

<https://doi.org/10.37708/ezs.swu.bg.v24i1.13>

**АЗ-ЕФЕКТИВНОСТТА НА УЧЕНИЦИТЕ ОТ 11. КЛАС ПО
ОТНОШЕНИЕ НА КЛЮЧОВИ КОМПЕТЕНТНОСТИ ЗА УЧЕНЕ
ПРЕЗ ЦЕЛИЯ ЖИВОТ
(ПРОУЧВАНЕ НА ЕЗИКОВИТЕ КОМПЕТЕНТНОСТИ НА
УЧЕНИЦИ ПО АНГЛИЙСКИ ЕЗИК)**

Яна Манова

Югозападен университет „Неофит Рилски“, България
Email: yana_georgieva@swu.bg

ORCID ID: 0000-0001-5314-5594

**“SELF-EFFICACY” OF 11-GRADERS IN RELATION TO KEY
COMPETENCES FOR LIFELONG LEARNING (A STUDY ON THE
LANGUAGE COMPETENCES OF STUDENTS OF ENGLISH)**

Yana Manova

South-West University “Neofit Rilski”, Bulgaria

ABSTRACT: The hereby presented study focuses on an aspect of education which casts light on the influence of Bulgarian learning process not only professionally, but also as a way to foster the development of qualities such as self-confidence, optimism and persistence among students. The paper is based on the Self-efficacy theory of Albert Bandura as well as studies by other linguists in the field. It focuses on the capacity and capability of people to enhance their personal qualities, but also determines their willingness to create favourable personal environment for their future career prospects. In the aspect of secondary education, the ideas presented would benefit the personal and professional growth of young individuals in a world of technology, competition and change. Through quantitative and qualitative analysis, based on the results of an essay as a form of assessment and the supportive role of a survey, this research aims to outline the advantages and challenges of the education system in Bulgaria at high school. An additional incentive for the analysis is the survey conducted, which reveals the understanding and readiness of young people to delve into the world of career and development. Recommendations on boosting the self-efficacy of students are given with view of helping them in their future endeavors as responsible and capable professionals.

KEYWORDS: self-efficacy, confidence, school, competences, lifelong learning, motivation, English

Увод

В свят на все по-бързо развиващи се технологии, на навлизането на изкуствения интелект във всички сфери на живота и промяната на начина на мислене на хората, назрява дискуссионната тема за ефективността при усвояване на знания и умения, нужни за справяне с бързите темпове на

развитие във всички етапи на образованието и различните аспекти на кариерно ориентиране. Това несъмнено води началото си от училищната скамейка, където в период от 12 години обучаващите се изграждат не само като ученици, но и като личности. Основната задача, която стои пред тях, вече не е просто натрупването на знания, а формирането на трансверсални умения и нагласи за развиване на важни качества като дисциплинираност, точност, отговорност, увереност в собствените способности, желание за развитие на личностно и кариерно равнище и т.н., които биха допринесли за успешна реализация в обществото и на пазара на труда. В тази връзка все по-голямо внимание се обръща на усвояването на ключови компетентности за учене през целия живот, необходими за пълноценна личностна реализация, здравословен начин на живот, пригодност към заетост и социално приобщаване. Усъвършенстването на основни компетентности води от своя страна до по-добро качество на живот вследствие на по-високата самооценка на учащите. В тази връзка, основната цел на това проучване е да се провери до каква степен самооценката влияе на подрастващите при формиране на личностни качества и как тези качества се отразяват на техните схващания за живота, как самооценката се променя в зависимост от средата, в която се обучават и живеят, както и какво подпомага или забавя тяхното развитие като личности.

Освен да формират знания и умения у своите ученици по време на обучението им, учителите във всички етапи подпомагат и развиването у подрастващите на човешки качества като дисциплина, умения за разсъждаване и запомняне, точност, но и увереност в собствените способности, желание за личностно и кариерно развитие и т.н. Много страни изработват стратегии и промотират идеята за „учещо общество“. Гарипагаоулу (2013) говори за разработване на идеи за конкурентноспособност, като подчертава, че: „...е от съществено значение за образованието да насърчава положителната нагласа към ученето през целия живот и да подготвя учениците за високите очаквания на новия свят след тяхното завършване“ (Garipagaoglu, 2013, p. 225)¹.

И докато все още е разпространено схващането, че основна цел на обучението в училище е получаването на нови знания по различни предмети, всъщност в бързо развиващото се общество на различни поколения и гледни точки е точно толкова важно у учениците да се формират компетентности, които да ги преведат по пътя на осъзнаване на собствените им качества и тяхното усъвършенстване.

Аз-ефективност и ключовите компетентности за учене през целия живот

Европейската референтна рамка дефинира следните ключови компетентности за учене през целия живот:

1. Езикова грамотност

¹ Преводът на всички цитати е на автора – Я.М., освен ако не е упоменато друго.

2. Многоезикова компетентност
3. Математическа компетентност и компетентност в областта на точните науки, технологиите и инженерството
4. Цифрова компетентност
5. Личностна компетентност, социална компетентност и компетентност за придобиване на умения за учене
6. Гражданска компетентност
7. Предприемаческа компетентност
8. Компетентност за културна осведоменост и изява.

