. Având ca referință teoretică această paradigmă, demersul nostru de realizare a tezei de doctorat este circumscris sferei calității activității în licee și colegii.

Trei probleme științifice au fost reținute ca puncte de interes major în elaborarea studiului nostru:

- *Calitatea vieții profesorilor este dependentă de interacțiunile cu elevii*: această interacțiune se bazează pe percepția pe care o au cadrele didactice despre elevii lor, însă de asemenea și despre situațiile pe care le trăiesc potrivit contextului în care ei se găsesc. Acționarea asupra climatului școlar, munca emoțională, reprezentările meseriei și recrutarea cadrelor didactice pot să fie factori de ameliorare a acestor interacțiuni.
- *Sentimentul de eficacitate este considerat ca un factor de protecție*: pârghiile de acțiune în acest domeniu se situează la nivelul formării: de formatori de orientare în gestionarea stresului, a directorilor instituțiilor de învățământ în managementul participativ, a cadrelor didactice în managementul clasei și aspectele psihosociale ale meseriei.
- *Calitatea vieții în școală depinde de calitatea climatului școlar*: în consens cu lucrările din acest domeniu, dar de asemenea privind stresul în muncă, se recomandă de către specialiștii să se îmbine două abordări ale sănătății – pe de o parte, salutogenică², iar pe de altă parte, preventivă a riscurilor – ceea ce poate

¹Debarbieux et al. (2012), Le „climat scolaire”: définition, effets et conditions d’amélioration, Rapport au Comité scientifique de la direction de l’enseignement scolaire, Ministère de l’Education Nationale, MEN-DGESCO/Observatoire International de la Violence à l’École.

²Salutogeneza = o abordare medicală care se concentrează pe factorii care susțin sănătatea umană și bunăstarea, mai degrabă decât pe factorii care provoacă boala (patogeneza). Modelul salutogen se referă la relația dintre

să sprijine instaurarea unui climat de securitate psihosocial, prealabil climatului școlar.

Construcția unui climat școlar de calitate trebuie să se fondeze pe dimensiunea relațională în procesul muncii printr-un set de obiective:

- Respectarea diversității;
- Decizii partajate;
- Participare a elevilor la procesul de formare și la construcția normei școlare;
- Colaborare, ajutor (sprijin), muncă asociativă (cooperare);
- Susținere socială;
- Viziune partajată părinți – profesori privind actul educațional și comportamentul;
- Programe de asistență familiilor

În cadrul tezei de doctorat, pentru a descoperi nivelul de stres atât al cadrelor didactice cât și al elevilor s-au elaborat, pentru fiecare în parte, un obiectiv central și patru respectiv trei ipoteze.

Obiectivul central al sondajului în rândul profesorilor din cele patru tipuri de licee (licee tehnologice, licee teoretice, colegii, licee vocaționale), îl constituie cunoașterea factorilor reali și potențiali stresanți pentru profesori în relație cu elevii din clasele unde își desfășoară activitatea didactică.

În interpretarea rezultatelor sondajului s-au avut în vedere următoarele ipoteze:

- **Ipoteza 1:** Profesorii realizează numeroase activități în același timp.
- **Ipoteza 2:** Timpul alocat de către profesori pentru activitățile desfășurate în afara clasei este relativ mare, afectând starea lor de oboseală.
- **Ipoteza 3:** Profesorii colaborează între ei. Contactele cu colegii variază după școală.
- **Ipoteza 4:** Profesorii acordă un timp mai redus, decât ar fi necesar, problemelor generatoare de stres în rândul elevilor.

Obiectivul central al sondajului în rândul elevilor îl constituie evaluarea percepțiilor acestora în raport cu stresul pe care îl resimt în legătură cu activitatea lor cotidiană.

Cercetarea a vizat și o serie de obiective secundare care să ofere o analiză în profunzime a fenomenului stres:

sănătate, stres și coping. Termenul a fost inventat de Aaron Antonovsky, profesor în sociologie medicală, sursă: wikipedia.

- Percepția elevilor asupra stării actuale a climatului școlar la nivelul liceului lor;
- Cunoașterea unor modalități de petrecere a timpului liber cu impact asupra stării de oboseală fizică;
- Cunoașterea anumitor variabile de identificare a caracteristicilor elevilor din perspectiva mediului lor familial.

Ipotezele cercetării de teren ce au fost urmărite (confirmarea lor) prin realizarea sondajului în rândul elevilor sunt:

- **Ipoteza 1:** Majoritatea elevilor este consumatoare de informații prin NTIC.
- **Ipoteza 2:** Gradul redus al participării la diferite activități culturale / sportive în afara liceului.
- **Ipoteza 3:** Absența unui sistem de valori care să-i ajute în gestionarea stresului.

STRUCTURA TEZEI DE DOCTORAT

Teza de doctorat este structurată în **șase capitole**, la care se adaugă **introducerea** și o **secțiune finală de concluzii generale, contribuții personale și perspective de cercetare**.

Teza de doctorat intitulată „*Influența stresului asupra activității organizației. Studiu de caz în organizațiile școlare*” se constituie într-un demers științific elaborat pe parcursul a 200 de pagini (la care se adaugă 85 tabele, 40 figuri, 100 grafice, 10 anexe). Demersul este susținut de 201 surse bibliografice, prin intermediul căreia se evidențiază influența stresului asupra cadrelor didactice și elevilor din sistemul de învățământ.

Primele trei capitole abordează noțiunile teoretice esențiale privind aspectele generale ale stresului și modul cum acesta apare în organizațiile școlare, al patrulea capitol prezintă sistemul de învățământ preuniversitar din județul Dâmbovița, capitolul al cincilea este dedicat studiului empiric structurat pe două axe: influența stresului asupra activității didactice a cadrelor didactice din sistemul de învățământ liceal din județul Dambovița și influența stresului asupra activității școlare a elevilor din sistemul de învățământ liceal din județul Dambovița. Ultimul capitol prezintă pârghiile strategice pentru ameliorarea climatului școlar.

Capitolul 1. -„Stresul organizațional: abordări teoretice și modele explicative ale emergenței stresului ”- prezintă contextul teoretic în legătură cu problematica tezei noastre de doctorat. Capitolul își propune, în prima secțiune, definirea stresului, pentru ca în secțiunile următoare să prezinte câmpul teoretic dominant legat de analiza transversală a factorilor și

surselor de stres, cauzelor psihologice ale stresului, consecințelor (efectelor) stresului, modelelor explicative ale emergenței stresului, formelor de stres existente.

Capitolul 2. - „Stresul în mediul educațional”- abordează situația psihosocială a carierei didactice, stresul resimțit de profesori, factorii și riscurile stresului profesional al cadrelor didactice, precum și factorii care determină stresul la elevi. Alte două aspecte care au fost analizate în detaliu sunt stresul și epuizarea în sistemul de învățământ și efectele negative generate de un management defectuos al clasei. Pentru că școala este un loc / mediu important pentru copiii/tineri și un loc de muncă pentru profesorii lor, problema stresului resimțit deopotrivă de către cadrele didactice și elevi este un subiect major care trebuie luat în considerație în politicile publice dedicate educației naționale. Într-un context profesional bazat pe relația pedagogică, apare de la sine că a studia factorii și riscurile stresului resimțit de cadrele didactice în relație cu factorii și riscurile stresului resimțit de către elevi necesită o analiză de intercondiționalitate a celor două categorii de actori care sunt co-producători ai actului educațional.

Capitolul 3. - „Gestionarea stresului în licee și colegii” – prezintă aspectele teoretice ale copingului, stresul versus coping, strategiile de coping pe cele trei direcții (direcția dublu sens, direcția „înspre” și direcția „înapoi”), o serie de modalități de prevenție și sprijin împotriva stresului, gestionarea corectă a timpului și strategiile de creare a unui ambient pozitiv în clasă.

Capitolul 4. - *Prezentarea sistemului de învățământ preuniversitar*” – este dedicat expunerii amănunțite a sistemului de învățământ liceal din județul Dâmbovița. Acest capitol evidențiază situația cadrelor didactice care își desfășoară activitatea didactică în cadrul liceelor din județul Dâmbovița, repartizarea acestora în funcție de norma de bază care a fost declarată, vârsta, vechimea, gradul didactic și ariile curriculare în învățământ și repartizarea elevilor dâmbovițeni pe cele patru categorii de licee.

Capitolul 5. - „Stresul profesorilor și elevilor: percepții și experiențe ale factorilor determinanți ai stresului”- este dedicat cercetării empirice. Acest capitol dezvoltă într-o manieră empirică, pornind de la o analiză calitativă – pe baza a două sondaje de opinie – un model de evaluare a factorilor de risc cu care se confruntă profesorii și elevii din licee / colegii în munca lor specifică actului educațional de formare a tinerilor (adolescenților). Scopul acestor două sondaje de opinie este de a înțelege trăirile profesorilor și ale elevilor în condițiile în care își desfășoară activitatea. Este vorba de un demers exploratoriu care vizează culegerea de informații raportându-ne la o serie de factori potențiali stresanți, prezenți în viața cotidiană a actorilor investigați.

Capitolul este structurat în trei secțiuni. Prima secțiune definește cadrul conceptual al cercetărilor de teren întreprinse. Secțiunea a doua prezintă metodologia abordării acestor cercetări, pentru ca în secțiunea finală să fie prezentate rezultatele prelucrării și analizei informațiilor culese prin cele două sondaje de opinie: unul în rândul unui eșantion de cadre didactice din cele patru tipuri de licee din județul Dâmbovița, cel de al doilea în rândul unui eșantion de elevi ai acestor licee ce formează eșantionul investigat.

Capitolul 6. - „Pârghiile strategice pentru ameliorarea climatului școlar” - are ca puncte de referință o bogată literatură de specialitate, demersul nostru a urmărit în principal conturarea unui set de pârghii strategice axate pe ameliorarea climatului școlar, acesta fiind garantul asigurării condițiilor necesare gestionării reale a stresului în mediul școlar. Capitolul debutează cu o prima secțiune în care sunt sintetizate elementele definitorii ale paradigmei „climat școlar”. În partea a doua a capitolului sunt elaborate pârghiile strategice pentru crearea unui climat școlar favorabil reușitei elevilor în procesul de dobândire de competențe în lupta lor cu stresul.

CONCLUZII GENERALE

Mediul de muncă în învățământ furnizează elemente stresante importante. Ratterree³ rezumă bine această problemă : „*Stresul are numeroase cauze*, toate legate de puternicile presiuni care *se exercită în mediul școlar* ca și *în afara școlii*. La nivelul instituției de învățământ (școala), se relevă probleme de disciplină, de violență, de clase supraaglomerate și de orare constrânse, aceste dificultăți, combinate obligă cadrele didactice să presteze o muncă din ce în ce mai intensivă. Profesorii suportă din ce în ce mai puțin bine agresiunea (hărțuiala) părinților și a responsabililor politici din ce în ce mai exigenți privind calitatea învățământului, mai ales când partea din bugetul public consacrată acestui sector nu a crescut și chiar s-a redus în multe țări”.

Cadrele didactice își desfășoară o bună parte a timpului la locul de muncă, fiind implicate în relații atât cu beneficiarii serviciilor oferite (elevii), cât și cu alte cadre didactice (profesori, directori, inspectori etc). Toate aceste relații, necesită un mare efort afectiv,

³Ratterree, W. (1981), *Emploi et conditions de travail des enseignants*, Genève, Bureau International du Travail.

intelectual, psihic și chiar fizic. În același timp, activitățile didactice (predare, îndrumare, evaluare) necesită și ele un mare efort. Pentru pregătirea lecției sunt necesare mai multe ore de studiu, iar cu timpul acestea sunt consumatoare de resurse (de timp, dar și financiare), cadrele didactice de multe ori renunțând la activitățile personale pentru a fi la „curent” cu informațiile din domeniu.

Pentru elevi timpul petrecut la școală, în mod ideal, ar trebui să fie dedicat curiozităților, descoperirilor, educării și dezvoltării personale. Realitatea este diferită, deoarece: programele sunt încărcate, iar elevii sunt supuși la numeroase teste și evaluări, și trebuie să acumuleze un volum mare de cunoștințe. Toate acestea demonstrează că timpul petrecut de elevi la școală sau cu activitățile școlare este unul dintre cele mai stresante pentru copii și părinții lor. Astfel, pentru a putea vorbi de sentimentul de stres, nu este suficient să urmărim solicitările care vin înspre copil, ci și la capacitatea pe care o are (copilul / elevul) pentru a face față acestora.

După cum sublinia Everly⁴, este astăzi recunoscut că răspunsul la stres poate să difere de la un individ la altul. Anumite predispoziții joacă un rol important asupra acestui răspuns la stres (personalitate, probleme de sănătate deja existente), însă unul din factorii importanți îl reprezintă *capacitatea de gestiune a persoanei stresate*.

Capacitatea de gestiune este procesul prin care un individ gestionează cererile relațiilor persoană – mediu, care sunt considerate ca stresante precum și emoțiile pe care le generează. Potrivit multor autori, indivizii nu trăiesc pasiv evenimentele. Ei modifică constant mediul lor pentru a găsi condiții compatibile cu dorințele și posibilităților lor.⁵⁶

APORTURILE (CONTRIBUȚIILE) ȘTIINȚIFICE ALE TEZEI DE DOCTORAT

1. **O primă contribuție științifică este pusă în valoare** de demersul nostru fundamentat pe documentarea făcută din numeroase surse bibliografice (publicații obținute prin motoare de căutare pe google în domeniul științelor umane și sociale, rapoarte de anchete internaționale, lucrări al căror subiect se referă la tema tezei noastre de doctorat - stresul și factorii de stres în activitatea didactică). Această pertinentă

⁴Everly, G. (1990), *A clinical guide to treatment of the human stress response*, New York: Plenum.

⁵ Choque, J., Choque, S. (1993), *Guide anti-stress le bien être du soignant*, Paris: Éditions Lamarre.

⁶ Lazarus, R. S., Folkman, S. (1984), *Stress, appraisal and coping*, New York, Springer publ. Co.

documentare conferă valențe pragmatice tezei de doctorat prin articularea între curentele teoretice și specificitățile sectorului educațional.

2. **În al doilea rând**, am abordat de o manieră sistemică efectul relației „cadru didactic – elev” privind calitatea vieții lor, cu scopul de a elabora câteva recomandări pornind de la cercetările internaționale.
3. **În al treilea rând**, capitolul al șaselea a fost construit pe noua paradigmă a climatului școlar ce trimite la conceptul de calitate a vieții în școală, incluzând disponibilitatea profesorilor pentru susținerea elevilor în procesul lor de învățare, scopurile, valorile, relațiile interpersonale, structurile și practicile organizaționale formalizate. Este de subliniat, valoarea adăugată a capitolului al șaselea prin abordarea climatului școlar în componenta sa relațională. Astfel, ne-am însușit punctele de vedere ale comunității de cercetători științifici ai acestui subiect, acordând o atenție deosebită necesității de a construi un climat școlar de calitate a cărei dimensiune relațională trebuie să se regăsească pe diferite niveluri:
 - Respectarea diversității;
 - Decizii partajate;
 - Participare a elevilor în procesul de învățare și în construcția normei școlare;
 - Colaborare, muncă în echip;
 - Susținere socială;
 - Viziune partajată părinți – profesori privind învățarea și comportamentul elevilor

PERSPECTIVE DE CERCETARE

Limitele cercetării sugerează mai multe piste de cercetare care ar permite completarea nivelului atins în interpretarea fenomenului cercetat - stresul. Avem în vedere:

- Posibilitatea de a face cercetări, analoage, cu informații culese în alte școli situate în medii diferite, pentru a putea vedea similitudinile și diferențele atât pe planul factorilor de stres, cât și al mijloacelor de gestiune utilizate;
- Elaborarea de studii mai complexe privind intensitatea situațiilor stresante cu care se confruntă profesorii și strategiile creative utilizate pentru contracararea stresului.

