

SELF-EFFICACY AND ITS IMPACT: LITERATURE REVIEW IN THE CONTEXT OF THE TEACHING PROFESSION

Yavor Svilenov Iliev

“St. Kliment Ohridski” University of Sofia, Bulgaria
counseloriliev@abv.bg

АЗ-ЕФЕКТИВНОСТ И НЕЙНОТО ВЪЗДЕЙСТВИЕ: ЛИТЕРАТУРЕН ОБЗОР В КОНТЕКСТА НА УЧИТЕЛСКАТА ПРОФЕСИЯ

Abstract

The efficacy of teachers is a crucial and guiding factor in the quality of their work. This literature review examines self-efficacy and its psychological dimensions. The aim of the report is to incorporate the key scientific theories that present self-efficacy and its specific effects on teachers' work. It has a direct impact on how they manage the teaching process in the classroom and create a favorable environment where students are motivated to achieve high results. The review also discusses how teachers' sense of self-efficacy influences their assessment of their own ability to effectively impact student learning and behavior. Self-efficacy was first described in Bandura's theory and refers to an individual's belief in their ability to exercise certain behaviors in order to achieve a goal. This construct is of significant relevance to the work of educational professionals, given its determining role as one of the factors contributing to their professional success and work efficiency.

Keywords: Teachers; Self-efficacy; Teaching Profession.

ВЪВЕДЕНИЕ

Учителската професия има високо обществено значение и това я прави обект на множество научни изследвания, които имат за цел да навлязат в дълбочина в особеностите и трудностите при нейното изпълнение. Изведени са множество показатели за измерване ефективността на работата на учителите и по-конкретно управлението на класната стая и динамиката в нея, отношенията с ученици, родители, ръководство и др. Между тях се откроява ефективността, възприемана като отправна точка за измерването на ефекта и полезното действие от тяхната работа. Терминът „Аз-ефективност“ произлиза от известния психолог Алберт Бандура и неговата социално-когнитивна теория. Точното определение, което авторът дава е: „Аз-ефективността се отнася до убежденията на един индивид в собствените си способности да организира и упражни определено поведение, необходимо за управление на бъдещи ситуации“ [1: p. 2].

ИЗЛОЖЕНИЕ

Според Бандура Аз-ефективността е сред главните механизми на действие при хората, който е от съществено значение за тяхната лична отговорност и инициативност [1: p. 2]. Той пояснява и че този механизъм влияе силно върху това как хората мислят, как се чувстват, как се мотивират и как пристъпват към действие. Според Бандура Аз-ефективността се проявява и измерва в четири измерения – майсторски опит (mastery experiences), опит чрез наблюдение (vicarious experiences), социално убеждаване (social persuasion) и физиологични и емоционални състояния (physiological and emotional states) [1: pp. 3-4]. **Главният източник** на Аз-ефективност той определя като майсторският

опит, придобит по автентичен начин през личните постижения - успехите повишават оценката за ефективност; неуспехите я понижават. Според него, неуспехите, които се преодоляват с решителни усилия, могат да създадат стабилни възприятия за Аз-ефективност чрез опит, който би послужил за справяне и с особено трудни ситуации.

Бандура прави разграничението между постигане на резултати по бърз и лесен начин и необходимостта от постоянство, което само може да доведе до силно и устойчиво чувство за Аз-ефективност, базирано на множество преодоляни препятствия от различен характер [1: р. 3]. Според него убеждението на хората в това, че ще могат да се справят с дадено предизвикателство води до активното и успешно мобилизиране на техните ресурси за справяне, което води до проява на цялостно мобилизиране на личностния ресурс, като всяка успешно премината трудност прави човека още по-силен и способен да се справя.

Вторият източник на Аз-ефективност е свързан с наблюдаването на другите и извличане на изводи от техния опит [1: р. 3]. Бандура описва този източник на ефективност като по-слаб от първия, тъй като става въпрос за индиректен опит, а не такъв от първо лице, но въпреки това може да доведе до значими и трайни промени върху качеството на справяне с конкретна дейност. Според автора, това се отразява и на поведението – когато човек чрез наблюдение на чужд опит е направил извода, че не може да се справи с нещо, то той ще се държи така, сякаш наистина е убеден в своята неефективност - следователно опитът чрез наблюдение може да е както с положителен, така и с негативен ефект.

Социалното убеждаване е третият източник на Аз-ефективност [1: р. 4]. Бандура включва в него и вербално убеждаване, което може да има значителен ефект, стига да е в реалистични рамки - когато човек е насърчаван от негов близък, се увеличават шансовете за позитивна промяна, докато ако същият е посрещнат с думи, изразяващи съмнение в неговите способности, може да се очаква обратен ефект. Хора, които са убеждавани вербално в техните способности е вероятно да се опитват да се справят с възникналите трудности, дори и да имат съмнения в себе си.