Компетентностите са определени като съчетания от знания, умения и нагласи като:

„знанията са съставени от фактите и цифрите, понятията, представите и теориите, които са вече утвърдени и подпомагат разбирането на определена област или предмет; уменията се определят като способността и възможността на човек да извършва разсъждения и да използва съществуващите знания, за да постигне резултати; нагласите описват предразположението и начина на мислене за действие или реагиране на идеи, лица или ситуации“ (с. 189).

Според Цимерман (1995), най-голямото предизвикателство пред подрастващите е свързано с развиването на академични компетентности.

„академичните [им] постижения предопределят обществените нагласи и професионалната [им] кариера....Именно нарастващото им чувство за Аз-ефективност и целеустременост оказва основно влияние върху крайното ниво на техните постижения“ (Zimmerman, 1995, p. 202).

Съществена роля за успешното усвояване на ключовите компетентности играе Аз-ефективността – психологическа концепция, отразяваща увереността в собствените способности за планиране и провеждане на поредица от действия, необходими за постигането на определени резултати (Bandura, 1977, p. 3, Каличо/Caliccho, 2023).

Обучение и Аз-ефективност

По време на своето обучение всеки човек преминава през различни етапи, които включват придобиване на теоретични знания, практически опит, както и формиране на човешки качества и нагласи като увереност, мотивация и много други. Споменатите горе оказват пряко влияние върху развиването на тези качества. А. Бандура (Bandura, 1995, p. 1) постулира, че:

„неспособността да се упражнява влияние върху неща, които се отразяват неблагоприятно на живота, поражда страх, апатия или отчаяние. Следователно способността да се произвеждат ценни резултати и да се предотвратяват нежелани такива, осигурява мощни стимули за развитието и упражняването на личен контрол“ (Bandura, 1995, p. 1).

Разглеждайки ролята на Аз-ефективността в образователен контекст, З. Маркова (Маркова/Markova, 2019, с. 33) допълва, че:

„много често неоправдано високата самооценка води до подценяване на учебната ситуация и вследствие на това до недостатъчна подготовка... В други случаи липсата на висока самооценка може да доведе до състояние на тревожност, преувеличаване на трудностите ... и, за съжаление, до невъзможност за адекватно прилагане на натрупаните знания на практика“.

Вярата в собствените умения, постижения и цели е пряко свързана с Теорията за Аз-ефективността (Self-efficacy Theory) на Албърт Бандура. Разглеждана в неговите публикации от 1977, 1982 и 1986 г., тя включва не само обучението, но и психологическия аспект на личностното развитие, самооценката и самокритиката. Известен с теорията си за социалното учене, базирана на наблюдението и подражанието, Бандура поставя основите на Аз-ефективността и разглежда ефекта от нея, именно увереността, която от своя страна води до моделирането на характера и мотивацията, както и до вярата в собствените способности.

Дж. Хуанг (Huang, 2025) описва Аз-ефективността като съвкупност от три съществени елемента – собствената оценка, очакването на последствията от действието на дадения човек и убедеността в собствените способности: „Тези три елемента заедно формират същината на Аз-ефективността и оказват силно въздействие върху когнитивните, емоционалните и поведенчески способности на личността“ (Huang, 2025, p. 111).

Реалната самооценка е в основата на изграждането и усъвършенстването на качества у учениците и отразява техните истински амбиции и желания. Липсата на адекватна самооценка тогава, когато те подценяват себе си и способностите си, води до нежелани последици като тревожност, апатия, несигурност и нежелание за развитие. Другата възможност за нереална самооценка – когато тя е неоснователно завишена, води до нереалистични възгледи за света, за способностите и за очакванията на индивида. И в двата случая резултатът е трудност при развиването на ключови умения, способности и характер като цяло. Тъй като една голяма част от живота си подрастващите прекарват в училище, се смята, че там именно те създават определени ключови качества за своето развитие като отделни личности.

Според Бандура (Bandura 1995) вярата в собствените умения се обуславя от четири източника на Аз-ефективност² – от личния успех, от успеха на даден социален модел, от социалното убеждаване, както и от психологическото и емоционално състояние на дадения човек. Личният успех според Бандура, а и според Байрън и Уилсън (Biran & Wilson, 1981), Саез-Зевайос, Кунца-Аранзабал, Абанто-Рамирез (Saez-Zevallos, Cunza-

² Бандура нарича тези форми на влияние *sources of self-efficacy*.