BIBLIOGRAFIE

Cărți

1. Aniței M., (2007), Psihologie experimentală, Editura Polirom, Iași.
2. Arbnor I., Bjerke B., (2009), Methodology for creating business knowledge, 3. ed., Sage, Thousand Oaks, Calif.
3. Ashkanasy N., Wilderom C., Peterson M., (2000), Handbook of organizational culture and climate, Thousand Oaks, CA: Sage.
4. Bakacsi G., (2004), Organizational Behavior and Leadership, KJK, Budapes.
5. Bandura A., (2000), Cultivate self-efficacy for personal and organizational effectiveness, În: E. A. Lock (Ed.).
6. Bejestani H., (2011), Improving project change management using leadership spirit, Virginia Beach, VA: Regent University School of Leadership Studies.
7. Bellman S., Forster N., Still N., Cooper C., (2003), Gender differences in the use of social support as a moderator of occupational stress, Stress and Health, 19.
8. Biron C., (2012), What work, for whom, in which context? Researching organizational interventions on stress and well-being using realistic evaluation principles, In Biron, C., Karanika- Murray, M. and Cooper, C. (Eds.), Improving organisational interventions for stress and well-being. Addressing process and context, Hove: Routledge.
9. Blank R., Schroder J. P., (2011), Managementul stresului, Editura All, București.
10. Blaug R., Kenyon A., Lekhi R., (2007), Stress at Work, The work foundation, London.
11. Bogathy Z., (2004), Manual de psihologia muncii și organizațional, Editura Polirom, Iași.
12. Brilon M., (2010), Emoții pozitive, emoții negative și sănătatea, Editura Polirom, Iași.
13. Capotescu R., (2006), Stresul ocupațional, teorii, modele, aplicații, pp. 25-80, Editura Lumen, Iași.
14. Cocoara M., (2005), Stresul. Definiere, manifestare, prevenire, Editura Crisserv, Medias.
15. David D., (2006), Tratat de psihoterapie, Editura Polirom, Iași.
16. Dimitriu M. C., Cirkovic A. M., (2012), Managementul stresului organizațional, Editura Pro Universitaria.
17. Douillet Ph., (2013), Prévenir les risques psychosociaux: outils et méthodes pour réguler le travail. Editions de l'Anact.

18. Dupuy F., (2002), *The Chemistry of Change: Problems, Phases and Strategies*, Palgrave, Houndmills, London.
19. Ellis A., (2009), *Cum să vă controlați anxietatea. Terapia comportamentului emoțional*, Editura Meteor Press, București.
20. Avram E., Cooper C. L., (2008), *Psihologie organizațional-managerială. Tendințe actuale*, Editura Polirom,
21. Frățilă C., Duică M. C., (2014), *Managementul resurselor umane: Concepte. Practici. Tendințe*, Ed. Bibliotheca, Târgoviște.
22. Gallwey T. W., (2011), *Jocul interior și stresul*, Editura Spandugino, București.
23. Janot-Bergugnat L., Rasclé N., (2008), *Le stress des enseignants*, Paris, Ed. Armand Colin.
24. Kraiopoulos S., (2015), *Stresul. Cum se naște și cum se vindecă*, Editura Bizantina. București.
25. Petrescu M., (2010), *Managementul informației, Vol. II*, Editura Bibliotheca, Târgoviște.
26. Petrescu M., Stegăroiu I., Duică A., Popescu E., (2011), *Managementul schimbării*, Editura Bibliotheca, Târgoviște.
27. Petrescu M., Stegăroiu I., Năbărjoiu N., (2010), *Managementul schimbării și riscului*, Editura Bibliotheca, Târgoviște.
28. Popescu C., (2009), *Economie. Curs universitar*, Editura Bibliotheca, Târgoviște.
29. Popescu C., (2004), *Structura organizațiilor*, Editura Bibliotheca, Târgoviște.
30. Popescu C., (2009), *Managementul serviciilor publice*, Editura University Press, Târgoviște.
31. Popescu D., (2006), *Cultura organizațională și etica în afaceri*, Editura ASE, București.
32. Ristea A. L., Ioan-Franc V., Popescu C., (2017), *Metodică în cercetarea științifică*, Ed. Expert, București.
33. Saunier E., (2008), *Să muncim fără stres*, Editura Curtea Veche, București.
34. Schroder J. P., (2011), *Cum să depășim burnout-ul. Suprasolicitarea emoțională și profesională*, Editura ALL, București.
35. Stanculescu E., (2015), *Managementul stresului în mediul educațional*, Editura Universitară, București.
36. Zlate M., (2007), *Tratat de psihologie organizațional – managerială, Vol II*. Editura Polirom, Iași.

Articole științifice

37. Abrahamson E., (2000), *Change without pain*, Harvard Business Review, vol. 78(4).

38. Ackfeldt A., Malhotra N., (2013), Revisiting the role stress-commitment relationship: can managerial interventions help? *European Journal of Marketing*, 47 (3).
39. Andrews J., (2008), *Managers' experience of organizational change in theory and practice*, Journal of Organizational Change Management, vol. 21(3).
40. Antoniou A.-S., Ploumpi A., Ntalla M., (2013), *Occupational Stress and Professional Burnout in Teachers of Primary and Secondary Education: The Role of Coping Strategies*, Psychology 4(3A), 349-355.
41. Ashworth R., Boyne G., Delbridge R., (2007), *Escape from the iron cage? Organizational change and isomorphic pressures in the public sector*, Journal of Public Administration Research and Theory, vol. 19.
42. Babatunde A., (2015), *Organisational Stress: Theoretical Reflections and Proposed Directions for Management Research and Practice*, Economic Insights – Trends and Challenges, Elizade University, P.M.B. 002, Ilara-Mokin, Ondo State, Nigeria, Vol.IV(LXVII), No. 4/2015.
43. Babatunde A., *Occupational Stress: A Review on Conceptualisations, Causes and Cure*, Economic Insights – Trends and Challenges, University of Wales, United Kingdom, Royal Hill, London, Vol. II (LXV), No. 3/2013.
44. Barnard M., Stoll N., (2010), *Organisational Change Management: A rapid literature review*, National Centre for Social Research, Short Policy Report No. 10/01, Bristol.
45. Bartunek J., Michael K., (2001), *First order, second order and third order change and organization development interventions: a cognitive approach*, Journal of Applied Behavioral Sciences, vol. 22, no. 4.
46. Billecho H., (2007), *Rapport sur l'enquête du CSEE sur le stress au travail des enseignants*, Comite sindical european de l'éducation.
47. Bondac G. T., Hrestic M. L., (2017), *Burnout Syndrome – Theoretical Aspects*, Revista Economica Contemporana, Vol. 2, Nr. 2 /2017, ISSN 2537 – 4222, ISSN-L 2537 – 4222, Pitești, pp. 119-124, http://www.revec.ro/images/images_site/articole/article_8d03dad008a44253055c8d221c165ba4.pdf
48. Bondac G. T., Hrestic M. L., (2017), *Changes in the Organizational Environment - Stress and/or Progress Factor*, Valahian Journal of Economic Studies, Volume 8 (22), Issue 4, ISSN-L 2067-9440 / ISSN 2344-4924, pp.53-58, http://www.vjes.eu/images/2017/issue4/8.%20bondac_hrestic_mocanu_bun.pdf
49. Bondac G. T., Hrestic M. L., Sinisi I. C., (2017), *The Mobbing Phenomene and its Impact on the Employees Activity*, Lumen Proceedings, Proceedings Volume: Risk in

Contemporary Economy, Volume 1, Issue 1, ISBN: 978-973-166-496-5 | e-ISBN: 978-973-166-483-5, October Iași, pp. 274-293,
http://lumenpublishing.com/proceedings/wpcontent/uploads/2017/11/RCE_2017_274-283.pdf

50. Bondac G. T., Hrestic M.-L., Dănciulescu L.-A., (2017), *Coping, Strategy for Adapting and Managing Stress*, Revista Strategii Manageriale (Management Strategies), Revista nr. nr. IV (38) / 2017, Editura Independența Economică, ISSN 2392 – 8123, ISSN–L 1844 – 668X, pp. 338-344, Pitești, http://www.strategiimanageriale.ro/images/images_site/categorii_articole/pdf_categorii_e_49ff66fc8a92339c3e1a08142ec9b18a.pdf
51. Bondac G. T., (2017), *Le changement, un défi permanent au sein des organisations*, Revue Valaque d'Etudes Economiques (RVEE), Volume 8(22), NO. 2/2017, ISSN 2067 – 9459, Târgoviște, pp. 17-22, http://www.rvee.eu/images/2017/no2/6.rvee%20vol.8%2022%20no_2_bondac.pdf
52. Bondac G. T., Popescu C., (2017), *Influence of Emerging Psychosocial Risks and Workplace Stress*, Revista Strategii Manageriale (Management Strategies), Revista nr. 1 (35) /2017, Editura Independența Economică, ISSN 1844 - 668X, Pitești, pp. 726-731,
53. Borg M., (1990), *Occupational stress in British educational settings: A review*, Educational Psychology, 10, pp. 103- 126.
54. Brewer M., Chen. I., (2007), *Where (who) are collectives in collectivism? Toward conceptual clarification of individualism and collectivism*. Psychological Review.
55. Brough P., Pears J., (2004), *Evaluating the influence of the type of social support on job satisfaction and work related psychological well being*, Internațional Journal of Organizațional behavior.
56. Brun J.-P., Lamarche C., (2006), *Assessing the Costs of Work Stress*, University of Laval, Canada.
57. Burke W., Lake D., Paine J., (2009), *Organisation change a comprehensive reader*, John Wiley & Sons, Jossey-Bass, San Francisco.
58. Burnes B., (2004), *Managing Change: A Strategic Approach to Organisation Dynamics*, 4th edition, Pitman Publishing.
59. Byrd J. T., Thornton J. C., (2013), *Job Role Change and Leadership Development*, Journal of American Academy of Business, Cambridge, 18(2), 75-80.

60. Caluwe E., Vermaak H., (2003), *Learning to Change: A Guide for Organization Change Agents*, London: Sage Publications.
61. Cameron K., Quinn R., (2006), *Diagnosing and Changing Organizational Culture. Based on the Competing Values Framework*, John Wiley & Sons, San Francisco, USA
Academy of Management Learning and Education Journal.
62. Cameron E., Green M., (2004), *Making sense of change management a complete guide to the models, tools & techniques of organizational change*, Kogan Page, London.
63. Canadian Teacher's Federation, (1982). Teachers stress. Ottawa: CTF.
64. Chang K., Lu L., (2007), *Characteristics of Organisational Culture Stressors and Wellbeing*, Journal of Managerial Psychology, 22(6): 549-568.
65. Chouanière D., Langevin V., Guibert A., (2007). Stress au travail: les étapes d'une démarche de prévention. Repères pour le préventeur en entreprise. Paris: INRS (Institut national de recherche et de sécurité).
66. Clancy T. R., (2011), *Improving Processes through Evolutionary Optimization*, Journal of Nursing Administration, 41, 340- 342.
67. Colligan T. W., Higgins E. M., (2005), *Workplace stress: Etiology and consequences*, Journal of Workplace Health, 21, 2.
68. Connors R., Smith T., (2011), *Change the Culture Change the Game*, Penguin Group Inc., New York.
69. Cook S., Macaulay S., (2004), *Change management excellence: using the four intelligences for successful organizational change*, Kogan Page Ltd., London.
70. Cooper C. L., Robertson I., (2003), *International Review of Industrial and Organizational Psychology 2003*, Volume 18, Wiley.
71. Corbin J., Strauss A., (2008), *Basics of qualitative research: techniques and procedures for developing grounded theory*, 3. ed. SAGE, Thousand Oaks, Calif.
72. CSEE Comité syndical européen de l'éducation Le stress au travail des enseignant(e)s - Analyse, comparaison et évaluation de l'impact des risques psychosociaux sur les enseignant(e)s sur leur lieu de travail dans l'UE.
73. Cummings T., Worley C., (2009), *Organization Development & Change*, South Western Cengage Learning, Mason.
74. Cummings T., Worley C., (2001). *Organization Development and Change*. Cincinnati, OH: South-Western College Publishing.
75. Delaunois M., Malchaire J., Piette A., (2002), *Classification des méthodes d'évaluation du stress en entreprise, dans Médecine du travail & ergonomie*, volume 39, N° 1.

76. Demers C., (2007), *Organizational change theories, a synthesis*, SAGE Publications, Los Angeles, London, New Delhi, Singapore.
77. Dewe P. J., O'Driscoll M. P., Cooper C., (2010), *Coping with work stress: A review and critique*, Chichester: Wiley-Blackwell.
78. Dinu M., (2011). Mentorat educațional: de ce, când, cum? Comunicare scrisă la Sesiunea internațională de comunicări științifice Criză. Schimbare. Educație, organizată de Departamentul pentru Pregătirea Personalului Didactic, Academia de Studii Economice București, iunie 2011.
79. Dinu M., (2014a), 365 de exerciții de recunoștință. Pentru minte, trup și suflet. Blog [<http://mindfultree.wordpress.com>].
80. Edmondson A., Roberto M., Watkins M., (2012), *A Dynamic Model of Top Management Team Effectiveness: Managing Unstructured Task Streams*, The Leadership Quarterly, Vol. 14, No. 3.
81. Ehtesham U., Muhammad T., Muhammad A., (2011), *Relationship between Organizational Culture and Performance Management Practices: A Case of University in Pakistan* Journal of competitiveness 4/2011.
82. Elving W., (2005), *The role of communication in organisational change*, Corporate Communications: An International Jurnal, Volume 10, Number 2.
83. Eraslan L., (2004), *A post-modern paradigm in leadership: transformational leadership*. Journal of International Human Sciences, 1(1).
84. Erdil O., Keskin H., (2004), *The efficacy of performing work change, the efficacy of information system and the characteristics of organizational change*. Yönetim, 15(47).
85. Fairbrother K., Warn J., (2003), *Workplace Dimensions, Stress and Job Satisfaction*, Journal of Managerial Psychology, 18(1):8-21.
86. Flook L., Goldberg S. B., Pinger L., Bonus K., Davidson R. J., (2013), *Mindfulness for Teachers: A Pilot Study to Assess Effects on Stress, Burnout, and Teaching Efficacy*, Mind, Brain, and Education, 7: 182–195. doi: 10.1111/mbe.12026.
87. Folkman S., (2011), *Stress, health, and coping: Synthesis, commentary, and future directions*. In S. Folkman (Ed.), *The Oxford handbook of stress, health, and coping* (pp. 453–462). Oxford: Oxford University Press.
88. Ford J., Ford L., (2008), *Resistance to change: the rest of the story*, Academy of Management Review, Vol. 33 No. 2.
89. Ford J., Ford L., (2010), *Stop blaming resistance to change and start using it*, Organizational Dynamics, Vol. 39 No. 1.

90. Fotinos G., Horenstein J. M., (2011), *La qualité de vie au travail dans les lycées et collèges: le burnout des enseignants* (Collection MGEN ed.), Paris.
91. Franken A., Edwards C., Lambert C., (2009), *Executing strategic change: understanding the critical management elements that lead to success*, *California Management Review*, Vol. 51, No. 3, pp. 49–73.
92. Friedman I. A., (2000), *Burnout in teachers: Shattered dreams of impeccable professional performance*, *Journal of Clinical Psychology*, 56(5), pp. 595-606.
93. Fullan M., (2011), *Change leader: learning to do what matters most*, New York, NY: Wiley.
94. Gail F., (2010), *A process model of organizational change in cultural context (OC3 model)*, *Journal of Leadership & Organizational Studies*.
95. Giga S. L., Cooper C. L., Faragher B., (2003), *The development of a framework for a comprehensive approach to stress management interventions at work*, *International Journal of Stress Management*, 10(4).
96. Gilbous S., Shirom A., Fried Y., Cooper C., (2008), *A meta-analysis of work demands stressors and job performances, Examining men and moderating effects*, *Personnel Psychology*, 61.
97. Gillespie B. M., Chaboyer W., Wallis M., (2007), *Development of a Theoretically Derived Model of Resilience through Concept Analysis*, *Contemporary Nurse*, 25,124-135.
98. Gizir S., (2008), *Organizational culture and organizational learning in organizational change process*, *Journal of Educational Faculty of Mersin University*, 4(1).
99. Goleman D., McKee A., Boyatzis R., (2007), *Inteligența emoțională în leadership*, Bucuresti, Editura CurteaVeche, București.
100. Grawitch M. J., Barber L. K., Justice L., (2010), *Rethinking the work-life interface: It's not about balance, it's about resource allocation*, *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 2(2).
101. Grebner S., Berlowitz I., Alvarado V., Cassina M., (2010), *Résumé de l'étude sur le stress 2010. Le stress chez les personnes actives occupées en Suisse*, Secrétariat d'Etat à l'économie, (SECO), Conditions de travail, Haute école de psychologie appliquée de la Haute école spécialisée de la Suisse du Nord Ouest (FHNW), Institut de l'homme dans des systèmes complexes, www.seco.admin.ch.
102. Grébot E., (2008), *Stress et burnout au travail: identifier, prévenir, guérir*, Paris: Eyrolles – Éditions d'Organisation.