Бандура определя хората, които помагат на останалите да развиват своята ефективност като правещи повече от това просто да дават положителни оценки:

В допълнение на това да подсилват убежденията им в техните способности, те структурират ситуации за тях по начини, които носят успех и избягват да ги поставят преждевременно в ситуации, в които има вероятност често да се провалят. Те насърчават хората да измерват успеха си по отношение на самоусъвършенстване, а не чрез триумфи над другите [1: р. 4].

Четвъртият източник е свързан с физиологични и афективни състояния, чрез които хората също определят своите способности [1: р. 4]. Според автора, соматичните индикатори за личната ефективност са най-значими, когато става въпрос за справяне със стрес, за общото ни здравно състояние или за постижения, които изискват физически усилия - напрежението, притеснението, настроенятия също могат да окажат влияние на Аз-ефективността.

Самата интензивност на емоционалните и физическите реакции не е от най-голямо значение, а как те биват обработвани от индивида [1: р. 5]. Бандура описва хората, които имат високо чувство за ефективност като интерпретиращи в позитивна насока

състоянието си на възбуда, за разлика от тези, които са обхванати от съмнения в себе си и съответно определящи този процес като по-скоро потискащ и с негативни последици върху тяхното представяне.

Бандура пояснява, че е необходима когнитивна обработка, за да може правилно да се анализира информацията свързана с ефективността, без значение дали е протичаща чрез активно действие, чрез взаимодействие на опит, убеждаване, или по афективен път [1: р. 5]. Към това твърдение допълва и че степента, в която се променят постигнатите резултати, вследствие на ефективността ще зависи от "предубежденията на хората за техните способности, възприеманата трудност на задачите, количеството усилия, които са изразходвали, тяхното физическо и емоционално състояние в момента, количеството външна помощ, която са получили, и ситуационните обстоятелства, при които са изпълнявали [1: р. 5]. Бандура е категоричен в заключението си, че за да се измерва себеэффективността на даден индивид трябва да бъдат взети предвид множество фактори, без които не би било възможно да се направи адекватна оценка.

Теорията за Аз-ефективността се използва в много различни сфери на човешкото функциониране. Волята, която човек има да се изправя пред различни трудности в живота си е силно повлияна от неговата собствена представа за това до колко той има силата да влияе на различни събития и обстоятелства. Това убеждение в собствената ефективност може да предопределя не просто насоката на предприеманите действия, но и колко усилия се влагат, каква устойчивост се наблюдава при потенциално усложняване на ситуацията и възникване на сериозни трудности; дали ще е налице позитивно, самоутвърждаващо мислене, или критика и укоряване към самия себе си; изпитване на високи нива на стрес и изпадане в депресивни състояния и др. [1: р. 6]. Според Бандура, Аз-ефективността има основна роля в социално-когнитивната му теория, но не е единственият предопределящ фактор за осъществяването на действие. Въпреки това, остава в центъра на преценката на човек за собствените си възможности. Ако човек не е убеден, че ще може да постигне желаните резултати, то неговият стимул да предприеме действие ще е малък. От тук следва и изводът, че той направлява живота си на базата на убежденията си за собствената ефективност.

Силното усещане за Аз-ефективност е свързано с подтик към постижения и лично благополучие. Срещаните предизвикателства в живота на човек, който има усещане за висока Аз-ефективност са посрещани със стабилност и желание за справяне, за разлика от такъв с ниска Аз-ефективност, който по-скоро ще приеме случващото се като нещо, от което трябва да се предпазва и да избягва [1: р. 4]. Бандура пояснява, че първият тип хора могат по-лесно да се адаптират към преживян неуспех и е по-вероятно да търсят причина за него, поради недостатъчно положени усилия - усещането за това, че можеш да се справиш с предизвикателствата те прави по-силен и устойчив към тях и предполага по-голям ресурс за справяне.

Една от сферите, в които Аз-ефективността като конструкт се изучава усилено е учителската професия, поради обществената си значимост и силно влияние върху оформянето на личността и уменията на подрастващите. Ефективността в работата на учителите се отнася не просто за преподаването на материя по различни предмети, но и до установяване и поддържане на ред в класната стая, което доведе до благоприятна за учене обстановка [2: р. 243]. Мотивацията и доброто представяне на учениците се смятат за силни предиктори на поведението на учителите. По този начин учителите с

високо ниво на ефективност смятат, че могат да контролират или поне силно да влияят върху постиженията и мотивацията на учениците си.