Aranzábal, Abanto-Ramírez, 2025) и други изследователи, е основният фактор за развиване на Аз-ефективността. Увереността в собствените умения се изразява в убеждението, че човек може да се справи успешно с поставена задача или действие. Тя е механизмът, който задвижва вярата в собствените умения и мотивацията за развитие, докато неуспехът подкопава тази вяра особено ако Аз-ефективността не е стабилно изградена в характера на човека. Социалните модели от своя страна помагат на индивидите да се идентифицират с успешни други индивиди и това повлиява положително на вярата в собствените им възможности, а оттам води и до повишаване на тяхната Аз-ефективност. Готовите успешни модели – в лицето на сполучлив опит от обкръжението на даден човек, също могат да послужат за пример, но най-вече за придобиване на когнитивни, поведенчески и саморегулиращи качества, които да подпомогнат личността в непрекъснато променящите се житейски ситуации. Моделирането или следването на даден модел, е един вид копиране/наблюдаване на други хора, които са се сблъскали и справили с действие, с което човекът се справя или трябва да се справи. Моделирането е подражаване на други личности, извършване на действия, които те са извършили, и следване на подход, който те са използвали, за да постигнат дадена цел. Връзката с предишния опит представлява фокусът върху успешните и неуспешните постижения на дадено лице. Този опит служи за формиране на определени нагласи у човека, помага му да се усъвършенства, да се поучи от този минал опит и да не допуска грешките от неуспешните си постижения.

Убеждаването на някого, че притежава необходимите качества да постигне успех, оказва несъмнено важно влияние върху увереността му, което води не само до създаване на определени умения, а и до чувство на собствена ефективност (с. 3). Бандура поставя емоционалното и психологическо състояние на дадена личност на по-заден план – като свързано с поощряването на Аз-ефективността, но според моето виждане, а практиката го и доказва, тези състояния също са важен фактор при формирането на увереност в собствената ефективност, и то в немалка степен. Тази увереност е свързана с положителната нагласа и подкрепа от външната среда в лицето на други хора, които насърчават индивида да се справи с дадена трудност или предизвикателство. Този елемент е от ключово значение за развитието на даден човек, тъй като в голяма част от случаите именно положителната оценка действа като мощен мотиватор за развитие, усъвършенстване и подобряване на личностните компетентности. При много малко хора критиката действа положително, а похвалата е стимулатор за по-нататъшно и по-успешно развитие. Моментното емоционално състояние пък може да мотивира бъдещото развитие на младежите, но може и сериозно да наруши баланса в тяхното съзнание и да доведе до поведенчески модели, които да разрушат или поне да влошат Аз-ефективността им. А що се отнася до подрастващото поколение, това важи с още по-голяма сила.

Маркова (Маркова/Markova, 2019, с. 49 – 50), цитирайки Бандура, също разглежда в дълбочина и дефинира източниците на Аз-ефективността както следва:

- Директен (или енактивен) опит, получен от нашето представяне при изпълнението на дадена задача. Според нея този източник влияе най-силно върху Аз-ефективността поради личното ни участие в съответното преживяване. Когато човек постига лесно успехите си, започва да очаква бързи резултати и ако това не се случи, се обезкуражава.

- Косвен опит, получен чрез т.нар. „социално моделиране“. Това е процесът на наблюдение на изпълнението на трудни задачи от други хора, които се възприемат като модели в дадената ситуация. Ако техният успех е резултат от постоянство и усилие, у наблюдаващия се засилва убеждението, че той също може да усвои уменията за изпълнение на тези задачи. Неуспехът, от своя страна, има негативно влияние върху наблюдаващия, т.е. може да го обезкуражи, че той самият би се справил с подобна задача.

- Социално убеждаване – процесът, при който други хора убеждават индивида в неговите собствени способности да се справи с дадено предизвикателство. Вариант на социалното убеждаване е т.нар. самоинструктиране – процес, при който човек сам убеждава себе си, че може да се справи със съответната задача.

- Афективна възбуда – психосоматичните състояния, предизвикани от ситуации на стрес, тревожност и др.

Стабилното психологическо състояние, вратата в собствените умения и убеждението, че едно дете е достатъчно способно да се справи с всякакви предизвикателства, може да промени нивото му на Аз-ефективност в една или друга посока. Този процес намира най-ясна проява в тийнейджърските години, когато социумът, приятелите и училищната среда като цяло силно повлияват характера на учениците.

Образователният процес в България започва още от детската градина, където в последните групи, наред с физическите способности на децата, се поставя началото и на формирането на характера им, като това става възможно вследствие на комуникацията с възпитатели и други деца от групата. Същинското развитие на личностните характеристики на децата се изгражда в периода от първи до дванадесети клас, т.е. в процеса на обучение в училище. Наред с конвенционалните компетентности, които учениците придобиват, като способност за четене, писане, слушане, разбиране и др., се изграждат основите и на качества като увереност, отношение и желание за развитие. Както споменават Кая и др.:

„Една от важните цели на образованието е да научи младите хора как да развият положително отношение към бъдещето и да повишат своето удовлетворение от пътешествието на живота към това да станат квалифицирани личности и професионалисти“ (Кая et. al., 2013, p. 3870)

Отношението към училището според Вересова и Мала е „вярванията, мислите и мнението относно училището и обучението, изградени върху емоции, както и тенденцията за поведение в съответствие с благоприятни и неблагоприятни преживявания, свързани с тези процеси“ (Verešová, Malá, 2016, p. 871). Именно това отношение е в основата на бъдещото академично израстване на всеки индивид, както и на създаването на нагласа за учене през целия живот. Тъй като Аз-ефективността също е вяра, убеденост в собствените възможности за осъществяване на определени дейности и постигане на определени резултати, ролята ѝ за изграждане на академично, професионално и личностно развитие и за постоянен стремеж към това не е маловажна.