103. Guerts S. A. E., Sonnentag S., (2006), *Recovery as an explanatory mechanism in the relation between acute stress reactions and chronic health impairment*, Scandinavian Journal of Work, Environment and Health, vol. 32.
104. Guerts S. A. E., Sonnentag S., (2006), *Recovery as an explanatory mechanism in the relation between acute stress reactions and chronic health impairment*, Scandinavian Journal of Work, Environment and Health, 32.
105. Gustavsson B., (2007), *The principles of knowledge creation: research methods in the social sciences*, Edward Elgar, Cheltenham.
106. Haddoum M., (2011), *Cum să-ți întărești încrederea în tine*, Editura Trei, București.
107. Hamburdă (Bauer) R. O., Bondac G. T., (2018), *Etapetele unei schimbări eficiente în organizațiile școlare preuniversitare*, Procedia of International Multidisciplinary Conference ICM 2018 „Innovation, Creativity and Management in the 21st century. Perspectives in Education”, Academia Publishing AEEPEC, ISBN 978-1-9998738-7-5, Turcia, pp. 212-217.
108. Hargrove M. B., Quick J. C., Nelson D. L., Quick J. D., (2011), *The theory of preventive stress management: A 33-year review and evaluation*, Stress and Health, John Wiley and Sons, 27.
109. Hart P. M., Cooper C. L., (2001), *Occupational stress: Toward a more integrated a more integrated framework*. In Anderson, N., Ones, D. S., Sinangil, H. K. and Viswesvaran, C. (Eds).
110. Härtel Ch. E., Wilfred J., Zerbe J., Ashkanary N. M., (2005). *Emotions in Organizational Behavior*, LEA Publishers.
111. Hellriegel D., Slocum J.W., (2004), *Comportamiento organizacional*. Décimaedición. México. Thomson.
112. Henry O., Evans A. J., (2008). *Occupational stress in organisations*. Journal of Management Research, 8 (3).
113. Hrestic M. – L., Bondac G., (2016), *The Factors Influencing Organizational Stress*, Supplement of Quality - Access to Success Journal, Vol. 17, ISSUE S2, 2016 ISSN 1582-2559 (electronic format, on CD-ROM), a CNCSIS cited category B+ and indexed BDI into the international databases: SCOPUS, EBSCO, CABELL'S, PROQUEST, la pp. 79-84, <http://search.proquest.com/docview/1793541320?pq-origsite=gscholar>
http://www.strategiimaneriale.ro/images/images_site/categorii_articole/pdf_categorie_7cc1cc724584196d6488870de82cf102.pdf.

114. Hudson K., (2016), *Coping Complexity Model: Coping Stressors, Coping Influencing Factors, and Coping Responses*, *Psychology*, 7, 300-309.
115. Husain Z., Farooq A., (2013), *Instrument Development to Measure Organizational Change and Balanced Scorecard*, *The Business & Management Review*, vol. 3(2).
116. Ignat A., A., (2010), “*Teachers’ Satisfaction with Life, Emotional Intelligence and Stress Reactions*”, *Journal of Educational Sciences & Psychology Ed. Psy.*
117. Ingersoll R., Strong M., (2011). The impact of induction and mentoring for beginning teachers: A critical review of the research. *Review of Educational Research*, 81 (2).
118. Jex S. M., (2002), *A Science-Practitioner Approach - Organizational psychology*, John.
119. John T., (2015), *Resistance to change: a social psychological perspective*, *Social Research* Vol. 82, No. 3.
120. Jones G., (2004), *Organization theory, design, and change*, New York: Addison-Wesley Publishing Company.
121. Jos H., (2012), *Professional discourses and resistance to change*, *Journal of Organizational Change Management*.
122. Kamugisha S., (2013), *The effects of change management in an organisation: a case study of National University of Rwanda (NUR)*, *Wyno Journal of Management & Business Studies* Vol. 1(1), pp. 1-18.
123. Kelloway E. K., Teed M., Kelly E., (2008). *The psychosocial environment: Towards an agenda for research*. *International Journal of Workplace Health Management*, 1, 1.
124. Khazanchi S., Rothenberg S., (2006), *Report on “nurturing organizational innovation during change”* Printing Industry Center at RIT.
125. King N., (1995), *Innovation and change in organisations*, Routledge, London.
126. King S. L., Hegadoren K. M., (2006), *An Integrative Science Approach: Value Added in Stress Research*, *Nursing and Health Sciences*, 8, 114-119.
127. Kinman G., Jones F., (2008), *Effort-reward imbalance, over-commitment and work-life conflict: testing an expanded model*, *Journal of Managerial Psychology*, 23, 3.
128. Knudsen H. K., Ducharme L. J., Roman P. M., (2007), *Job stress and poor sleep quality: data from an American sample of fulltime workers*, *Social Science & Medicine*.
129. Kock N., (2005), *Business process improvement through e-collaboration: knowledge sharing through the use of virtual groups*, IGI Global, Hershey PA.
130. Kossek E. E., Kalliath T., Kalliath P., (2012), *Achieving employee wellbeing in a changing work environment: an expert commentary on current scholarship*. *International Journal of Manpower*, 33, 7.

131. Kozusznik M., Rodriguez I., Peiro J. M., (2012), *Cross-national outcomes of stress appraisal*, Cross Cultural Management, vol. 19(4).
132. Kyriacou C., (2001). *Teacher stress: Directions for future research*. Educational Review, 53, 27-35.
133. Lazarus R., Folkman S., (1984), *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer.
134. Le Fevre M., Matheny J., Kolt G. S., (2006), *Eustress, distress and their interpretation in primary and secondary occupational stress management interventions: which way first?* Journal of Managerial Psychology, 21, 6, pp. 547-565.
135. Légeron P., (2003), *Le Stress au travail*, Paris : Odille Jacob.
136. Leka S., Cox T., (2010), *Psychosocial risk management at the workplace level*, in Leka, S. and Houdmont, J. (eds), *Occupational Health Psychology*, Wiley-Blackwell, Chichester.
137. Lewis K., (2011), *Organizational change: creating change through strategic communication*, 1st edition, Blackwell Publishing Ltd.
138. Luszczynska A., Cieslak R., (2005), *Protective, promotive, and buffering effects of perceived social support in managerial stress: The moderating role of personality*. Anxiety, Stress and Coping, 18 (3).
139. Macy R. J., (2007), *A Coping Theory Framework toward Preventing Sexual Revictimization*, Aggression & Violent Behavior, 12, 177-192.
140. Manikandah P., (2010), *Change management- where do leaders make difference?* Advances in Management, vol. 3(9).
141. Mark G. M., Smith A. P., (2008), *Stress models: A review and suggested new direction*. Vol. 3. EA-OHP series. Edited by J. Houdmont and S. Leka. Nottingham University Press.
142. Matkó A., Dajnoki K., (2008), *Framework of change management*, Annals of the University of Oradea Fascicle of Management and Technological Engineering.
143. McGuire J., (2003), *Leadership Strategies for Culture Change*, Journal of Developing Change Leadership as an Organizational Core Capability.
144. McShane S. L., Von Glinow M. A., (2000), *Organizational Behavior*, USA: McGrawHill.
145. McVicar A., Munn -Giddings C., Seebohm P., (2013), *Workplace stress interventions using participatory action research designs*. International Journal of Workplace Health Management, 6,1.
146. Messersmith J., (2007), *Managing work-life conflict among information technology workers*, Human Resource Management, Wiley InterScience, vol. 46, no. 3.

147. Millar C., Hind P., Magala S., (2012), *Sustainability and the need for change: organisational change and transformational vision*, Journal of Organizational Change Management, vol. 25(4), pp. 489-500.
148. Muhammed J., (2004), *Burnout, stress and health of employees on non-standard work schedules: a study of Canadian workers*, Stress and Health.
149. Nikolas F., (2015), *Change Management*, 101 A Primer.
150. Oreg S., (2006), *Personality, context, and resistance to organizational change*. European Journal of Work and Organizational Psychology, vol. 15 (1).
151. Otto K., Schmidt S., (2007), *Dealing with Stress in the Work Place*, Journal of European Psychologists, 12(4).
152. Park H.-S., Ha J.-H., Lee M.-H., Lee H.-J., (2014), *The Relationship between Emotional Intelligence and Stress Coping of Nurses*, Journal of Korean Academy of Fundamentals of Nursing, 21,466-474.
153. Preda R. V., (2010), *Efecte ale stresului și strategii de coping la cadre didactice și la elevi*. Teză de doctorat. Facultatea de Psihologie și Științele Educației, Universitatea Babeș Bolyai Cluj Napoca.
154. Rascle, N., Janot – Bergugnat L., (2008), *Le stress des enseignants*. Paris: Armand Colin (Collection Hors Collection).
155. Reverdy T., (2006), *Translation process and organizational change: ISO 14001 implementation*. International Studies of Management and Organization, vol. 36(2).
156. Rinuastuti H., Hadiwidjojo D., Rohman F., Khusniyah N., (2012), *Measuring Hofstede's Five Cultural Dimensions at Individual Level and Its Application to Researchers in Tourists' Behaviors*, International Business Research; Vol. 7, No. 12;
157. Ristea A. L., Bondac G., (2015), *Professional Stress Emergence – Explanatory Models a Panorama of the Best Known Theoretical Approaches*, Valahian Journal of Economic Studies, Volume 6, Issue 4/2015, ISSN-L 2067-9440 / ISSN 2344-4924, pp. 47-56, http://www.vjes.eu/images/2015/issue4/8.vjes%20vol.%206%2020%20issue%204%202015_ristea.pdf.
158. Rotondo D. M., Carlson D. S., Kincaid J. F., (2003), *Coping with multiple dimensions of workfamily conflict*. Personnel Review (32) 3.
159. Rutter M., (2006), *Implications of Resilience Concepts for Scientific Understanding*, Annals of the New York Academy of Sciences, 1094, 1-12.
160. Sagiv L., Schwartz S., (2000), *Value priorities and subjective well-being: direct relations and congruity effect*, European Journal of Social Psychology.

161. Sattler D. N., Boyd B., Kirsch J., (2014), *Trauma-Exposed Firefighters: Relationships among Posttraumatic Growth, Posttraumatic Stress, Resource Availability, Coping and Critical Incident Stress Debriefing Experience*, *Stress & Health*, 30,356-365.
162. Schein E., (2003), *DEC is dead; long live DEC*, San Francisco, CA: BerrettKoehler.
163. Selye H., (1974), *Stress without Distress*, New York: Lippincott.
164. Stephen R., (2003), *Organizational Behavior*, 10th ed. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
165. Todnem R., (2005), *Organisational Change Management: A Critical Review*, *Journal of Change Management*, vol. 5, no. 4.
166. Wang J., (2005), *Work stress as a risk factor for major depressive episode(s)*, *Psychological Medicine*.
167. Warr P. B., Clapperton G., (2010), *The joy of work: Jobs, happiness, and you*. London: Routledge.
- Wethington, E. (2000). Theories of organizational stress: Book review. *Administrative Science Quarterly*, 45.
168. Weiner B., (2009), *A theory of organizational readiness for change*. *Implementation Science*, vol. 4.
169. Wethington E., (2000), Theories of organizational stress: book review, *Administrative Science Quarterly*, vol. 45.
170. Whetten D., Cameron K., (2005), *Developing Management Skills*. (6th ed.) Boston: Addison-Wesley.
171. Widerszal B. M., Zolnierczyk Z., Jain A., (2008), *Standards related to psychosocial risks at work*, I-Who Publications, Nottingham.
172. William B., Douglas M., (2012), *Organizational change and development: The efficacy of transformational leadership training*, *Journal of Management Development*, vol. 31(6), pp. 520-536.
173. Wood G., (2008), Introduction: employment relations in Africa. *Employee Relations*, 30(4).
174. Xanthopoulou D., Bakker A. B., Demerouti E., Schaufeli W. B., (2009), Reciprocal relationships between job resources, personal resources, and work engagement. *Journal of Vocational Behavior*, 74 (3).
175. Yang R., Zhuo X., (2009), *Organization theory and management: cases, measurements, and industrial applications*. Taipei: Yeh-Yeh.

CURRICULUM VITAE



Curriculum vitae Europass

Informații personale

Nume / Prenume **Bondac Georgiana -Tatiana**
Adresă Sat Drăgăești-Pământeni, com. Mănești, jud. Dâmbovița
Telefon Mobil: 0762619156
E-mail georgianabondac@yahoo.com
Naționalitate Română
Data nașterii 19.01.1993
Sex Feminin

Educație și formare

Perioada	Octombrie 2016 - prezent
Calificarea / diploma obținută	Doctorand
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Domeniul fundamental Științe economice Domeniul de doctorat Management Titlul tezei de doctorat „ <i>Influența stresului asupra activității organizației. Studiu de caz în organizațiile școlare</i> ”
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	IOSUD – Școala Doctorală de Științe Economice și Umaniste Universitatea „Valahia” din Târgoviște
Perioada	2014-2016
Calificarea / diploma obținută	Diplomă de master
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Managementul schimbării, Managementul proiectelor, Managementul conflictelor, Managementul performanței, Managementul serviciilor publice, Management intercultural.
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Universitatea „Valahia” din Târgoviște, Facultatea de Științe Economice, domeniul Management, programul de studii Managementul organizațiilor
Perioada	2011-2014
Calificarea / diploma obținută	Diplomă de licență
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Management, Management resurse umane, Management strategic, Managementul serviciilor, Management operațional, Management comparat
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Universitatea „Valahia” din Târgoviște, Facultatea de Științe Economice, domeniul Management

Perioada	2018-2019																													
Calificarea / diploma obținută	Certificat de absolvire program de formare psihopedagogică – Nivel II																													
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Postuniversitar Psihopedagogia adolescenților, tinerilor și adulților, Proiectarea și managementul programelor educaționale, Cercetare responsabilă și inovare în educație, Didactica domeniului și dezvoltări în didactica specializării, Educație intercultural, Practică pedagogică.																													
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Departamentul pentru Pregătirea Personalului Didactic, Universitatea „Valahia” din Târgoviște																													
Perioada	2017-2018																													
Calificarea / diploma obținută	Certificat de absolvire program de formare psihopedagogică – Nivel I																													
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Postuniversitar Psihologie educațională, Fundamentele pedagogiei, Teoria și metodologia curriculumului / instruirii/ evaluării, Instruire asistată de calculator, Managementul clasei de elevi.																													
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Departamentul pentru Pregătirea Personalului Didactic, Universitatea „Valahia” din Târgoviște																													
Perioada	2007-2011																													
Calificarea / diploma obținută	Diplomă Bacalaureat																													
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Profil real, matematică-informatică																													
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Liceul Teoretic Petru Cercel, Târgoviște																													
Limba maternă	Română																													
Limbi străine cunoscute	Engleză , Franceză, Italiană																													
	<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2"></th> <th colspan="2">Înțelegere</th> <th colspan="2">Vorbire</th> <th>Scriere</th> </tr> <tr> <th>Ascultare</th> <th>Citare</th> <th>Participare la conversație</th> <th>Discurs oral</th> <th>Exprimare scrisă</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Engleză</td> <td>A 2</td> <td>B 1</td> <td>A 2</td> <td>A 2</td> <td>B 1</td> </tr> <tr> <td>Franceză</td> <td>A 2</td> <td>B 1</td> <td>A 2</td> <td>A 2</td> <td>A 2</td> </tr> <tr> <td>Italiană</td> <td>A 2</td> <td>B 1</td> <td>A 2</td> <td>A 2</td> <td>A 2</td> </tr> </tbody> </table>		Înțelegere		Vorbire		Scriere	Ascultare	Citare	Participare la conversație	Discurs oral	Exprimare scrisă	Engleză	A 2	B 1	A 2	A 2	B 1	Franceză	A 2	B 1	A 2	A 2	A 2	Italiană	A 2	B 1	A 2	A 2	A 2
	Înțelegere		Vorbire		Scriere																									
	Ascultare	Citare	Participare la conversație	Discurs oral	Exprimare scrisă																									
Engleză	A 2	B 1	A 2	A 2	B 1																									
Franceză	A 2	B 1	A 2	A 2	A 2																									
Italiană	A 2	B 1	A 2	A 2	A 2																									
Competențe și abilități sociale	Capacitate de argumentare și convingere, dobândite prin participări la conferințe, simpozioane pe diferite teme de interes, organizate de Universitatea Valahia din Târgoviște – Sesiunea Internațională de Comunicări Științifice a Cercurilor Studentești																													
Competențe și aptitudini organizatorice	Spirit organizatoric dovedit în activitățile desfășurate în cadrul întreprinderilor simulate, dar și capacitate dezvoltată de lucru individual																													
Competențe și aptitudini de utilizare a calculatorului	O bună cunoaștere a instrumentelor Microsoft Office™ (Word, PowerPoint, Excel, Acces)																													
Alte competențe	<ul style="list-style-type: none"> • Participarea și obținerea premiilor la Sesiuni de Comunicări Științifice Studentești • Participarea și obținerea premiului I la concursul „Romanian Business Challenge” 																													