Бандура твърди също, че определени процеси, влияещи се от Аз-ефективността имат ключова роля в процеса на интелектуално развитие [1: р. 17]. Според него, тези процеси влияят и върху това колко добре изградените когнитивни умения се използват при справяне с различни задачи от ежедневието.

Той описва три основни начина, по които убежденията за Аз-ефективност действат като важен фактор за академичното развитие:

Те включват убежденията на учениците в тяхната ефективност да се саморегулират процеса на учене и да овладяват различни академични предмети; убежденията на учителите в собствената им ефективност да мотивират и насърчават ученето на своите ученици; и груповото чувство за ефективност на ръководствата, че техните училища могат да постигнат значителен академичен напредък [1: р. 17].

Ефективността на учителя намира теоретичните си корени от двама автори - Ротер и Бандура [3: р. 202]. Авторите описват как изследователи от организацията RAND, изхождайки от теорията на Ротер за вътрешния и външен локус на контрол, изследват убежденията на учителите в тяхната собствена способност да влияят на успеха на действията си, с което се обособява главен въпрос - къде се намира водещият фактор в определянето на ефективността на учителите - в тях самите или във външната среда. В същия текст се описва и влиянието на Бандура за развиването на Аз-ефективността в учителската професия - този път през социално-когнитивната му теория, представяйки субективното усещане за себеефективност (Аз-ефективност) като когнитивен процес, на базата на който се изгражда личното убеждение за ефективност, което от своя страна има пряко влияние върху постиганите резултати в работата. Същите убеждения могат да бъдат разглеждани като индикатор за издръжливостта и устойчивостта на учителите при справянето с трудности и неуспехи, възникващи при прякото изпълнение на техните задължения [3: р. 203].

Според Карим и др. (2021) [4] развитието на учителската Аз-ефективност може да подобри ресурсите за обучение, а ресурсите за обучение могат да подобрят ефективността на учителя. С тази констатация, те посочват реципрочност между двата фактора. Според авторите Аз-ефективността на учителя пряко допринася за повишаване на ефективността на работата на учителя чрез подобряване на ценностите за самоусъвършенстване или мотивация за преподаване, както и чрез повишаването на самочувствието. Фокусирането върху развитието на Аз-ефективността на учителите може да бъде основно включване в дизайна на професионалното им обучение без това да налага откъсване от работата им, а това може да подобри ефективността на учителите и да постигне поставените цели за резултатите на учениците [4: р. 30].

Барни и др. (2019) [5] посочват, че личните ценности на учителите са пряко свързани с тяхната ефективност и те твърдят че тяхното изследване е първото, което се фокусира върху между личните ценности на учителите и тяхното ниво на Аз-ефективност. Те описват консервационните ценности на учителите (напр. традиция, конформност, сигурност) като положително свързани с тяхната Аз-ефективност, независимо от нивото им на автономност или мотивация за преподаване. Връзките между отвореността на учителите към промяна на ценностите и Аз-ефективността, както и техните ценности за стремеж към самоусъвършенстване са модерирани от тяхната

мотивация за преподаване. Според авторите когато учителите имат по-ниски нива на контролирана мотивация, отвореността към промяна на ценностите е положително свързана с тяхната ефективност. Когато учителите имат по-високи нива на автономна мотивация, ценностите за самотрансцендентност корелират по-силно с тяхната ефективност [5: р. 4].

Ташнер и др. (2024) [6] анализират в изследването си ефективността на различни видове интервенции (като например менторство, уъркшопове, различни стратегии и др.) и идентифицират фактори, които влияят върху техния успех, като продължителност и конкретни източници на Аз-ефективност. Според тях интервенциите имат значителен, положителен ефект върху насърчаването на Аз-ефективността на учителите, без значими разлики между настоящи практикуващи учители и такива, които все още се подготвят да заемат длъжността. Интервенциите, които включват опит за майсторство, не са значително по-ефективни от тези без, по отношение на насърчаването на Аз-ефективността на учителя. За учителите, които още не са започнали работа, интервенциите, насочени само към придобиване на майсторски опит, се оказват най-успешни за насърчаване на Аз-ефективността [6: р. 8].

Въпрос, на който Ташнер и колеги не успяват категорично да отговорят е дали майсторският опит, който обикновено се изтъква като най-важен източник, е еднакво важен за Аз-ефективността на учителите преди започване на работа и за повишаване на квалификацията. Според авторите практикуващите учители вече разполагат с възможност за придобиване на майсторски опит чрез боравене с процеси като управление, ангажираност на учениците и стратегиите за обучение.

Те правят следното заключение:

От друга страна, по време на интервенции практикуващите вече учители могат да придобият майсторски опит в области, в които все още не се чувстват добре (напр. използване на нови технологии; работа с различни класове) и този майсторски опит може следователно да повлияе на професионалното обучение и Аз-ефективността на им [6: р. 9].