Мадъкс (Maddux, 2016) определя Аз-ефективността по-скоро като най-ползена, когато е отнесена към специфичните очаквания за компетентностите в точно определен контекст. Фокусът тук не е поставен върху реалните компетентности, а по-скоро върху очакванията за развитие, промяната и адаптацията към определена среда.

Анализ на Аз-ефективността при учениците

Увереността в собствените способности дава на всеки човек мотивация да се развива, да надгражда умения и знания и по този начин непрестанно да се усъвършенства. До каква степен това е валидно за 17-, 18-годишните, които са на прага на зрелостта, беше проверено чрез изследване на Аз-ефективността по отношение на ключовите компетентности за учене през целия живот на единадесетокласници от две държавни училища в областен град в България. В тази възрастова група тийнейджърите имат сравнително цялостно изградена визия за ценност, кариера и ориентация и са достатъчно зрели да осъзнават важността на вярата в собствените си умения, а и влиянието на социума. Изследването беше проведено в периода март – април 2024 г. и включваше анкета (*Приложение 1*)³, попълнена анонимно и на доброволен принцип. Анкетата е направена в съответствие със стандартите за изследвания, включващи хора.

В анкетата бяха зададени въпроси, засягащи степента на увереност у единадесетокласниците по различни професионални и глобални теми, като скалата за оценка варира, както следва:

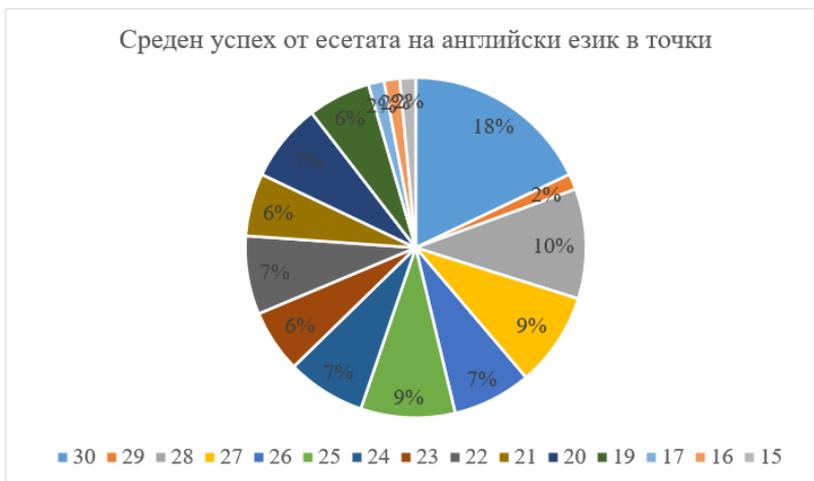
категорично да / да / не мога да преценя/ не/ категорично не.

Темата на есето, което се очакваше да напишат в допълнение към анкетата, е „Какво може да даде образованието на младите хора в България“. Различни групи ученици писаха есета на различни езици – български, английски, немски и френски – като целта беше да се съберат данни, позволяващи сравняването на анкетните данни за Аз-ефективността на изследваните ученици по отношение на владеенето на съответните езици с

³ Публикуваната в *Приложение 1* анкета предоставя единствено въпросите, чиито отговори се дискутират в настоящото изследване.

реалните им езикови умения. В проучването с английски език, което е предмет на настоящата разработка, взеха участие 67 ученици от 11. клас от две гимназии с разширено изучаване на чуждия език. Есетата бяха оценени съгласно критериите за държавния зрелостен изпит (ДЗИ) по английски език, където максималният брой точки е 30. Тези точки са разпределени по критерии, които отразяват езиковите, граматичните компетентности, правописа и съдържанието. Диапазонът за съдържание е от 0 до 9 т., съобразяването с обема на писменото съчинение носи от 0 до 2 т., за езикова и лексикална компетентност учениците могат да получат съответно от 0 до 9 т., а правописът им носи от 0 до 2 т. Заедно с проверката на езиковото ниво бяха съпоставени и отговорите на анкетата, които учениците са дали. Направената анкета позволява да се анализира до каква степен езиковите възможности на учащите се припокриват с общата им култура, с нагласата им за живота и кариерата, както и с тяхната самооценка. Извършеният количествен и качествен анализ на резултатите показва не само нивото на владеене на чуждия език, в този случай английски, но и увереността на учениците в техните умения, мотивацията им за развитие и планове им за бъдещото кариерно ориентиране.

При количествения анализ най-висок процент ученици от анкетиранияте са получили максимален брой точки 30 – 18%. 10% от средношколците са показали резултати от 28 т., последвани от 9% за 27 и 25



т. С равен процент (7%) са учениците, които са показали знания за съответно 26 т., 24 т., 22 т. и 20 т. В 6% от случаите гимназистите са показали резултати от 23 т., 21 т. и 19 т. Единични случаи на резултати под 20 т. също се наблюдават. Високите резултати са обясними поради факта, че анкетиранияте се обучават в профил с разширено изучаване на английски език.