- Intership Otelinox aprox. 3 luni,
- Participarea și obținerea premiului III la proiectul „De la teorie la practică prin întreprinderi simulate”,
- Voluntariat în proiectul „Educație Universitară pentru persoanele cu dizabilități”.
- Certificat specializare Inspector Resurse Umane
- Participare la Școala de excelență în turism și antreprenoriat, Ploiești
- Activitate de voluntariat în cadrul Asociației Tinerilor Întreprinzători din Mediul Virtual
- Voluntariat tehnoredactor cărți
- Participare la Târgul Național al Întreprinderilor Simulate în cadrul proiectului SIMPRACT
- Participare la Școala de vară în cadrul proiectului SIMPRACT

LISTA LUCRĂRILOR ȘTIINȚIFICE

ARTICOLE PUBLICATE ÎN REVISTE ȘTIINȚIFICE

- 2018 Sinisi Ileana Crenguța, **Bondac Georgiana-Tatiana**, Ilie Oana-Mihaela, *The Stress Generated by the Introduction of NICT in the Educational Environment*, International Conference « Global Interferences of Knowledge Society » 2nd Edition, 16 - 17 November 2018, Târgoviște - Romania, Lumen (în curs de publicare).
- 2018 Popescu Constanța, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *Techno-stress, the generator of conflict professional life - private life*, International Conference, Globalization, Innovation and Development. Trends and Prospects, (G.I.D.T.P.), May 16 - 17, Alexandria, România, Lumen, (în curs de publicare).
- 2018 Popescu Constanța, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *The "Techno-stress" Phenomenon and Its Consequences in the Modern Organization*, Proceedings Volume of 9th Lumen International Scientific Conference Communicative Action & Transdisciplinarity in the Ethical Society, CATES 201724-25 November 2017 Targoviste Romania, pp. 224-238, <http://proceedings.lumenpublishing.com/ojs/index.php/lumenproceedings/article/view/23>.
- 2017 Bondac Georgiana Tatiana, Hrestic Maria Luiza, Sinisi Ileana Crenguța, *The Mobbing Phenomene and its Impact on the Employees Activity*, Lumen Proceedings, Proceedings Volume: Risk in Contemporary Economy, Volume 1, Issue 1, ISBN: 978-973-166-496-5 | e-ISBN: 978-973-166-483-5, October 2017, Iași, pp. 274-293, http://lumenpublishing.com/proceedings/wp-content/uploads/2017/11/RCE_2017_274-283.pdf.
- 2019 Constanța POPESCU, **Georgiana Tatiana Bondac**, Oana Mihaela Ilie, *Stress generated by the digital environment*, Conferința Științifică Internațională “Contabilitatea și Finanțele – limbaje universale ale afacerilor” Ediția a IV-a, 12 aprilie 2019, Universitatea Constantin Brancoveanu, Pitesti (în curs de publicare).
- 2019 Constanța Popescu, Diana Nicoleta Georgescu, **Georgiana - Tatiana Bondac**, *Stress Manifestations Depending to the Types of Leadership*, Conferința Științifică

Internațională “Contabilitatea și Finanțele – Limbaje Universale ale Afacerilor”
Ediția a IV-a, 12 aprilie 2019, Universitatea Constantin Brancoveanu, Pitești (în curs
de publicare).

- 2018** Popescu Constanța, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *Ways to Reduce Technostress Generated by Access / Lack of Access to Digital Media*, Universitatea Constantin Brâncoveanu, Revista Strategii Manageriale (Management Strategies), Editura Independența Economică, ISSN 2392 – 8123, ISSN–L 1844 – 668X, Anul XI, nr. IV (42) / 2018, pp.117–124.
http://www.strategiimanageriale.ro/images/images_site/categorii_articole/pdf_categorie_97bcfc1eb5fe6c8a1e200ae31631f269.pdf.
- 2018** Oana Ramona, Bauer (Hamburda), Elena Cristina, Stroe (Ion), **Georgiana Tatiana Bondac**, *The Leader, the Generator of Change in the School Organization*, Universitatea Constantin Brâncoveanu, Revista Strategii Manageriale (Management Strategies), Editura Independența Economică, ISSN 2392 – 8123, ISSN–L 1844 – 668X, Anul XI, nr. IV (42) / 2018, pp. 26-30.
http://www.strategiimanageriale.ro/images/images_site/categorii_articole/pdf_categorie_97bcfc1eb5fe6c8a1e200ae31631f269.pdf.
- 2018** Iacob Silvia Elena, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *Combaterea stresului provocat de utilizarea excesivă a noilor tehnologii de informare și comunicare (NTIC) la locul de muncă*, Procedia of International Multidisciplinary Conference ICM 2018 „Innovation, Creativity and Management in the 21st century. Perspectives in Education”, Academia Publishing AEEPEC, ISBN 978-1-9998738-7-5, Turcia.
- 2018** Popescu Constanța, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *The Impact of Technostress on Employees in a Digital Society*, Revista Strategii Manageriale (Management Strategies), Revista nr. IV (38) / 2017, Editura Independența Economică, ISSN 2392 – 8123, ISSN–L 1844 – 668X, pp. 508-515, Pitești,
http://www.strategiimanageriale.ro/images/images_site/categorii_articole/pdf_categorie_49ff66fc8a92339c3e1a08142ec9b18a.pdf.
- 2018** Popescu Constanța, Ilie Oana - Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *The "Techno- Stress" Phenomenon - Measures to Prevent it in Modern Organisation*, Universitatea Constantin Brâncoveanu, Revista Economia Contemporană, The Journal Contemporary Economy, Vol. 3, Nr. 3/2018, ISSN 2537 – 4222, ISSN-L 2537 – 4222, pp. 134-138,
http://www.revec.ro/images/images_site/articole/article_a9b46484ae1ff0a195c9bf46641430c8.pdf.
- 2018** Ion (Stroe) Cristina Elena, Bondac Georgiana Tatiana, Hamburdă (Bauer) Ramona Oana, *Digital Resource and its Importance in the Educational Process*, Universitatea Constantin Brâncoveanu, Revista Economia

Contemporană, Vol.3, No. 4/2018, ISSN 2537 – 4222, ISSN-L 2537 – 4222, pp. 125-128.
http://www.revec.ro/images/images_site/categorii_articole/pdf_categorie_781a1590a7bbaa1db9c4fa16e6d10718.pdf.

- 2018** Hamburdă (Bauer) Ramona Oana, **Bondac Georgiana Tatiana**, *Etapele unei schimbări eficiente în organizațiile școlare preuniversitare*, Procedia of International Multidisciplinary Conference ICM 2018 „Innovation, Creativity and Management in the 21st century. Perspectives in Education”, Academia Publishing AEEPEC, ISBN 978-1-9998738-7-5, Turcia, pp. 212-217.
- 2017** **Bondac Georgiana Tatiana**, Maria-Luiza, Hrestic, Laurențiu-Andrei, Dănciulescu, *Coping, Strategy for Adapting and Managing Stress*, Revista Strategii Manageriale (Management Strategies), ISSN 1844 - 668X, Nr. IV (38) / 2017, Pitești, pp. 338-344, http://www.strategiimanageriale.ro/images/images_site/categorii_articole/pdf_categorie_49ff66fc8a92339c3e1a08142ec9b18a.pdf.
- 2017** **Bondac Georgiana Tatiana**, Popescu Constanța, *Influence of Emerging Psychosocial Risks and Workplace Stress*, Revista Strategii Manageriale (Management Strategies), Revista nr. 1 (35) /2017, Editura Independența Economică, ISSN 1844 - 668X, Pitești, pp. 726-731, http://www.strategiimanageriale.ro/images/images_site/categorii_articole/pdf_categorie_7cc1cc724584196d6488870de82cf102.pdf.
- 2017** **Bondac Georgiana Tatiana**, Hrestic Maria Luiza, *Burnout Syndrome – Theoretical Aspects*, Revista Economia Contemporana, Vol. 2, Nr. 2 /2017, ISSN 2537 – 4222, ISSN-L 2537 – 4222, Pitești, pp. 119-124, http://www.revec.ro/images/images_site/articole/article_8d03dad008a44253055c8d221c165ba4.pdf.
- 2017** **Bondac Georgiana Tatiana**, Hrestic Maria Luiza, *Changes in the Organizational Environment - Stress and/or Progress Factor*, Valahian Journal of Economic Studies, Volume 8 (22), Issue 4, 2017, ISSN-L 2067-9440 / ISSN 2344-4924, pp. 53-58, http://www.vjes.eu/images/2017/issue4/8.%20bondac_hrestic_mocanu_bun.pdf.
- 2017** **Bondac Georgiana Tatiana**, *Le changement, un défi permanent au sein des organisations*, Revue Valaque d’Etudes Economiques (RVEE), Volume 8(22), NO. 2/2017, ISSN 2067 – 9459, Târgoviște, pp. 17-22, http://www.rvee.eu/images/2017/no2/6.rvee%20vol.8%2022%20no_2_bondac.pdf.
- 2016** Maria-Luiza Hrestic, **Georgiana Bondac**, *The Factors Influencing Organizational Stress*, Supplement of Quality - Access to Success Journal, Vol. 17, ISSUE S2, 2016 ISSN 1582-2559 (electronic format, on CD-ROM), a CNCSIS cited category B+ and indexed BDI into the international databases:

SCOPUS, EBSCO, CABELL'S, PROQUEST, la pp. 79-84,
<http://search.proquest.com/docview/1793541320?pq-origsite=gscholar>.

- 2015** Ana Lucia RISTEA, **Georgiana Bondac**, *Professional Stress Emergence – Explanatory Models a Panorama of the Best Known Theoretical Approaches*, Valahian Journal of Economic Studies, Volume 6, Issue 4/2015, ISSN-L 2067-9440 / ISSN 2344-4924, pp. 47-56,
http://www.vjes.eu/images/2015/issue4/8.vjes%20vol.%206%2020%20issue%204%202015_ristea.pdf.

PARTICIPĂRI LA
CONFERINȚE ȘI CERCURI
ȘTIINȚIFICE

- 2018** Sinisi Ileana Crenguța, **Bondac Georgiana-Tatiana**, Ilie Oana-Mihaela, *The Stress Generated by the Introduction of NICT in the Educational Environment*, International Conference « Global Interferences of Knowledge Society » 2nd Edition, 16 - 17 November 2018, Târgoviște – România.
- 2018** Popescu Constanța, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *Techno-stress, the generator of conflict professional life - private life*, International Conference, Globalization, Innovation and Development. Trends and Prospects, (G.I.D.T.P.), May 16 - 17, Alexandria, România.
- 2018** Hamburdă (Bauer) Ramona Oana, **Bondac Georgiana Tatiana**, *Etapel unei schimbări eficiente în organizațiile școlare preuniversitare*, Conferința Multidisciplinară Internațională ICM 2018 «Inovație, Creativitate și Management în sec. XXI», Ediția I, 30 martie - 3 aprilie 2018, Istanbul (Turcia), Organizatori: A.G.C.D.R. «Dăscălimea Română», Inspectoratul Școlar Județean Ialomița, Centrul de Cercetări și Resurse Educaționale AEPEEC.
- 2017** Popescu Constanța, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *The "Techno-stress" Phenomenon and its Consequences in the Modern Organization*, 9th Lumen International Scientific Conference Communicative Action & Transdisciplinarity in the Ethical Society, CATES 201724-25 November 2017, Târgoviște, România.
- 2017** **Bondac Georgiana Tatiana**, Hrestic Maria Luiza, Sinisi Ileana Crenguța, *The Mobbing Phenomene and its Impact on the Employees Activity*, Conferința internațională „Riscul în Economia Contemporană”, organizată de Facultatea de Economie și Administrarea Afacerilor din cadrul Universității “Dunărea de Jos” din Galați sub egida Asociației Facultăților de Economie din România (AFER), Societății Academice de Management din România (SAMRO) și European Foundation of Management Development (EFMD) în perioada 9 – 10 iunie 2017.

- 2019** Constanța Popescu, **Georgiana Tatiana Bondac**, Oana Mihaela Ilie, *Stress generated by the digital environment*, Conferința Științifică Internațională “Contabilitatea și Finanțele – limbaje universale ale afacerilor” Ediția a IV-a, 12 aprilie 2019, Universitatea Constantin Brâncoveanu, Pitești.
- 2019** Constanța Popescu, Diana Nicoleta Georgescu, **Georgiana - Tatiana Bondac**, *Stress Manifestations Depending to the Types of Leadership*, Conferința Științifică Internațională “Contabilitatea și Finanțele – Limbaje Universale ale Afacerilor” Ediția a IV-a, 12 aprilie 2019, Universitatea Constantin Brâncoveanu, Pitești.
- 2018** Popescu Constanța, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *Ways to Reduce Technostress Generated by Access / Lack of Access to Digital Media*, International Conference Knowledge Economy Challenges of the 21st Century – European Dynamics in a Changing World, Universitatea Constantin Brâncoveanu, Pitești, 29 November 2018.
- 2018** Oana Ramona, Bauer (Hamburda), Elena Cristina, Stroe (Ion), **Georgiana Tatiana Bondac**, *The Leader, the Generator of Change in the School Organization*, International Conference Knowledge Economy Challenges of the 21st Century – European Dynamics in a Changing World, Universitatea Constantin Brâncoveanu, Pitești, 29 November 2018.
- 2018** Popescu Constanța, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *The Impact of Technostress on Employees in a Digital Society*, INTERNATIONAL CONFERENCE Knowledge Economy Challenges of the 21st Century – Future of Europe - Different Scenarios, Universitatea Constantin Brâncoveanu, Pitești, 24 November 2017.
- 2018** Popescu Constanța, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *The "Techno-Stress" Phenomenon - Measures to Prevent It In Modern Organisation*, International Scientific Conference Accounting and Finance – The Global Languages in Business - 3rd Edition, Universitatea Constantin Brâncoveanu, Pitești, 23 Martie 2018.
- 2018** Ion (Stroe) Cristina Elena, **Bondac Georgiana Tatiana**, Hamburdă (Bauer) Ramona Oana, *Digital Resource and its Importance in the Educational Process*, International Scientific Conference Accounting and Finance – The Global Languages in Business - 3rd Edition, Universitatea Constantin Brâncoveanu, Pitești, 23 Martie 2018.
- 2016** **Bondac Georgiana Tatiana**, Popescu Constanța, *Influence of Emerging Psychosocial Risks and Workplace Stress*, Universitatea Constantin Brâncoveanu, Conferința internațională Knowledge Economy - Challenges of the 21st Century. Europe under pressure - the social and economic crisis, 17-18 noiembrie 2016.
- 2017** **Bondac Georgiana Tatiana**, Maria-Luiza, Hrestic, Laurențiu-Andrei Dănciulescu, *Coping, Strategy for Adapting and Managing Stress*, International

Conference Knowledge Economy Challenges of the 21st Century – Future of Europe - Different Scenarios, Universitatea Constantin Brâncoveanu, Pitești, 24 November 2017.

- 2017 Bondac Georgiana Tatiana**, Hrestic Maria Luiza, *Burnout Syndrome – Theoretical Aspects*, International Scientific Conference “Accounting and Finance – The Global Languages in Business”, 2nd Edition, 17 March 2017, Pitești.
- 2017 Bondac Georgiana Tatiana**, Hrestic Maria Luiza, *Changes in the Organizational Environment - Stress and/or Progress Factor*, International Conference “Contemporary Challenges for the Society in the Context of the Recent Economic and Social Changes” -2nd Edition-, Universitatea Valahia din Târgoviște, 23-24 iunie 2017.
- 2017 Bondac Georgiana Tatiana**, *Le changement, un défi permanent au sein des organisations*, Universitatea “Valahia” din Târgoviște, Simpozionului Cercetărilor Doctorale, 29-30 septembrie 2017.
- 2017 Bondac Georgiana Tatiana**, Coping - Stress Adaptation Method, Universitatea Petrol-Gaze din Ploiești, Simpozionul Științific Interdisciplinar Educație și dezvoltare sustenabilă în UE 28, 9-11 mai 2017, premiul II.

**THE MINISTRY OF NATIONAL EDUCATION
"VALAHIA" UNIVERSITY OF TARGOVISTE
IOSUD-DOCTORAL SCHOOL OF ECONOMIC AND
HUMANISTIC SCIENCES
Domain: MANAGEMENT**

DOCTORAL THESIS ABSTRACT

**STRESS INFLUENCE IN ORGANISATIONAL ACTIVITIES.
SCHOOL ORGANISATION CASE STUDY**

DOCTORAL ADVISOR:

Prof. univ. dr. CONSTANȚA POPESCU

PhD CANDIDATE:

GEORGIANA- TATIANA BONDAC

TÂRGOVIȘTE

2019

SUMMARY OF THE DOCTORAL THESIS ABSTRACT

SUMMARY OF THE DOCTORAL THESIS.....	38
KEYWORDS.....	41
THE THEME IMPORTANCE, ACTUALITY AND NOVELTY.....	41
EPISTEMOLOGICAL POSITIONING OF THE DOCTORAL THESIS.....	42
PROBLEMATICS AND HYPOTHESES.....	42
STRUCTURE OF THE DOCTORAL THESIS.....	45
GENERAL CONCLUSIONS.....	47
THE SCIENTIFIC CONTRIBUTIONS (CONTRIBUTIONS) OF THE DOCTORAL THESIS.....	48
PERSPECTIVE DE CERCETARE.....	49
BIBLIOGRAPHIE.....	50
CURRICULUM VITAE.....	62
LIST OF SCIENTIFIC WORKS.....	65

SUMMARY OF THE DOCTORAL THESIS

INTRODUCTION / 10

Chapter 1. ORGANIZATIONAL STRESS: THEORETICAL APPROACHES AND EXPLANATORY MODELS OF EMERGENCY OF STRESS / 18

1.1. Defining stress / 18

1.2. Factors and sources of stress / 23

1.2.1. The notion of "stressors" / 23

1.2.2. General stressors / 27

1.3. Psychological causes of stress / 30

1.3.1. Perception of control / 32

1.3.2. Perception of time pressure / 32

1.3.3. The perception of the employees matching the job they occupy / 33

1.4. The consequences of stress / 33

1.4.1. Physiological reactions to stress / 35

1.4.2. Behavioral reactions to stress / 35

1.4.3. Psychological reactions to stress / 36

1.5. Explanatory models of the emergency of stress / 38

1.5.1. Framework model for the study of stress factors in an organization / 38

1.5.2. MacKay and Cooper's model / 40

1.5.3. Karnas's model / 41

1.5.4. Compernelle's model / 42

1.5.5. The INRCT model (Institut national de recherche pour les conditions de travail) / 43

1.5.6. Karasek's "Job Strain" model / 44

1.5.7. Lazarus and Folkman's model / 45

1.6. Existing forms of stress / 47

1.6.1. Eustres and distressed / 47

1.6.2. Hyperstraction and hypostress / 49

1.6.3. Physiological stress and mental stress / 51

1.6.4. Positive (constructive) and negative (destructive) stress / 51

The conclusions of the chapter / 54

Chapter 2. STRESS IN EDUCATIONAL ENVIRONMENT / 55

2.1. Psychosocial context of the teaching career / 55

2.2. The stress felt by the teachers / 56

2.3. Factors and risks of professional stress of teachers / 57

2.4. Factors that cause stress in students / 61

2.5. Stress and burnout in the education system / 63

2.5.1. Causes of burnout syndrome / 63

2.5.2. The stages of burnout syndrome / 65

2.5.3. Symptoms of professional exhaustion / 66

2.5.4. The differences between stress and burnout / 67

2.6. The negative effects generated by a bad management
of the class / 68

2.7. Stress of teachers and students -
the mechanism of adaptation to change / 69

The conclusions of the chapter / 72

Chapter 3. STRESS MANAGEMENT IN HIGH SCHOOLS AND COLLEGES / 73

3.1. Coping strategy for adapting and managing stress / 73

3.1.1. Stress versus coping / 74

3.1.2. Coping strategies / 75

3.1.3. The complex model of coping / 77

3.2. Ways of prevention and support against stress / 79

3.3. Time management / 80

3.4. Strategies for creating a positive classroom environment / 81

The conclusions of the chapter / 87

Chapter 4. PRESENTATION OF THE PRE-UNIVERSITY EDUCATION SYSTEM / 88

Chapter 5. STRESS OF TEACHERS AND STUDENTS: PERCEPTIONS AND EXPERIENCES OF STRESS DETERMINING FACTORS / 93

5.1. The conceptual framework / 93

5.2. The methodology of the research undertaken / 98

5.2.1. Methodology of opinion poll among teachers from high schools located in Dâmbovița county / 98

5.2.2. Methodology of opinion poll among high school students / 99

5.3. The results of the field research / 100

5.3.1. Results of opinion poll among teachers in the sample of high schools / 100

5.3.2. Results of the opinion poll among the students in the sample of high schools / 140

Chapter 6. STRATEGIC LEVELS FOR IMPROVING THE SCHOOL CLIMATE / 196

6.1. School climate: definition, effects and conditions for improvement / 196

6.2. Strategic levers for improving the school climate / 199

CONCLUSIONS / 200

PERSONAL CONTRIBUTIONS / 201

RESEARCH PERSPECTIVES / 201

BIBLIOGRAPHY / 202

LIST OF FIGURES / 216

LIST OF TABLES / 217

GRAPHIC LIST / 218

ANNEXES / 220

KEYWORDS

- Organizational stress
- Stress in the educational environment
- Stress management
- School climate
- Strategic levers

THE THEME IMPORTANCE, ACTUALITY AND NOVELTY

Stress, in general, and organizational stress, in particular (the latter often referred to as professional occupation), have long ceased to be single-manifestation phenomena or to have only personal significance, becoming meanwhile, especially under the conditions of society. present, ubiquitous, constituting a real social problem.

Thus, the occupational stress is the one that gives a measure of the fact that the workplace, wherever it is - in a study room or on a construction site, in an industrial hall or in an airplane, underground or on the ground. a crane - it can be a "friendly" one that helps stimulate professional performance or, on the contrary, it can be a place that inhibits. It can be influenced both by the material factors that refer to the design of the organizations, but also by the spiritual-personal factors, such as the power to make "trouble of distress" and to overcome the difficult situations. In fact, stress is a barometer sensitive to any change that occurs in the environment, be it positive or negative.

Therefore, stress is a mechanism of adaptation of the human body to the increased demands and disruptions of the working and living environment, which is manifested physically by a specific behavior. The defining element of the behavior from the psychological point of view is generally the attitude. The attitude towards the activities performed expresses how much we dislike or like and can change over time. The most important element that influences the formation and change of the attitude of the individual is the type of information that he uses to form his own attitudes. This information comes from the work environment, the social and economic environment in which each person lives and works.

The main objective of our research is to demonstrate the level of stress felt by teachers and students in the pre-university education system in Dâmbovița County.

EPISTEMOLOGICAL POSITIONING OF THE DOCTORAL THESIS

From the epistemological perspective, the theme of the doctoral thesis addresses the influence of stress on the activity of organizations and the measures that can be taken to reduce it.

- *The scientific field investigated is evolutionary, cross-sectional, interconnected with strategic management, marketing (marketing research applied in the fifth chapter when conducting the opinion survey among two samples - teachers and students from four categories of high schools in Dâmbovița county) , psychology, sociology. It is very important to deepen the research through cross-disciplinary acquisitions to find the appropriate levers that take into account the quality of the teacher-student relationship.*
- *The methodology underlying the development of the doctoral thesis is suitable for exploratory research, aiming at developing relevant hypotheses for finding the answers to the questions "What?", "Who?", "How much", "Where? ". These questions were answered by the opinion poll that allowed the collection of a series of qualitative information.*
- *The methodology and methods used in the elaboration of the doctoral thesis are also based on the theoretical knowledge (confirmed by the rich reference bibliography consulted).*

PROBLEMATICS AND HYPOTHESES

The work of the teachers is very complex, especially in the classroom, because it demands, to be constantly alert to everything that is going on in the classroom, both at the level of the students' behavior, their emotions and their accumulation of knowledge. The teachers have the challenge of transmitting the subject, at the same time with the achievement of a school climate meant to ensure a sense of security, of motivation, of the students with positive effects

in improving the school results, while allowing the reduction of stress on both sides: teachers - students.

The American Institute for Research (AIR) defines the notion of *school climate* as follows: "*Climate refers to the quality of school life that includes the availability of teachers to support students in the learning process, goals, values, interpersonal relationships, formalized organizational structures and practices*".

Another definition we hold is that of the group of international experts gathered at the request of the Minister of National Education of France⁷, according to which, "*The school climate is the representation of the judgment held by parents, educators and students about the life and work experience in the school*".

This concept - "school climate" - represents a new paradigm in the science of education. Given this paradigm as a theoretical reference, our approach to carrying out the doctoral thesis is confined to the sphere of quality of activity in high schools and colleges.

Three scientific problems were considered as major points of interest in the elaboration of our study:

- *The quality of teachers' lives is dependent on the interactions with the students:* this interaction is based on the perception that the teachers have about their students, but also on the situations they live according to the context in which they are. Acting on the school climate, emotional work, job representations and teacher recruitment may be factors that enhance these interactions.
- *The feeling of effectiveness is considered as a factor of protection:* the levers of action in this area are located at the level of training: of trainers of orientation in stress management, of the directors of educational institutions in participatory management, of the teachers in the management of the class and the psychosocial aspects of profession.
- *The quality of life in the school depends on the quality of the school climate:* in agreement with the work in this field, but also regarding the stress at work, it is recommended by the specialists to combine two approaches to health - on the one hand, salutogenic, and on the other part, risk prevention - which can support the establishment of a psychosocial security climate, prior to the school climate.

⁷Debarbieux et al. (2012), Le „climat scolaire”: définition, effets et conditions d'amélioration, Rapport au Comité scientifique de la direction de l'enseignement scolaire, Ministère de l'Education Nationale, MEN-DGESCO/Observatoire International de la Violence à l'École.

The construction of a quality school climate must be based on the relational dimension in the work process through a set of objectives: Respectarea diversității;

- Shared decisions;
- Participation of students in the training process and in the construction of the school norm;
- Collaboration, help (support), associative work (cooperation);
- Social support;
- Shared vision parents - teachers on educational act and behavior;
- Family assistance programs

Within the doctoral thesis, in order to discover the stress level of both teachers and students, a central objective and four respectively three hypotheses were developed.

The central objective of the survey among teachers from the four types of high schools (technological high schools, theoretical high schools, colleges, vocational high schools), is the knowledge of the real and potential stressors for teachers in relation to the students in the classes where they do their teaching activity.

In interpreting the results of the survey, the following hypotheses were considered:

- **Hypothesis 1:** Teachers carry out many activities at the same time.
- **Hypothesis 2:** The time allocated by the teachers for the activities carried out outside the classroom is relatively high, affecting their fatigue state.
- **Hypothesis 3:** Teachers cooperate with each other. Contacts with colleagues vary by school.
- **Hypothesis 4:** Teachers spend less time, than they should, on stress-generating problems among students.

The central objective of the survey among students is the evaluation of their perceptions in relation to the stress they feel in relation to their daily activity.

The research also targeted a series of secondary objectives that provide an in-depth analysis of the stress phenomenon:

- Students' perception of the current state of the school climate at the level of their high school;
- Knowledge of ways to spend leisure time with an impact on the state of physical fatigue;
- Knowledge of certain variables to identify the characteristics of the students from the perspective of their family environment.

The field research hypotheses that were followed (their confirmation) by conducting the survey among the students are:

- **Hypothesis 1:** Most students are consuming information through ICT.
- **Hypothesis 2:** Low degree of participation in different cultural / sports activities outside the high school.
- **Hypothesis 3:** The absence of a value system to help them manage stress.

STRUCTURE OF THE DOCTORAL THESIS

The doctoral thesis is structured in six chapters, to which is added the introduction and a final section of general conclusions, personal contributions and research perspectives.

The doctoral thesis entitled "*Stress influence in organisational activities. School organisation case study*" is constituted in a scientific approach elaborated over 200 pages (to which are added 85 tables, 40 figures, 100 graphs, 10 annexes). The approach is supported by 201 bibliographic sources, through which the influence of stress on the teachers and students in the education system is highlighted.

The first three chapters address the essential theoretical notions regarding the general aspects of stress and how it appears in school organizations, the fourth chapter presents the pre-university education system in Dâmbovița county, the fifth chapter is dedicated to the empirical study structured on two axes: the influence of stress on the didactic activity of the teachers in the high school system in Dambovița county and the influence of stress on the school activity of the students in the high school system in Dambovița county. The last chapter presents the strategic levers for improving the school climate.

Chapter 1. - "Organizational stress: theoretical approaches and explanatory models of the emergence of stress" - presents the theoretical context regarding the problem of our doctoral thesis. The chapter proposes, in the first section, the definition of stress, so that in the following sections it presents the dominant theoretical field related to the cross-sectional analysis of stress factors and sources, psychological causes of stress, consequences (effects) of stress, explanatory models of stress emergence, forms of existing stress.

Chapter 2. - "Stress in the educational environment" - addresses the psychosocial situation of the teaching career, the stress felt by the teachers, the factors and risks of the professional stress of the teachers, as well as the factors that determine the stress in the students.

Two other aspects that have been analyzed in detail are stress and exhaustion in the education system and the negative effects generated by faulty classroom management. Because school is an important place / environment for children / young people and a job for their teachers, the problem of stress also felt by teachers and students is a major topic that must be taken into account in the public policies dedicated to national education. In a professional context based on the pedagogical relationship, it appears that studying the factors and the risks of stress felt by the teachers in relation to the factors and the risks of the stress felt by the students requires an analysis of interconditionality of the two categories of actors who are co - producers of the educational act.

Chapter 3. - "Managing stress in high schools and colleges" - presents the theoretical aspects of coping, stress versus coping, coping strategies on the three directions (double direction, "up" and "back"), a series of ways of prevention and support against stress, correct time management and strategies for creating a positive classroom environment.

Chapter 4. - Presentation of the pre-university education system ”- is dedicated to the detailed exposition of the secondary education system in Dâmbovița county. This chapter highlights the situation of the teachers who carry out their didactic activity in the high schools in Dâmbovița county, their distribution according to the basic norm that was declared, the age, the seniority, the didactic degree and the curricular areas in education and the distribution of the Dambovita students by the four. from high schools.

Chapter 5. - "Teacher and student stress: perceptions and experiences of stress determinants" - is dedicated to empirical research. This chapter develops in an empirical way, starting from a qualitative analysis - based on two opinion polls - a model for assessing the risk factors faced by teachers and students in high schools / colleges in their work specific to the educational act of training of young people (adolescents). The purpose of these two opinion polls is to understand the experiences of teachers and students in the conditions in which they operate. This is an exploratory approach aimed at gathering information by referring to a number of potential stressors, present in the daily lives of the investigated actors.

The chapter is divided into three sections. The first section defines the conceptual framework of the field research undertaken. The second section presents the methodology of approaching these researches, so that in the final section the results of the processing and analysis of the information collected through the two opinion polls will be presented: one among a sample of teachers from the four types of high schools in Dâmbovița county, the one of the second among a sample of students from these high schools that make up the investigated sample.

Chapter 6. - "Strategic levers for improving the school climate" - has a rich specialty literature as reference points, our aim was mainly to outline a set of strategic levers focused on improving the school climate, this being the guarantor of ensuring the necessary conditions for real management. of stress in the school environment. The chapter begins with a first section in which the defining elements of the “school climate” paradigm are summarized. In the second part of the chapter are elaborated the strategic levers for creating a school climate favorable to the students' success in the process of acquiring competences in their struggle with stress.

GENERAL CONCLUSIONS

The work environment in education provides important stressors. Ratteree sums up this issue well: “Stress has many causes, all related to the strong pressures that are exerted in the school environment as well as outside the school. At the level of the educational institution (school), there are problems of discipline, violence, overcrowded classes and constrained schedules, these combined difficulties compel teachers to perform increasingly intensive work. Teachers are less and less tolerant of the aggression (harassment) of parents and of the increasingly demanding politicians regarding the quality of education, especially when the part of the public budget devoted to this sector has not increased and even decreased in many countries ”.

The teachers spend a good part of their time in the workplace, being involved in relationships with both the beneficiaries of the services offered (the students) and with other teachers (teachers, directors, inspectors, etc.). All of these relationships require a great deal of emotional, intellectual, mental and even physical effort. At the same time, the teaching activities (teaching, guidance, evaluation) also require a great deal of effort. For the preparation of the lesson, several hours of study are required, and over time they are consuming resources (time, but also financial), teachers often giving up their personal skills to be "up to date" with information in the field.

For students, the time spent at school should ideally be dedicated to curiosities, discoveries, education and personal development. The reality is different because: the programs are loaded, and the students are subjected to numerous tests and assessments, and they must accumulate a large amount of knowledge. All this shows that the time spent by students at

school or with school activities is one of the most stressful for children and their parents. Thus, to be able to talk about the feeling of stress, it is not enough to follow the requests that come towards the child, but also to the capacity that he has (the child / student) to cope with them.

As Everly emphasized⁸, it is now recognized that stress response may differ from one individual to another. Certain predispositions play an important role on this response to stress (personality, already existing health problems), but one of the important factors is the management capacity of the stressed person.