На езиково ниво и на база на проверените есета качественият анализ показва изключително добро владение на езиковите конструкции и богатство на лексикалния запас, които учениците използват правилно и компетентно. Наблюдава се правилно използване и на по-сложни синтактични конструкции като условни изречения, емфатични изрази и др. На лексикално равнище при проверените есета се забелязва устойчивост при употребата на по-комплексни изрази, колокации и свързващи думи като *however, in addition, firstly* и т.н. Нещо друго, което прави впечатление, е отличната писмена грамотност при всички проверени есета, както и пълното съответствие със зададения формат и обем на писмените разработки. Направените наблюдения сочат за систематично усвояване на знания и умения, които да подпомогнат гимназистите при кандидатстване с английски език, както и за добрата им осведоменост по отношение на формата на ДЗИ и на есето като вид писмена разработка. Сравнението на тези резултати с данните от анкетата, в която учениците демонстрират сравнително висока Аз-ефективност по отношение на уменията си да аргументират убедително позиция на английски език, показва голяма степен на съответствие между тяхната самопреценка и реалните им умения.

Освен чуждоезиковата компетентност интересен аспект от настоящото изследване е наблюдението върху разбирането и отношението на учениците към образователната система в България. Тук анализът проследи не само мнението им за училището като образователна институция, но и съответствието между изложените гледни точки и отговорите на в анкетата. Що се отнася до разбирането на учениците за съвременното образование, правят впечатление определени коментари, които насочват към мотивацията им за развитие, проявата на критично мислене и трезвия поглед към живота около тях. Според голяма част от анкетираните образованието помага на младите хора да се развиват като личности и ги мотивира при избора им на по-нататъшна кариера. Преобладаващата тенденция е към по-скоро положително отношение към българското образование, което те смятат, че акцентира върху постигане на по-добра екипна работа, изграждане на дисциплина и личностно развитие. Като основен фактор за това гимназистите посочват ролята на учителя, неговата професионална подготовка и мотивацията за работа, което е и един от четирите източника, които Бандура посочва за формиране на по-висока Аз-ефективност, а именно ролята на успешния социален модел. Високата ефективност на учителя действа като мотиватор, който предизвиква подсъзнателно моделиране на добри практики и формиране на умения у учениците. Виждайки мотивацията и подготовката на преподавателите си, учениците на свой ред моделират поведението на своите „ментори“ в процеса на обучение, като по този начин тяхната Аз-ефективност расте.

В ключовите коментари за ролята на образователната система в България гимназистите поставят фокуса и върху формирането на граждански дълг, умения за пълноценен живот, емпатия и отговорност. Тук

проличава ясната гражданска позиция и стремежът за промяна пред предизвикателствата на живота в България, но и желанието учениците да са двигател на тази промяна. Проявата на ясна гражданска позиция говори за високо ниво на Аз-ефективността и по-специално за увереността в собствените умения – качество, изградено до етап на пълно личностно осъзнаване. Това естествено води до друг ключов елемент от дискутираните проблеми и предимства на българското общество – развитието на качества като емпатия и отговорност. В немалка част от анкетите този аспект се застъпва изключително стабилно. Умението на анкетирания да проявяват емпатия води началото си от добрата и реална самооценка. Един подрастващ, който е формирал аналитичното си мислене, може да си даде сметка за влиянието, което може да има сред връстниците си – да послужи за модел на подражание, а чрез копиране/наблюдение да предаде своите качества и на други ученици. Създаването и осъзнаването на чувството за отговорност е от изключително значение, когато става въпрос за кариерно ориентиране, формиране на цели и тяхното изпълнение. Проявата на отговорност е белег за реална лична оценка и осъзнатост. Поемането на отговорност изисква от индивида да има достатъчно висока Аз-ефективност, за да умее да се справи с предизвикателствата на лъжата, с бягството от поетите задължения и отхвърлянето на поставени задачи. Високата Аз-ефективност минимизира проявата на тези споменати явления, като мотивира младежите да се научат да поемат предизвикателствата в днешния свят на известна безнаказаност, като останат верни на себе си и преценките си.

Освен положителни аспекти на българското образование респондентите отбелязват и няколко негативни тенденции, които се очертават пред тях. Една от тях, несъмнено често коментирана, е големият брой учебни дисциплини, от които те не се интересуват, но които се налага да изучават. Подобни коментари дават основание да се смята, че младото поколение на този етап от образованието си вече има ясна представа от какво се интересува и какво да специализира. Като допълнение те посочват и множеството изпитвания и тестове, които създават усещане за стрес и пренапрежение у тях. Двата негативни аспекта могат да бъдат разглеждани като причинно-следствена връзка, която да действа като демотиватор за развитие в посоката, която е от интерес за подрастващите. Въпреки навлизането на технологиите във всяка сфера на живота все още има ученици, които смятат, че методите на преподаване са остарели и че това е спънка за тяхното интелектуално и академично развитие. Все повече ученици мислят, че използването на съвременни методи за обучение, въвеждането на повече практически задачи и такива, които развиват тяхната креативност, биха били по-ползени в учебния процес. Това, от една страна, показва зависимостта на младите от технологиите и тяхната убеденост, че всичко е „на клик разстояние“, но от друга, демонстрира желанието им да се развиват заедно със света, в който им предстои да градят кариера, да се

формират като личности и да придобиват умения за справяне именно в такава среда.