Managing capacity is the process by which an individual manages the demands of the person-environment relationships, which are considered as stressful as well as the emotions they generate. According to many authors, individuals do not passively live events. They constantly change their environment to find conditions that are compatible with their desires and possibilities.^{9,10}

THE SCIENTIFIC CONTRIBUTIONS (CONTRIBUTIONS) OF THE DOCTORAL THESIS

1. **A first scientific contribution** is highlighted by our approach based on the documentation made from numerous bibliographic sources (publications obtained through google search engines in the field of human and social sciences, reports of international investigations, papers whose topic is related to the topic. our doctoral thesis - stress and stress factors in didactic activity). This pertinent documentation confers pragmatic valences to the doctoral thesis by articulating the theoretical currents and the specificities of the educational sector.
2. **Secondly**, we have approached in a systemic way the effect of the “teacher-student” relationship on the quality of their life, in order to elaborate some recommendations based on international research.
3. **Third**, the sixth chapter was built on the new paradigm of the school climate that refers to the concept of quality of life in school, including the availability of teachers to support students in their learning process, goals, values, interpersonal relationships, structures and practices. formalized organizations. It is noteworthy, the added value

⁸Everly, G. (1990), *A clinical guide to treatment of the human stress response*, New York: Plenum.

⁹ Choque, J., Choque, S. (1993), *Guide anti-stress le bien être du soignant*, Paris: Éditions Lamarre.

¹⁰ Lazarus, R. S., Folkman, S. (1984), *Stress, appraisal and coping*, New York, Springer publ. Co.

of the sixth chapter by addressing the school climate in its relational component. Thus, we have taken the views of the community of scientific researchers of this subject, paying special attention to the need to build a quality school climate whose relational dimension has to be found on different levels:

- Respecting diversity;
- Shared decisions;
- Participation of students in the learning process and in the construction of the school norm;
- Collaboration, teamwork;
- Social support;

- Shared vision parents - teachers on student learning and behavior

RESEARCH PERSPECTIVES

The limits of the research suggest several research tracks that would allow to complete the level reached in the interpretation of the investigated phenomenon - stress. We consider:

- The possibility of doing research, analogous, with information collected in other schools located in different environments, in order to be able to see the similarities and differences both in terms of stress factors and the means of management used;
- Development of more complex studies on the intensity of stressful situations faced by teachers and creative strategies used to counteract stress.

BIBLIOGRAPHY

Books

1. Aniței M., (2007), Psihologie experimentală, Editura Polirom, Iași.
2. Arbnor I., Bjerke B., (2009), Methodology for creating business knowledge, 3. ed., Sage, Thousand Oaks, Calif.
3. Ashkanasy N., Wilderom C., Peterson M., (2000), Handbook of organizational culture and climate, Thousand Oaks, CA: Sage.
4. Bakacsi G., (2004), Organizational Behavior and Leadership, KJK, Budapes.
5. Bandura A., (2000), Cultivate self-efficacy for personal and organizational effectiveness, În: E. A. Lock (Ed.).
6. Bejestani H., (2011), Improving project change management using leadership spirit, Virginia Beach, VA: Regent University School of Leadership Studies.
7. Bellman S., Forster N., Still N., Cooper C., (2003), Gender differences in the use of social support as a moderator of occupational stress, Stress and Health, 19.
8. Biron C., (2012), What work, for whom, in which context? Researching organizational interventions on stress and well-being using realistic evaluation principles, In Biron, C., Karanika- Murray, M. and Cooper, C. (Eds.), Improving organisational interventions for stress and well-being. Addressing process and context, Hove: Routledge.
9. Blank R., Schroder J. P., (2011), Managementul stresului, Editura All, București.
10. Blaug R., Kenyon A., Lekhi R., (2007), Stress at Work, The work foundation, London.
11. Bogathy Z., (2004), Manual de psihologia muncii și organizational, Editura Polirom, Iași.
12. Brilon M., (2010), Emoții pozitive, emoții negative și sănătatea, Editura Polirom, Iași.
13. Capotescu R., (2006), Stresul ocupațional, teorii, modele, aplicații, pp. 25-80, Editura Lumen, Iași.
14. Cocoara M., (2005), Stresul. Definiere, manifestare, prevenire, Editura Crisserv, Medias.
15. David D., (2006), Tratat de psihoterapie, Editura Polirom, Iași.
16. Dimitriu M. C., Cirkovic A. M., (2012), Managementul stresului organizational, Editura Pro Universitaria.
17. Douillet Ph., (2013), Prévenir les risques psychosociaux: outils et méthodes pour réguler le travail. Editions de l'Anact.
18. Dupuy F., (2002), The Chemistry of Change: Problems, Phases and Strategies, Palgrave, Houndmills, London.

19. Ellis A., (2009), Cum să vă controlați anxietatea. Terapia comportamentului emoțional, Editura Meteor Press, București.
20. Avram E., Cooper C. L., (2008), Psihologie organizațional-managerială. Tendințe actuale, Editura Polirom,
21. Frățilă C., Duică M. C., (2014), *Managementul resurselor umane: Concepte. Practici. Tendințe*, Ed. Bibliotheca, Târgoviște.
22. Gallwey T. W., (2011), Jocul interior și stresul, Editura Spandugino, București.
23. Janot-Bergugnat L., Rasclé N., (2008), Le stress des enseignants, Paris, Ed. Armand Colin.
24. Kraiopoulos S., (2015), Stresul. Cum se naște și cum se vindecă, Editura Bizantina. București.
25. Petrescu M., (2010), Managementul informației, Vol. II, Editura Bibliotheca, Târgoviște.
26. Petrescu M., Stegăroiu I., Duică A., Popescu E., (2011), Managementul schimbării, Editura Bibliotheca, Târgoviște.
27. Petrescu M., Stegăroiu I., Năbărjoiu N., (2010), Managementul schimbării și riscului, Editura Bibliotheca, Târgoviște.
28. Popescu C., (2009), Economie. Curs universitar, Editura Bibliotheca, Târgoviște.
29. Popescu C., (2004), Structura organizațiilor, Editura Bibliotheca, Târgoviște.
30. Popescu C., (2009), Managementul serviciilor publice, Editura University Press, Târgoviște.
31. Popescu D., (2006), Cultura organizațională și etica în afaceri, Editura ASE, București.
32. Ristea A. L., Ioan-Franc V., Popescu C., (2017), *Metodică în cercetarea științifică*, Ed. Expert, București.
33. Saunier E., (2008), Să muncim fără stres, Editura Curtea Veche, București.
34. Schroder J. P., (2011), Cum să depășim burnout-ul. Suprasolicitarea emoțională și profesională, Editura ALL, București.
35. Stanculescu E., (2015), Managementul stresului în mediul educațional, Editura Universitară, București.
36. Zlate M., (2007), Tratat de psihologie organizațional – managerială, Vol II. Editura Polirom, Iași.

Scientific articles

37. Abrahamson E., (2000), *Change without pain*, Harvard Business Review, vol. 78(4).

38. Ackfeldt A., Malhotra N., (2013), Revisiting the role stress-commitment relationship: can managerial interventions help? *European Journal of Marketing*, 47 (3).
39. Andrews J., (2008), *Managers' experience of organizational change in theory and practice*, Journal of Organizational Change Management, vol. 21(3).
40. Antoniou A.-S., Ploumpi A., Ntalla M., (2013), *Occupational Stress and Professional Burnout in Teachers of Primary and Secondary Education: The Role of Coping Strategies*, Psychology 4(3A), 349-355.
41. Ashworth R., Boyne G., Delbridge R., (2007), *Escape from the iron cage? Organizational change and isomorphic pressures in the public sector*, Journal of Public Administration Research and Theory, vol. 19.
42. Babatunde A., (2015), *Organisational Stress: Theoretical Reflections and Proposed Directions for Management Research and Practice*, Economic Insights – Trends and Challenges, Elizade University, P.M.B. 002, Ilara-Mokin, Ondo State, Nigeria, Vol.IV(LXVII), No. 4/2015.
43. Babatunde A., *Occupational Stress: A Review on Conceptualisations, Causes and Cure*, Economic Insights – Trends and Challenges, University of Wales, United Kingdom, Royal Hill, London, Vol. II (LXV), No. 3/2013.
44. Barnard M., Stoll N., (2010), *Organisational Change Management: A rapid literature review*, National Centre for Social Research, Short Policy Report No. 10/01, Bristol.
45. Bartunek J., Michael K., (2001), *First order, second order and third order change and organization development interventions: a cognitive approach*, Journal of Applied Behavioral Sciences, vol. 22, no. 4.
46. Billecho H., (2007), *Rapport sur l'enquête du CSEE sur le stress au travail des enseignants*, Comite sindical european de l'éducation.
47. Bondac G. T., Hrestic M. L., (2017), *Burnout Syndrome – Theoretical Aspects*, Revista Economica Contemporana, Vol. 2, Nr. 2 /2017, ISSN 2537 – 4222, ISSN-L 2537 – 4222, Pitești, pp. 119-124, http://www.revec.ro/images/images_site/articole/article_8d03dad008a44253055c8d221c165ba4.pdf
48. Bondac G. T., Hrestic M. L., (2017), *Changes in the Organizational Environment - Stress and/or Progress Factor*, Valahian Journal of Economic Studies, Volume 8 (22), Issue 4, ISSN-L 2067-9440 / ISSN 2344-4924, pp.53-58, http://www.vjes.eu/images/2017/issue4/8.%20bondac_hrestic_mocanu_bun.pdf
49. Bondac G. T., Hrestic M. L., Sinisi I. C., (2017), *The Mobbing Phenomene and its Impact on the Employees Activity*, Lumen Proceedings, Proceedings Volume: Risk in

Contemporary Economy, Volume 1, Issue 1, ISBN: 978-973-166-496-5 | e-ISBN: 978-973-166-483-5, October Iași, pp. 274-293,
http://lumenpublishing.com/proceedings/wpcontent/uploads/2017/11/RCE_2017_274-283.pdf

50. Bondac G. T., Hrestic M.-L., Dănciulescu L.-A., (2017), *Coping, Strategy for Adapting and Managing Stress*, Revista Strategii Manageriale (Management Strategies), Revista nr. nr. IV (38) / 2017, Editura Independența Economică, ISSN 2392 – 8123, ISSN–L 1844 – 668X, pp. 338-344, Pitești, http://www.strategiimanageriale.ro/images/images_site/categorii_articole/pdf_categorii_e_49ff66fc8a92339c3e1a08142ec9b18a.pdf
51. Bondac G. T., (2017), *Le changement, un defi permanent au sein des organisations*, Revue Valaque d'Etudes Economiques (RVEE), Volume 8(22), NO. 2/2017, ISSN 2067 – 9459, Târgoviște, pp. 17-22, http://www.rvee.eu/images/2017/no2/6.rvee%20vol.8%2022%20no_2_bondac.pdf
52. Bondac G. T., Popescu C., (2017), *Influence of Emerging Psychosocial Risks and Workplace Stress*, Revista Strategii Manageriale (Management Strategies), Revista nr. 1 (35) /2017, Editura Independența Economică, ISSN 1844 - 668X, Pitești, pp. 726-731,
53. Borg M., (1990), *Occupational stress in British educational settings: A review*, Educational Psychology, 10, pp. 103- 126.
54. Brewer M., Chen. I., (2007), *Where (who) are collectives in collectivism? Toward conceptual clarification of individualism and collectivism*. Psychological Review.
55. Brough P., Pears J., (2004), *Evaluating the influence of the type of socila support on job satisfaction and work related psychological well being*, Internațional Journal of Organizațional behavior.
56. Brun J.-P., Lamarche C., (2006), *Assessing the Costs of Work Stress*, University of Laval, Canada.
57. Burke W., Lake D., Paine J., (2009), *Organisation change a comprehensive reader*, John Wiley & Sons, Jossey-Bass, San Francisco.
58. Burnes B., (2004), *Managing Change: A Strategic Approach to Organisation Dynamics*, 4th edition, Pitman Publishing.
59. Byrd J. T., Thornton J. C., (2013), *Job Role Change and Leadership Development*, Journal of American Academy of Business, Cambridge, 18(2), 75-80.

60. Caluwe E., Vermaak H., (2003), *Learning to Change: A Guide for Organization Change Agents*, London: Sage Publications.
61. Cameron K., Quinn R., (2006), *Diagnosing and Changing Organizational Culture. Based on the Competing Values Framework*, John Wiley & Sons, San Francisco, USA
Academy of Management Learning and Education Journal.
62. Cameron E., Green M., (2004), *Making sense of change management a complete guide to the models, tools & techniques of organizational change*, Kogan Page, London.
63. Canadian Teacher's Federation, (1982). Teachers stress. Ottawa: CTF.
64. Chang K., Lu L., (2007), *Characteristics of Organisational Culture Stressors and Wellbeing*, Journal of Managerial Psychology, 22(6): 549-568.
65. Chouanière D., Langevin V., Guibert A., (2007). Stress au travail: les étapes d'une démarche de prévention. Repères pour le préventeur en entreprise. Paris: INRS (Institut national de recherche et de sécurité).
66. Clancy T. R., (2011), *Improving Processes through Evolutionary Optimization*, Journal of Nursing Administration, 41, 340- 342.
67. Colligan T. W., Higgins E. M., (2005), *Workplace stress: Etiology and consequences*, Journal of Workplace Health, 21, 2.
68. Connors R., Smith T., (2011), *Change the Culture Change the Game*, Penguin Group Inc., New York.
69. Cook S., Macaulay S., (2004), *Change management excellence: using the four intelligences for successful organizational change*, Kogan Page Ltd., London.
70. Cooper C. L., Robertson I., (2003), *International Review of Industrial and Organizational Psychology 2003*, Volume 18, Wiley.
71. Corbin J., Strauss A., (2008), *Basics of qualitative research: techniques and procedures for developing grounded theory*, 3. ed. SAGE, Thousand Oaks, Calif.
72. CSEE Comité syndical européen de l'éducation Le stress au travail des enseignant(e)s - Analyse, comparaison et évaluation de l'impact des risques psychosociaux sur les enseignant(e)s sur leur lieu de travail dans l'UE.
73. Cummings T., Worley C., (2009), *Organization Development & Change*, South Western Cengage Learning, Mason.
74. Cummings T., Worley C., (2001). *Organization Development and Change*. Cincinnati, OH: South-Western College Publishing.
75. Delaunois M., Malchaire J., Piette A., (2002), *Classification des méthodes d'évaluation du stress en entreprise, dans Médecine du travail & ergonomie*, volume 39, N° 1.

76. Demers C., (2007), *Organizational change theories, a synthesis*, SAGE Publications, Los Angeles, London, New Delhi, Singapore.
77. Dewe P. J., O'Driscoll M. P., Cooper C., (2010), *Coping with work stress: A review and critique*, Chichester: Wiley-Blackwell.
78. Dinu M., (2011). Mentorat educațional: de ce, când, cum? Comunicare scrisă la Sesiunea internațională de comunicări științifice Criză. Schimbare. Educație, organizată de Departamentul pentru Pregătirea Personalului Didactic, Academia de Studii Economice București, iunie 2011.
79. Dinu M., (2014a), 365 de exerciții de recunoștință. Pentru minte, trup și suflet. Blog [<http://mindfultree.wordpress.com>].
80. Edmondson A., Roberto M., Watkins M., (2012), *A Dynamic Model of Top Management Team Effectiveness: Managing Unstructured Task Streams*, The Leadership Quarterly, Vol. 14, No. 3.
81. Ehtesham U., Muhammad T., Muhammad A., (2011), *Relationship between Organizational Culture and Performance Management Practices: A Case of University in Pakistan* Journal of competitiveness 4/2011.
82. Elving W., (2005), *The role of communication in organisational change*, Corporate Communications: An International Jurnal, Volume 10, Number 2.
83. Eraslan L., (2004), *A post-modern paradigm in leadership: transformational leadership*. Journal of International Human Sciences, 1(1).
84. Erdil O., Keskin H., (2004), *The efficacy of performing work change, the efficacy of information system and the characteristics of organizational change*. Yönetim, 15(47).
85. Fairbrother K., Warn J., (2003), *Workplace Dimensions, Stress and Job Satisfaction*, Journal of Managerial Psychology, 18(1):8-21.
86. Flook L., Goldberg S. B., Pinger L., Bonus K., Davidson R. J., (2013), *Mindfulness for Teachers: A Pilot Study to Assess Effects on Stress, Burnout, and Teaching Efficacy*, Mind, Brain, and Education, 7: 182–195. doi: 10.1111/mbe.12026.
87. Folkman S., (2011), *Stress, health, and coping: Synthesis, commentary, and future directions*. In S. Folkman (Ed.), *The Oxford handbook of stress, health, and coping* (pp. 453–462). Oxford: Oxford University Press.
88. Ford J., Ford L., (2008), *Resistance to change: the rest of the story*, Academy of Management Review, Vol. 33 No. 2.
89. Ford J., Ford L., (2010), *Stop blaming resistance to change and start using it*, Organizational Dynamics, Vol. 39 No. 1.