Аспект от коментарите в анкетата, който заслужава внимание, тъй като в известна степен има отношение към Аз-ефективността, е и наличието на вербален и невербален тормоз от страна на съученици. Ако един тийнейджър се чувства достатъчно комфортно в средата си на развитие, той може и ще покаже най-доброто от себе си, а защо не и да послужи за модел за подражание сред връстниците си. Високата реална самооценка води до желание за усъвършенстване, развитие и успех. От друга страна, нереалната такава би могла да доведе до чувство на неудовлетвореност, желание да изпъкнеш пред другите, а ако даден човек няма капацитета и мотивацията да го направи, това го превръща в агресор. От другата страна стоят учениците с по-ниска самооценка, онези, които не виждат себе си като модели за подражание. Именно вторите попадат в групата на жертвите на вербален и невербален тормоз. Медийните репортажи и новини за агресия сред подрастващите все повече насочват вниманието, че агресорите са отлични ученици, идващи от заможни семейства и с успели братя и сестри. Една от причините именно те да се превръщат в агресори, може да се търси в нереално завишената им самооценка, зад която се крие или страх от провал, или прекалено висок модел за подражание, който не ги мотивира, а ги пресираща.

Не на последно място стои несигурността на учениците, породена от проблеми от световната икономика, промените в климата, географските изменения и др. Този коментар може да бъде обяснен, от една страна, с тесните интереси на подрастващите в такъв етап от тяхното образование, но и от несигурността им по отношение на по-глобални теми. Малко са учениците, които искрено се интересуват от социална икономика, световен бизнес и др. А социалните мрежи не помагат за обогатяване на познанията им в тези области. Въпреки лесния достъп до информация „знаменитостите“ на деня си остават популярните лица в социалните медии, а малцина от тях обръщат внимание именно на проблеми от подобно естество.

Аз-ефективността и личностното развитие на учениците

Последният въпрос от анкетното проучване сред единадесетокласниците заслужава специално внимание, тъй като кореспондира с темите, разглеждани в есета, и е насочен към уменията, които младежите смятат, че притежават, както и към оценката, която имат за тях. Този въпрос дава ясна представа до каква степен младежите са уверени в собствените си способности, а така може да се направят изводи за тяхната изградена Аз-ефективност.

Уменията, които учениците посочват, че притежават, могат да се групират в няколко категории. В първата категория може да се постави чисто личностната им оценка. Повечето анкетиращи отбелязват, че притежават умения за формиране на ясна лична гледна точка, която не се

притесняват да изразят свободно, както и умение за разбиране на чуждата такава, че имат критическо и стратегическо мислене. Тази категория отразява техните вътрешни усещания за характера им. Това са качества, които са придобити на база на модели за подражание, психологическото състояние на индивидите и техните емоции. Чрез утвърждаване на тези умения младежите могат да развият по-стабилна и реалистична представа за себе си, а оттам и да покажат по-уверено своите компетентности. Вярата в собствените способности, ясната гледна точка и нейното свободно изразяване говорят за стабилното психологическо и емоционално състояние на учениците. Именно по този начин се повишава и тяхната Аз-ефективност.

Втората категория засяга по-скоро професионалните виждания и компетентности на изследваните бъдещи зрелостници. Тук попадат мнения, свързани с увереността при различаване на мнение от факт, с умения за работа в екип и използване на технологии. На този етап от живота им младежите на около седемнадесет години следва да са формирали основни умения за разграничаване на истина от лъжа, мнение и факт, както и да имат лесна приспособимост в различна среда. В училищна обстановка уменията за работа в екип се развиват посредством разработване на проекти, дискусийни уроци на различни теми и други форми на екипна работа – аспекти от урочната и извънурочната дейност, които все повече присъстват в съвременния образователен процес.

Последната категория показва наличие на висока Аз-ефективност по отношение на умения, свързани с физическото състояние на младежите. Все повече от тях обръщат специално внимание на начина си на живот, упражняват различни спортове и се интересуват от балансирано хранене. Това говори за осъзнатост при изборите, които те правят за собственото си съществуване, оттам и ясната представа за последиците от вредните навици на по-късен етап от живота им.

Фактори за повишаване на Аз-ефективността у учениците

Есето като форма на писмен текст на английски език следва строга структура и последователност, но от друга страна предполага и разгръщане на потенциала на пишещия, позволява да се изрази и лична позиция, която да даде информация за това как се определя един човек, какви са неговите виждания по даден въпрос и какви са притесненията му. Настоящата разработка е фокусирана върху образованието в България и как се отразява то на Аз-ефективността на единадесетокласниците в две от реномираните гимназии в сравнително голям град в България. Освен това обаче, с помощта на анкетата, проучването показва и други аспекти от мисленето на учениците, допълващи представата за оценката, която учащите имат за себе си, отразява техните възгледи по редица обществени въпроси и тревогите, които възпрепятстват развиването на пълния им потенциал.

Както Хуанг (Huang, 2025) отбелязва, основните стратегии за повишаване на Аз-ефективността у учениците могат да се групират като:

- подкрепа от учителите и обратна връзка;
- поставяне на цели и саморегулация;
- подкрепа от съмишленици и модели за подражание;
- семейно възпитание и социална подкрепа (Huang, 2025, pp.114 – 115).

На база на направения количествен и качествен анализ може да се заключи, че съществуват механизми, които да повлияят благоприятно Аз-ефективността у учениците. Няколко са насоките, които могат да бъдат полезни.

На първо място може да се постави ролята на учителите и създаването на по-стабилна връзка с тях. Преподавателите са хората, които могат да служат за мотиватор и модел за подражание. На база на собствения пример те по естествен начин влияят на израстването на учащите, като ги окуражават да се развиват и да покажат най-доброто от себе си. Окуражаването води до по-голяма сигурност при изпълнение на различни задачи, а оттам и Аз-ефективността се повишава.

Ролята и влиянието на социума е също от съществено значение. Ако учениците са заобиколени от съмишленици, хора с подобни на техните интереси и такива, които споделят техните възгледи, те се чувстват уверени и спокойни да изразяват свободно себе си и позицията си.

Интерактивното обучение, включващо теми и форми на работа, които да съдействат за развиване на качества като емпатия и съпричастност, също води до повишаване на увереността, спокойствието, а оттам и на Аз-ефективността у учениците.

Заключение

Теорията за Аз-ефективността е свързана с психологията, но тя намира приложение и в други академични области. Нейното приложение е от голяма важност за чуждоезиковото обучение, тъй като на база на застъпването на определени личностни характеристики един ученик може да развие и професионалния си потенциал. Вярата в собствените умения, увереността, че може да постигне повече, мотивацията са все качества, които са ценни в света на образованието. И тъй като подобни компетентности се зараждат и развиват през дълъг период от време, е естествено те да се променят от началните етапи на образованието и да се доусъвършенстват и след края на обучението в училище. Разбира се, подобни качества могат да се придобият и усъвършенстват и на по-късен етап от живота, но ролята им тогава е по-скоро в ръцете на самия индивид. Теорията за Аз-ефективността може да улесни учителите в стремежа им да изградят стабилни личностни качества у учениците, които всеки от тях да доразвие напред в живота си. Чрез директен опит, т.е. посредством изпълняване на задачи в училище, може да се окуражат учащите да подобрят своите знания и умения. И обратното, при негативен енактивен опит, те биха могли да изпитат тревожност, апатия и липса на интерес за развитие. Опитът, получен чрез т.нар. „социално моделиране“, важи в много голяма

степен за изграждането на стабилна увереност у младежите. Ако един индивид наблюдава успешното поведение на човек от своя кръг, това неминуемо ще му даде кураж да опита да се справи с всяко предизвикателство в училище и извън него. Не бива да се подценява и социалното убеждаване, при което „гласът“ на успеха действа като мотиватор за надскачане на собствените граници. Всичко споменато може да се види на практика при направения анализ на есетата на единадесетокласниците в две български училища. Есето, като форма на текст за изразяване на собствена позиция, обръща внимание на нагласите на учениците не само спрямо българското образование, но и показва тяхната лична позиция. Увереността, с която някои ученици изразяват своето мнение, се припокрива и с отговорите в направената за целите за проучването анкета. Реалната самооценка на учениците проличава при свободата на изказа им, оттам и увереността в техните качества като пълноценни граждани на България се повишава. У част от учениците се забелязва недостатъчна увереност в собствените им умения и способности. Тук самооценката е от значение за свободата на изразяване. Съществуват различни механизми за справяне с ниската самооценка, която би могла да доведе до състояния на тревожност, апатия и нежелание за усъвършенстване (Маркова/Markova, 2019). Ролята на родителя несъмнено е от основополагащо значение за развитието на даден индивид, но учителят, както и социумът са не по-малко важни мотиватори за повишаване на самоефективността на индивида. Чрез дискусии, намиране на баланс и индиректен опит учителите биха способствали за изграждането на ценни качества за успешно реализирани в живота ученици, а социумът, т.е. заобикалящата ги среда, дава на младежите т. нар. желание за развитие във всяка една сфера на дейност.

Не бива да се омаловажава фактът, че всички тези фактори могат да повлияят и отрицателно. В зависимост от характера на подрастващия, всеки един от гореспомнатите фактори може да окаже влияние по различен начин. Тук проличава и ролята на педагога, на родителя и обкръжението – усилията им да се насочат към усъвършенстване в една или друга посока.

Добрата и качествена комуникация, работата с различни и разнообразни източници, вникването в същината на всяка една личност могат да влияят при подпомагането на процесите на самоусъвършенстване, а това би подобрило не само качеството на учебния процес, но и успешната реализация на учениците в бъдеще.

Настоящото изследване е направено в рамките на проект „А3-ефективност по отношение на ключовите компетентности за учене през целия живот съгласно Европейската референтна рамка: Базово проучване“ (RP-B6/24).