90. Fotinos G., Horenstein J. M., (2011), *La qualité de vie au travail dans les lycées et collèges: le burnout des enseignants* (Collection MGEN ed.), Paris.
91. Franken A., Edwards C., Lambert C., (2009), *Executing strategic change: understanding the critical management elements that lead to success*, *California Management Review*, Vol. 51, No. 3, pp. 49–73.
92. Friedman I. A., (2000), *Burnout in teachers: Shattered dreams of impeccable professional performance*, *Journal of Clinical Psychology*, 56(5), pp. 595-606.
93. Fullan M., (2011), *Change leader: learning to do what matters most*, New York, NY: Wiley.
94. Gail F., (2010), *A process model of organizational change in cultural context (OC3 model)*, *Journal of Leadership & Organizational Studies*.
95. Giga S. L., Cooper C. L., Faragher B., (2003), *The development of a framework for a comprehensive approach to stress management interventions at work*, *International Journal of Stress Management*, 10(4).
96. Gilbous S., Shirom A., Fried Y., Cooper C., (2008), *A meta-analysis of work demands stressors and job performances, Examining men and moderating effects*, *Personnel Psychology*, 61.
97. Gillespie B. M., Chaboyer W., Wallis M., (2007), *Development of a Theoretically Derived Model of Resilience through Concept Analysis*, *Contemporary Nurse*, 25,124-135.
98. Gizir S., (2008), *Organizational culture and organizational learning in organizational change process*, *Journal of Educational Faculty of Mersin University*, 4(1).
99. Goleman D., McKee A., Boyatzis R., (2007), *Inteligența emoțională în leadership*, Bucuresti, Editura CurteaVeche, București.
100. Grawitch M. J., Barber L. K., Justice L., (2010), *Rethinking the work-life interface: It's not about balance, it's about resource allocation*, *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 2(2).
101. Grebner S., Berlowitz I., Alvarado V., Cassina M., (2010), *Résumé de l'étude sur le stress 2010. Le stress chez les personnes actives occupées en Suisse*, Secrétariat d'Etat à l'économie, (SECO), Conditions de travail, Haute école de psychologie appliquée de la Haute école spécialisée de la Suisse du Nord Ouest (FHNW), Institut de l'homme dans des systèmes complexes, www.seco.admin.ch.
102. Grébot E., (2008), *Stress et burnout au travail: identifier, prévenir, guérir*, Paris: Eyrolles – Éditions d'Organisation.

103. Guerts S. A. E., Sonnentag S., (2006), *Recovery as an explanatory mechanism in the relation between acute stress reactions and chronic health impairment*, Scandinavian Journal of Work, Environment and Health, vol. 32.
104. Guerts S. A. E., Sonnentag S., (2006), *Recovery as an explanatory mechanism in the relation between acute stress reactions and chronic health impairment*, Scandinavian Journal of Work, Environment and Health, 32.
105. Gustavsson B., (2007), *The principles of knowledge creation: research methods in the social sciences*, Edward Elgar, Cheltenham.
106. Haddoum M., (2011), *Cum să-ți întărești încrederea în tine*, Editura Trei, București.
107. Hamburdă (Bauer) R. O., Bondac G. T., (2018), *Etapele unei schimbări eficiente în organizațiile școlare preuniversitare*, Procedia of International Multidisciplinary Conference ICM 2018 „Innovation, Creativity and Management in the 21st century. Perspectives in Education”, Academia Publishing AEEPEC, ISBN 978-1-9998738-7-5, Turcia, pp. 212-217.
108. Hargrove M. B., Quick J. C., Nelson D. L., Quick J. D., (2011), *The theory of preventive stress management: A 33-year review and evaluation*, Stress and Health, John Wiley and Sons, 27.
109. Hart P. M., Cooper C. L., (2001), *Occupational stress: Toward a more integrated a more integrated framework*. In Anderson, N., Ones, D. S., Sinangil, H. K. and Viswesvaran, C. (Eds).
110. Härtel Ch. E., Wilfred J., Zerbe J., Ashkanary N. M., (2005). *Emotions in Organizational Behavior*, LEA Publishers.
111. Hellriegel D., Slocum J.W., (2004), *Comportamiento organizacional*. Décimaedición. México. Thomson.
112. Henry O., Evans A. J., (2008). *Occupational stress in organisations*. Journal of Management Research, 8 (3).
113. Hrestic M. – L., Bondac G., (2016), *The Factors Influencing Organizational Stress*, Supplement of Quality - Access to Success Journal, Vol. 17, ISSUE S2, 2016 ISSN 1582-2559 (electronic format, on CD-ROM), a CNCSIS cited category B+ and indexed BDI into the international databases: SCOPUS, EBSCO, CABELL'S, PROQUEST, la pp. 79-84, <http://search.proquest.com/docview/1793541320?pq-origsite=gscholar>
http://www.strategiimaneriale.ro/images/images_site/categorii_articole/pdf_categorie_7cc1cc724584196d6488870de82cf102.pdf.

114. Hudson K., (2016), *Coping Complexity Model: Coping Stressors, Coping Influencing Factors, and Coping Responses*, Psychology, 7, 300-309.
115. Husain Z., Farooq A., (2013), *Instrument Development to Measure Organizational Change and Balanced Scorecard*, The Business & Management Review, vol. 3(2).
116. Ignat A., A., (2010), “*Teachers’ Satisfaction with Life, Emotional Intelligence and Stress Reactions*”, Journal of Educational Sciences & Psychology Ed. Psy.
117. Ingersoll R., Strong M., (2011). The impact of induction and mentoring for beginning teachers: A critical review of the research. Review of Educational Research, 81 (2).
118. Jex S. M., (2002), *A Science-Practitioner Approach - Organizational psychology*, John.
119. John T., (2015), *Resistance to change: a social psychological perspective*, Social Research Vol. 82, No. 3.
120. Jones G., (2004), *Organization theory, design, and change*, New York: Addison-Wesley Publishing Company.
121. Jos H., (2012), *Professional discourses and resistance to change*, Journal of Organizational Change Management.
122. Kamugisha S., (2013), *The effects of change management in an organisation: a case study of National University of Rwanda (NUR)*, Wyo Journal of Management & Business Studies Vol. 1(1), pp. 1-18.
123. Kelloway E. K., Teed M., Kelly E., (2008). *The psychosocial environment: Towards an agenda for research*. International Journal of Workplace Health Management, 1, 1.
124. Khazanchi S., Rothenberg S., (2006), *Report on “nurturing organizational innovation during change”* Printing Industry Center at RIT.
125. King N., (1995), *Innovation and change in organisations*, Routledge, London.
126. King S. L., Hegadoren K. M., (2006), *An Integrative Science Approach: Value Added in Stress Research*, Nursing and Health Sciences, 8, 114-119.
127. Kinman G., Jones F., (2008), *Effort-reward imbalance, over-commitment and work-life conflict: testing an expanded model*, Journal of Managerial Psychology, 23, 3.
128. Knudsen H. K., Ducharme L. J., Roman P. M., (2007), *Job stress and poor sleep quality: data from an American sample of fulltime workers*, Social Science & Medicine.
129. Kock N., (2005), *Business process improvement through e-collaboration: knowledge sharing through the use of virtual groups*, IGI Global, Hershey PA.
130. Kossek E. E., Kalliath T., Kalliath P., (2012), *Achieving employee wellbeing in a changing work environment: an expert commentary on current scholarship*. International Journal of Manpower, 33, 7.

131. Kozusznik M., Rodriguez I., Peiro J. M., (2012), *Cross-national outcomes of stress appraisal*, Cross Cultural Management, vol. 19(4).
132. Kyriacou C., (2001). *Teacher stress: Directions for future research*. Educational Review, 53, 27-35.
133. Lazarus R., Folkman S., (1984), *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer.
134. Le Fevre M., Matheny J., Kolt G. S., (2006), *Eustress, distress and their interpretation in primary and secondary occupational stress management interventions: which way first?* Journal of Managerial Psychology, 21, 6, pp. 547-565.
135. Légeron P., (2003), *Le Stress au travail*, Paris : Odille Jacob.
136. Leka S., Cox T., (2010), *Psychosocial risk management at the workplace level*, in Leka, S. and Houdmont, J. (eds), *Occupational Health Psychology*, Wiley-Blackwell, Chichester.
137. Lewis K., (2011), *Organizational change: creating change through strategic communication*, 1st edition, Blackwell Publishing Ltd.
138. Luszczynska A., Cieslak R., (2005), *Protective, promotive, and buffering effects of perceived social support in managerial stress: The moderating role of personality*. Anxiety, Stress and Coping, 18 (3).
139. Macy R. J., (2007), *A Coping Theory Framework toward Preventing Sexual Revictimization*, Aggression & Violent Behavior, 12, 177-192.
140. Manikandah P., (2010), *Change management- where do leaders make difference?* Advances in Management, vol. 3(9).
141. Mark G. M., Smith A. P., (2008), *Stress models: A review and suggested new direction*. Vol. 3. EA-OHP series. Edited by J. Houdmont and S. Leka. Nottingham University Press.
142. Matkó A., Dajnoki K., (2008), *Framework of change management*, Annals of the University of Oradea Fascicle of Management and Technological Engineering.
143. McGuire J., (2003), *Leadership Strategies for Culture Change*, Journal of Developing Change Leadership as an Organizational Core Capability.
144. McShane S. L., Von Glinow M. A., (2000), *Organizational Behavior*, USA: McGrawHill.
145. McVicar A., Munn -Giddings C., Seebohm P., (2013), *Workplace stress interventions using participatory action research designs*. International Journal of Workplace Health Management, 6,1.
146. Messersmith J., (2007), *Managing work-life conflict among information technology workers*, Human Resource Management, Wiley InterScience, vol. 46, no. 3.

147. Millar C., Hind P., Magala S., (2012), *Sustainability and the need for change: organisational change and transformational vision*, Journal of Organizational Change Management, vol. 25(4), pp. 489-500.
148. Muhammed J., (2004), *Burnout, stress and health of employees on non-standard work schedules: a study of Canadian workers*, Stress and Health.
149. Nikolas F., (2015), *Change Management*, 101 A Primer.
150. Oreg S., (2006), *Personality, context, and resistance to organizational change*. European Journal of Work and Organizational Psychology, vol. 15 (1).
151. Otto K., Schmidt S., (2007), *Dealing with Stress in the Work Place*, Journal of European Psychologists, 12(4).
152. Park H.-S., Ha J.-H., Lee M.-H., Lee H.-J., (2014), *The Relationship between Emotional Intelligence and Stress Coping of Nurses*, Journal of Korean Academy of Fundamentals of Nursing, 21,466-474.
153. Preda R. V., (2010), *Efecte ale stresului și strategii de coping la cadre didactice și la elevi*. Teză de doctorat. Facultatea de Psihologie și Științele Educației, Universitatea Babeș Bolyai Cluj Napoca.
154. Rascle, N., Janot – Bergugnat L., (2008), *Le stress des enseignants*. Paris: Armand Colin (Collection Hors Collection).
155. Reverdy T., (2006), *Translation process and organizational change: ISO 14001 implementation*. International Studies of Management and Organization, vol. 36(2).
156. Rinuastuti H., Hadiwidjojo D., Rohman F., Khusniyah N., (2012), *Measuring Hofstede's Five Cultural Dimensions at Individual Level and Its Application to Researchers in Tourists' Behaviors*, International Business Research; Vol. 7, No. 12;
157. Ristea A. L., Bondac G., (2015), *Professional Stress Emergence – Explanatory Models a Panorama of the Best Known Theoretical Approaches*, Valahian Journal of Economic Studies, Volume 6, Issue 4/2015, ISSN-L 2067-9440 / ISSN 2344-4924, pp. 47-56, http://www.vjes.eu/images/2015/issue4/8.vjes%20vol.%206%2020%20issue%204%202015_ristea.pdf.
158. Rotondo D. M., Carlson D. S., Kincaid J. F., (2003), *Coping with multiple dimensions of workfamily conflict*. Personnel Review (32) 3.
159. Rutter M., (2006), *Implications of Resilience Concepts for Scientific Understanding*, Annals of the New York Academy of Sciences, 1094, 1-12.
160. Sagiv L., Schwartz S., (2000), *Value priorities and subjective well-being: direct relations and congruity effect*, European Journal of Social Psychology.

161. Sattler D. N., Boyd B., Kirsch J., (2014), *Trauma-Exposed Firefighters: Relationships among Posttraumatic Growth, Posttraumatic Stress, Resource Availability, Coping and Critical Incident Stress Debriefing Experience*, *Stress & Health*, 30, 356-365.
162. Schein E., (2003), *DEC is dead; long live DEC*, San Francisco, CA: Berrett-Koehler.
163. Selye H., (1974), *Stress without Distress*, New York: Lippincott.
164. Stephen R., (2003), *Organizational Behavior*, 10th ed. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
165. Todnem R., (2005), *Organisational Change Management: A Critical Review*, *Journal of Change Management*, vol. 5, no. 4.
166. Wang J., (2005), *Work stress as a risk factor for major depressive episode(s)*, *Psychological Medicine*.
167. Warr P. B., Clapperton G., (2010), *The joy of work: Jobs, happiness, and you*. London: Routledge.
- Wethington, E. (2000). Theories of organizational stress: Book review. *Administrative Science Quarterly*, 45.
168. Weiner B., (2009), *A theory of organizational readiness for change*. *Implementation Science*, vol. 4.
169. Wethington E., (2000), Theories of organizational stress: book review, *Administrative Science Quarterly*, vol. 45.
170. Whetten D., Cameron K., (2005), *Developing Management Skills*. (6th ed.) Boston: Addison-Wesley.
171. Widerszal B. M., Zolnierczyk Z., Jain A., (2008), *Standards related to psychosocial risks at work*, I-Who Publications, Nottingham.
172. William B., Douglas M., (2012), *Organizational change and development: The efficacy of transformational leadership training*, *Journal of Management Development*, vol. 31(6), pp. 520-536.
173. Wood G., (2008), Introduction: employment relations in Africa. *Employee Relations*, 30(4).
174. Xanthopoulou D., Bakker A. B., Demerouti E., Schaufeli W. B., (2009), Reciprocal relationships between job resources, personal resources, and work engagement. *Journal of Vocational Behavior*, 74 (3).
175. Yang R., Zhuo X., (2009), *Organization theory and management: cases, measurements, and industrial applications*. Taipei: Yeh-Yeh.

CURRICULUM VITAE



Curriculum vitae Europass



Personal information

First name(s) / Surname(s) **Bondac Georgiana -Tatiana**
Address Drăgăești Pământeni village, Mănești commune, Dâmbovița county
Mobile 0762619156
E-mail georgianabondac@yahoo.com
Nationality Romanian
Date of birth 19.01.1993
Gender Female

Education and Training

Period	October 2016 – present
Qualification / diploma obtained	PhD student
The main disciplines studied / acquired professional competences	Fundamental field of Economic Sciences Doctoral field Management The title of the doctoral thesis, “The influence of stress on the activity of the organization. Case study in school organizations ”
Name and type of educational institution / provider formation	IOSUD - Doctoral School of Economic and Humanities „Valahia” University of Târgoviște
Period	2014-2016
Qualification / diploma obtained	Master's degree
The main disciplines studied / acquired professional competences	Change management, Project management, Conflict management, Performance management, Public services management, Intercultural management.
Name and type of educational institution / provider formation	„Valahia” University of Târgoviște, Faculty of Economic Sciences, Management field, study program Management of organizations.
Period	2011-2014
Qualification / diploma obtained	Bachelor's degree
The main disciplines studied / acquired professional competences	Management, Human resources management, Strategic management, Service management, Operational management, Comparative management
Name and type of educational institution / provider formation	„Valahia” University of Târgoviște, Faculty of Economic Sciences, Management field

Perioada 2018-2019
 Qualification / diploma obtained **Graduation certificate psycho-pedagogical training program - Level II**
 The main disciplines studied / Educational Communication, Psychology of Adolescents, Youth and Adults,
 acquired professional Design and Management of Educational Projects, Domain Didactics and
 competences Development in Specialty Didactics.
 Name and type of educational Department for the Training of Teaching Staff, "Valahia" University of Târgoviște
 institution / provider
 formation

Period 2017-2018
 Qualification / diploma obtained Graduation certificate psycho-pedagogical training program – Level I **Postgraduate**
 The main disciplines studied / Educational psychology, Pedagogical foundations, Theory and methodology of the
 acquired professional curriculum / training / evaluation, Computer-assisted training, Management of the
 competences student class.
 Name and type of educational Department for the Training of Teaching Staff, „Valahia” University of Târgoviște
 institution / provider
 formation

Period 2007-2011
 Qualification / diploma obtained **Baccalaureate diploma**
 The main disciplines studied / **Real profile, mathematics-computer science**
 acquired professional
 competences
 Name and type of educational Petru Cercel Theoretical High School, Târgoviște
 institution / provider
 formation

Mother tongue(s) Romanian

Other language(s) English, French, Italian

	Understanding		Vorbire		Sciere
	Listening	Reading	Spoken interaction	Oral speech	Written expression
English	A 2	B 1	A 2	A 2	B 1
French	A 2	B 1	A 2	A 2	A 2
Italian	A 2	B 1	A 2	A 2	A 2

Social skills and competences Capacity of argumentation and conviction, gained through participation in conferences, symposiums on various topics of interest, organized by the Valahia University of Targoviste - International Session of Scientific Communications of Student Circles

Organisational skills and competences Organizational spirit proven in the activities carried out within the simulated enterprises, but also developed individual work capacity.

Computer skills and competences Good knowledge of the instruments Microsoft Office™ (Word, PowerPoint, Excel, Acces)

- Other skills
- Participation and obtaining prizes at Student Scientific Communications Sessions
 - Participation and obtaining the first prize in the contest „Romanian Business Challenge”
 - Otelinox internship approximately 3 months,
 - Participation and obtaining the III prize in the project "From theory to paractics through simulated enterprises",
 - Volunteering in the project “University education for people with disabilities”.

- Specialization certificate Human Resources Inspector
- Participation in the School of Excellence in Tourism and Entrepreneurship, Ploiești
- Voluntary activity within the Association of Young Entrepreneurs from the Virtual Environment
- Volunteering books editor
- Participation in the National Fair of Simulated Enterprises within the SIMPRACT project
- Participation in the Summer School within the SIMPRACT project

LIST OF SCIENTIFIC WORKS

ARTICLES PUBLISHED IN SCIENTIFIC MAGAZINES

- 2018** Sinisi Ileana Crenguța, **Bondac Georgiana-Tatiana**, Ilie Oana-Mihaela, *The Stress Generated by the Introduction of NICT in the Educational Environment*, International Conference « Global Interferences of Knowledge Society » 2nd Edition, 16 - 17 November 2018, Târgoviște - Romania, Lumen (in process of publication)
- 2018** Popescu Constanța, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *Techno-stress, the generator of conflict professional life - private life*, International Conference, Globalization, Innovation and Development. Trends and Prospects, (G.I.D.T.P.), May 16 - 17, Alexandria, România, Lumen, (in process of publication).
- 2018** Popescu Constanța, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *The "Techno-stress" Phenomenon and Its Consequences in the Modern Organization*, Proceedings Volume of 9th Lumen International Scientific Conference Communicative Action & Transdisciplinarity in the Ethical Society, CATES 201724-25 November, Targoviste Romania, pp. 224-238, <http://proceedings.lumenpublishing.com/ojs/index.php/lumenproceedings/article/view/23>.
- 2017** Bondac Georgiana Tatiana, Hrestic Maria Luiza, Sinisi Ileana Crenguța, *The Mobbing Phenomene and its Impact on the Employees Activity*, Lumen Proceedings, Proceedings Volume: Risk in Contemporary Economy, Volume 1, Issue 1, ISBN: 978-973-166-496-5 | e-ISBN: 978-973-166-483-5, October 2017, Iași, pp. 274-293, http://lumenpublishing.com/proceedings/wp-content/uploads/2017/11/RCE_2017_274-283.pdf.
- 2019** Constanța Popescu, **Georgiana Tatiana Bondac**, Oana Mihaela Ilie, *Stress generated by the digital environment*, International Scientific Conference "Accounting and Finance - Universal Business Languages" The 4th edition, 12 April 2019, Constantin Brancoveanu University, Pitesti (in process of publication).
- 2019** Constanța Popescu, Diana Nicoleta Georgescu, **Georgiana - Tatiana Bondac**, *Stress Manifestations Depending to the Types of Leadership*, International Scientific Conference "Accounting and Finance - Universal Business Languages" 4th Edition,

April 12, 2019, Constantin Brancoveanu University, Pitesti (in process of publication).

- 2018** Popescu Constanța, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *Ways to Reduce Technostress Generated by Access / Lack of Access to Digital Media*, Constantin Brâncoveanu University, Management Strategies Magazine, Economic Independence Publishing House, ISSN 2392 - 8123, ISSN – L 1844 - 668X, Year XI, no.IV (42) / 2018, pp.117–124.
http://www.strategiimanageriale.ro/images/images_site/categorii_articole/pdf_categorie_97bcfc1eb5fe6c8a1e200ae31631f269.pdf.
- 2018** Oana Ramona, Bauer (Hamburda), Elena Cristina, Stroe (Ion), **Georgiana Tatiana Bondac**, *The Leader, the Generator of Change in the School Organization*, Constantin Brâncoveanu University, Journal of Management Strategies (Management Strategies), Economic Independence Publishing House, ISSN 2392 - 8123, ISSN – L 1844 - 668X, Year XI, no. IV (42) / 2018, pp. 26-30.
http://www.strategiimanageriale.ro/images/images_site/categorii_articole/pdf_categorie_97bcfc1eb5fe6c8a1e200ae31631f269.pdf.
- 2018** Iacob Silvia Elena, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *Combating stress caused by excessive use of new information and communication technologies (ICTs) in the workplace*, Procedia of International Multidisciplinary Conference ICM 2018 „Innovation, Creativity and Management in the 21st century. Perspectives in Education”, Academia Publishing AEEPEC, ISBN 978-1-9998738-7-5, Turcia.
- 2018** Popescu Constanța, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *The Impact of Technostress on Employees in a Digital Society*, Journal of Management Strategies (Management Strategies), Magazine no. IV (38) / 2017, Economic Independence Publishing House, ISSN 2392 – 8123, ISSN–L 1844–668X, pp. 508-515, Pitești,
http://www.strategiimanageriale.ro/images/images_site/categorii_articole/pdf_categorie_49ff66fc8a92339c3e1a08142ec9b18a.pdf.
- 2018** Popescu Constanța, Ilie Oana - Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *The "Techno- Stress" Phenomenon - Measures to Prevent it in Modern Organisation*, Constantin Brâncoveanu University, Contemporary Economy Magazine, The Journal Contemporary Economy, Vol. 3, NO. 3/2018, ISSN 2537 – 4222, ISSN-L 2537 – 4222, pp. 134-138,
http://www.revec.ro/images/images_site/articole/article_a9b46484ae1ff0a195c9bf46641430c8.pdf.
- 2018** Ion (Stroe) Cristina Elena, Bondac Georgiana Tatiana, Hamburdă (Bauer) Ramona Oana, *Digital Resource and its Importance in the Educational*

Process, Constantin Brâncoveanu University, Contemporary Economy Magazine, Vol.3, No. 4/2018, ISSN 2537 – 4222, ISSN-L 2537 – 4222, pp. 125-128.

http://www.revec.ro/images/images_site/categorii_articole/pdf_categorie_781a1590a7bbaa1db9c4fa16e6d10718.pdf.

- 2018** Hamburdă (Bauer) Ramona Oana, **Bondac Georgiana Tatiana**, *The stages of effective change in pre-university school organizations*, Procedia of International Multidisciplinary Conference ICM 2018 „Innovation, Creativity and Management in the 21st century. Perspectives in Education”, Academia Publishing AEEPEC, ISBN 978-1-9998738-7-5, Turcia, pp. 212-217.
- 2017** **Bondac Georgiana Tatiana**, Maria-Luiza, Hrestic, Laurențiu-Andrei, Dănciulescu, *Coping, Strategy for Adapting and Managing Stress*, Revista Strategii Manageriale (Management Strategies), ISSN 1844 - 668X, Nr. IV (38)/2017, Pitești, pp. 338-344,
http://www.strategiimanageriale.ro/images/images_site/categorii_articole/pdf_categorie_49ff66fc8a92339c3e1a08142ec9b18a.pdf.
- 2017** **Bondac Georgiana Tatiana**, Popescu Constanța, *Influence of Emerging Psychosocial Risks and Workplace Stress*, Magazine of Managing Strategies (Management Strategies), Magazine no. 1 (35) /2017, Economic Independence Publishing House , ISSN 1844 - 668X, Pitești, pp. 726-731,
http://www.strategiimanageriale.ro/images/images_site/categorii_articole/pdf_categorie_7cc1cc724584196d6488870de82cf102.pdf.
- 2017** **Bondac Georgiana Tatiana**, Hrestic Maria Luiza, *Burnout Syndrome – Theoretical Aspects*, Magazine of Contemporary Economics, Vol. 2, No. 2 /2017, ISSN 2537 – 4222, ISSN-L 2537 – 4222, Pitești, pp. 119-124,
http://www.revec.ro/images/images_site/articole/article_8d03dad008a44253055c8d221c165ba4.pdf.
- 2017** **Bondac Georgiana Tatiana**, Hrestic Maria Luiza, *Changes in the Organizational Environment - Stress and/or Progress Factor*, Valahian Journal of Economic Studies, Volume 8 (22), Issue 4, 2017, ISSN-L 2067-9440 / ISSN 2344-4924, pp. 53-58,
http://www.vjes.eu/images/2017/issue4/8.%20bondac_hrestic_mocanu_bun.pdf.
- 2017** **Bondac Georgiana Tatiana**, *Le changement, un défi permanent au sein des organisations*, Revue Valaque d’Etudes Economiques (RVEE), Volume 8(22), NO. 2/2017, ISSN 2067 – 9459, Târgoviște, pp.17-22,
http://www.rvee.eu/images/2017/no2/6.rvee%20vol.8%2022%20no_2_bondac.pdf.
- 2016** Maria-Luiza Hrestic, **Georgiana Bondac**, *The Factors Influencing Organizational Stress*, Supplement of Quality - Access to Success Journal, Vol. 17, ISSUE S2, 2016 ISSN 1582-2559 (electronic format, on CD-ROM), a

CNCSIS cited category B+ and indexed BDI into the international databases: SCOPUS, EBSCO, CABELL'S, PROQUEST, pp. 79-84,
<http://search.proquest.com/docview/1793541320?pq-origsite=gscholar>.

- 2015** Ana Lucia Ristea, **Georgiana Bondac**, *Professional Stress Emergence – Explanatory Models a Panorama of the Best Known Theoretical Approaches*, Valahian Journal of Economic Studies, Volume 6, Issue 4/2015, ISSN-L 2067-9440 / ISSN 2344-4924, pp. 47-56,
http://www.vjes.eu/images/2015/issue4/8.vjes%20vol.%206%2020%20issue%204%202015_ristea.pdf.

**PARTICIPATION AT
CONFERENCES AND
SCIENTIFIC RINGS**

- 2018** Sinisi Ileana Crenguța, **Bondac Georgiana-Tatiana**, Ilie Oana-Mihaela, *The Stress Generated by the Introduction of NICT in the Educational Environment*, INTERNATIONAL CONFERENCE « Global Interferences of Knowledge Society » 2nd Edition, 16 - 17 NOVEMBER 2018, Târgoviște – România.
- 2018** Popescu Constanța, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *Techno-stress, the generator of conflict professional life - private life*, International Conference, Globalization, Innovation and Development. Trends and Prospects, (G.I.D.T.P.), May 16 - 17, Alexandria, România.
- 2018** Hamburdă (Bauer) Ramona Oana, **Bondac Georgiana Tatiana**, *tages of effective change in pre-university school organizations*, ICM International Multidisciplinary Conference 2018 «Innovation, Creativity and Management in sec. XXI », 1st Edition, March 30 - April 3, 2018, Istanbul (Turkey), Organizers: A.G.C.D.R. «Romanian Dăscălimea», Ialomița County School Inspectorate, AEPEEC Research and Educational Resources Center.
- 2017** Popescu Constanța, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *The "Techno-stress" Phenomenon and its Consequences in the Modern Organization*, 9th Lumen International Scientific Conference Communicative Action & Transdisciplinarity in the Ethical Society, CATES 2017, November 2017, Târgoviște, România.
- 2017** **Bondac Georgiana Tatiana**, Hrestic Maria Luiza, Sinisi Ileana Crenguța, *The Mobbing Phenomene and its Impact on the Employees Activity*, The international conference "Risk in the Contemporary Economy", organized by the Faculty of Economics and Business Administration at the "Dunărea de Jos" University in Galați under the aegis of the Association of Faculties of Economy of Romania (AFER), the Academic Management Society of Romania (SAMRO) and European Foundation

of Management Development (EFMD) between 9 and 10 June 2017.

- 2019** Constanța Popescu, **Georgiana Tatiana Bondac**, Oana Mihaela Ilie, *Stress generated by the digital environment*, International Scientific Conference "Accounting and Finance - Universal Business Languages" 4th Edition, April 12, 2019, Constantin Brancoveanu University, Pitești.
- 2019** Constanța Popescu, Diana Nicoleta Georgescu, **Georgiana - Tatiana Bondac**, *Stress Manifestations Depending to the Types of Leadership*, International Scientific Conference "Accounting and Finance - Universal Business Languages" 4th Edition, April 12, 2019, Constantin Brâncoveanu University, Pitești .
- 2018** Popescu Constanța, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *Ways to Reduce Technostress Generated by Access / Lack of Access to Digital Media*, International Conference Knowledge Economy Challenges of the 21st Century – European Dynamics in a Changing World, Constantin Brâncoveanu University, Pitesti, November 29, 2018.
- 2018** Oana Ramona, Bauer (Hamburda), Elena Cristina, Stroe (Ion), **Georgiana Tatiana Bondac**, *The Leader, the Generator of Change in the School Organization*, International Conference Knowledge Economy Challenges of the 21st Century – European Dynamics in a Changing World, Constantin Brâncoveanu University, Pitesti, November 29, 2018.
- 2018** Popescu Constanța, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *The Impact of Technostress on Employees in a Digital Society*, International Conference Knowledge Economy Challenges of the 21st Century – Future of Europe - Different Scenarios, Constantin Brâncoveanu University, Pitesti, November 29, 2018., 24 November 2017.
- 2018** Popescu Constanța, Ilie Oana-Mihaela, **Bondac Georgiana Tatiana**, *The "Techno-Stress" Phenomenon - Measures to Prevent It In Modern Organisation*, International Scientific Conference Accounting and Finance – The Global Languages in Business - 3rd Edition, Constantin Brâncoveanu University, Pitesti, 23 March 2018.
- 2018** Ion (Stroe) Cristina Elena, **Bondac Georgiana Tatiana**, Hamburdă (Bauer) Ramona Oana, *Digital Resource and its Importance in the Educational Process*, International Scientific Conference Accounting and Finance – The Global Languages in Business - 3rd Edition, Constantin Brâncoveanu University, Pitesti, 23 March 2018.
- 2016** **Bondac Georgiana Tatiana**, Popescu Constanța, *Influence of Emerging Psychosocial Risks and Workplace Stress*, Constantin Brâncoveanu University, Conferința internațională Knowledge Economy - Challenges of the 21st Century. Europe under pressure - the social and economic crisis, 17-18 november 2016.
- 2017** **Bondac Georgiana Tatiana**, Maria-Luiza, Hrestic, Laurențiu-Andrei Dănciulescu, *Coping, Strategy for Adapting and Managing Stress*, International

Conference Knowledge Economy Challenges of the 21st Century – Future of Europe - Different Scenarios, Constantin Brâncoveanu University, Pitesti Pitești, 24 November 2017.

- 2017 Bondac Georgiana Tatiana**, Hrestic Maria Luiza, *Burnout Syndrome – Theoretical Aspects*, International Scientific Conference “Accounting and Finance – The Global Languages in Business”, 2nd Edition, 17 March 2017, Pitești.
- 2017 Bondac Georgiana Tatiana**, Hrestic Maria Luiza, *Changes in the Organizational Environment - Stress and/or Progress Factor*, International Conference “Contemporary Challenges for the Society in the Context of the Recent Economic and Social Changes” -2nd Edition-, Valahia University of Târgoviște, June 23-24, 2017.
- 2017 Bondac Georgiana Tatiana**, *Le changement, un défi permanent au sein des organisations*, "Valahia" University of Târgoviște, Doctoral Research Symposium, September 29-30, 2017.
- 2017 Bondac Georgiana Tatiana**, Coping - Stress Adaptation Method, Oil-Gas University of Ploiești, Interdisciplinary Scientific Symposium Education and sustainable development in the EU 28, 9-11 May 2017, 2nd prize.