БИБЛИОГРАФИЯ:

- Маркова, З. (2019).** *Аз-ефективност в подготовката на бъдещите учители по английски език*, Русе: Авангард принт. (**Markova, Z.** *Self-efficacy in the preparation of future teachers of English*, Ruse: Avangard print.)
- Каличо, С. (2023).** *Алберт Бандура и факторът Аз-ефективност: Пътюване в психологията на човешкия потенциал чрез разбирането и развитието на самоефективността и самооценката*, ebook. (**Caliccho, S.** *Albert Bandura and the self-efficacy factor: A journey into the psychology of human potential through the understanding and development of self-efficacy and self-esteem*, ebook.) <https://books.google.bg/books?id=gP3aEAAAQBAJ>
- Препоръка на Съвета на Европейския съюз. (2018).** *Препоръка на Съвета от 22 май 2018 година относно ключовите компетентности за учене през целия живот (Council Recommendation of 22 May 2018 on key competences for lifelong learning)*. <https://eur-lex.europa.eu>
- Bandura, A. (1977).** Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioural change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.19>
- Bandura, A. (1995).** *Self-efficacy in changing societies*. Cambridge University Press.
- Biran, M., Wilson, G.T. (1981).** Treatment of phobic disorders using cognitive and exposure methods: A self-efficacy analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 49, pp. 886–889.
- Garipagaoglu, B. C. (2013).** The effect of self-efficacy on the lifelong learning tendencies of Computer Education and Instructional Technologies pre-service teachers: A case study. *International Journal of Human Sciences*. (10)1, pp. 224–236.
- Huang, J. (2025).** Research on the Role of Self-Efficacy in Educational Achievement. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*, 59, pp. 110–117.
- Kaya, H., Bodur, G., & Yalınız, N., (2013).** *The relationship between high school students' attitudes toward future and subjective well-being*. 5th World Conference on Educational Sciences (WCES) (pp. 3869–3873). Rome, Italy.
- Maddux, J. E. (2016).** Self-efficacy. *Interpersonal and intrapersonal expectancies*. Routledge, pp. 41–46.
- Saez-Zevallos N. S., Cunza-Aranzábal, D. F., Abanto-Ramírez, C. D. & Montalvo-Apolín, D.E. (2025).** Relationship between English self-efficacy and language learning strategies among Peruvian university students: the mediating role of academic self-efficacy. *Front. Educ.* 10, p. 1668300. DOI: 10.3389/educ.2025.1668300.
- Verešová, M., Malá, D. (2016).** Attitude toward School and Learning and Academic Achievement of Adolescents, *ICEEPSY 2016. Education and Educational Psychology*, DOI:10.15405/epsbs.2016.11.90.
- Zimmerman, B. (1995).** *Self-efficacy and educational development*. Cambridge University Press.

Приложение 1. Увереност относно ключови компетентности за учене през целия живот съгласно Европейската референтна рамка

Уважаеми ученици,

Въпросите в тази анкета проверяват степента на увереност, която изпитвате относно различни умения, считани за важни за цялостната Ви личностна реализация в съвременния свят. Анкетата е анонимна и в нея няма верни и грешни отговори. Събраната информация ще бъде използвана за обучителни и изследователски цели, така че разчитаме на Вашата откровеност. Благодарим Ви за съдействието! Изследователският екип от Филологическия факултет на ЮЗУ „Неофит Рилски“

1. Аз съм:

От мъжки пол.

От женски пол.

Не желая да отговоря.

2. Уча в:

ЕГ "Акад. Людмил Стоянов"

ПМГ "Акад. Сергей Корольов"

Пето средно училище "Георги Измирлиев"

3. Уверен(а) съм в своите умения за:

3.1. Правилно разбиране на устна информация на английски език.

3.2. Правилно разбиране на писмена информация на английски език.

3.3. Убедително устно аргументиране на позиция на английски език.

3.4. Убедително писмено аргументиране на позиция на английски език.

3.5. Общуване на английски език с представители на други култури.

3.6. Откриване на логически несъответствия в дадена аргументация.

3.7. Рационално мислене в различни житейски ситуации.

3.8. Намиране на определено дигитално съдържание.

3.9. Общуване посредством дигиталните технологии.

3.10. Споделяне на информация посредством дигиталните технологии.

3.11. Самостоятелна работа.

3.12. Разбиране на гледни точки, различни от моята.

3.13. Водене на здравословен начин на живот.

3.14. Разбиране на причинно-следствените връзки между основни исторически събития.

3.15. Разбиране на причинно-следствените връзки на демографските промени в световен мащаб.

3.16. Разбиране на процесите на изменение на климата.

3.17. Стратегическо мислене.

4. Уверен(а) съм в своята способност да:

4.1. Правя разлика между мнение и факт.

4.2. Правя разлика между описание и заключение.

5. Моля, опишете в свободен текст уменията, които смятате, че притежавате, но не са застъпени в анкетата? До каква степен сте уверен(а) в тях?

6. Кой от изброените по-горе умения, според Вас, са най-важни за цялостна личностна реализация в съвременния свят? Развиват ли се те в училище? Ако да, как? Ако не, защо?

7. Имате ли коментар по някой от въпросите на анкетата?