Според Гарг (2024) [7] съществува положителна връзка между професионалната ангажираност и Аз-ефективността на учителя. Той описва професионалната ангажираност като фактор от съществено значение за учителите, за да бъдат ефективни в своите роли, тъй като тя включва отдаденост и стремеж към продължаващо професионално развитие, поддържане на високи стандарти и професионална етика. Според него учителите с високи нива на Аз-ефективност е по-вероятно да бъдат ефективни в своите практики на преподаване, тъй като те са по-уверени в своите способности и умения, поставят предизвикателни цели на своите ученици и предоставят конструктивна обратна връзка [7: р. 4].

Зий и Куумен (2016) [8] намират положителна корелация между Аз-ефективността и академичната адаптация на учениците, поведението и практиките на учителите в класната стая и положителните аспекти на психологическото благосъстояние на учителите. Те твърдят, че независимо от това дали са практикуващи или бъдещи учители, в кой образователен етап работят и в какво населено място, учителите с високо ниво на Аз-ефективност са склонни да преживяват по-малко стрес, емоционално изтощение и прегаряне, като същевременно изпитват по-голямо удовлетворение от работата си. Авторите представят и ролята на учениците посредством тяхното поведение и мотивация

за учене също като влияещи на Аз-ефективността на учителите и тяхното справяне с класната стая и процесите в нея. Въпреки че според авторите Аз-ефективността не е свързана директно със задържането на учителите на работа, по-ниската Аз-ефективност е свързана с повишено емоционално изтощение, което може да доведе до липса на удовлетвореност и отдаденост в работата, а това от своя страна и до напускането ѝ [8: р. 1007].

Връщайки се отново на социално-когнитивната теория от научните трудове на Бандура, става ясно, че се обособяват различни фактори, които могат да повлияят върху преценката на учителя и да се окажат с по-силно въздействие върху качеството на неговата работа, отколкото себевъзприятието му за лична ефективност. Такива фактори могат да бъдат наличието на конфликти от различен характер, насилие, различен социален и икономически статус, етнос, пол, специални потребности, употреба на психоактивни вещества и др. Учители, които са склонни да вярват, че могат да се справят дори и с най-трудните си ученици демонстрират увереност в способностите си да преодоляват затруднения свързани с тяхното обучение. Провеждането на учебната дейност и отношението на учителите към самия обучителен процес се влияе от убежденията им за тяхната Аз-ефективност, като тези, които имат слабо усещане за такава, избират по-доминантен обучителен подход, който се основава на стимулиране с външни стимули и налагане на санкции, имащи за цел да доведат до ангажираност на учениците в учебния процес [1: р. 20].

Функцията на учителя е да насърчава развиването на Аз-ефективността в учениците си, бидейки авторитетна фигура с голямо влияние върху тях. Според Бандура, учениците се влияят от оценките и действията, които получават от учителите и на базата на тях формират своите възприятия за Аз-ефективност [1: р. 154]. Според него има множество причини за ниска Аз-ефективност като липса на подкрепяща обратна връзка и неуспехи в миналото [1: р. 179].

Измерването на Аз-ефективността не е еднопосочен процес и не е обвързано само с работата на учителите или успехите на учениците, а се състои по-скоро в динамиката между двете, тъй като те се повлияват помежду си. Според Бандура, ученици с ниско усещане за ефективност в покриването на образователните изисквания са склонни да изпитват тревожност, обвързана с получаването на резултати [1: р. 235]. Авторът пояснява, че „пълното влияние на възприеманата Аз-ефективност спрямо академичната тревожност най-добре се разкрива при многостранно оценяване на убежденията в собствената ефективност за постигане на академичните изисквания, упражняването на контрол върху натрапливо мислене, намаляване на изпитвания стрес и регулиране на учебните дейности“ [1: р. 236].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Аз-ефективността в работата на учителите се предопределя от множество обективни фактори, които възникват в училищната обстановка, поради комплексността на естеството ѝ. Въпреки това, уменията на всеки учител индивидуално, да възприема случващото се и да се адаптира спрямо него е решаващо за това дали ще успее да си изработи конструктивни механизми за справяне и дали ще успее да развие висока степен на Аз-ефективност, която ще има силно влияние върху ефективността, която развиват и учениците.

REFERENCES // ЛИТЕРАТУРА

1. Bandura, A. (Ed.). 1995. “Self-efficacy in changing societies”. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
2. Bandura, A. 1997. “Self-efficacy: The exercise of control”. New York: Freeman.
3. Tschannen-Moran, M., Hoy, A. W., & Hoy, W. K. (1998). “Teacher Efficacy: Its Meaning and Measure”. *Review of Educational Research*, 1998, 68(2), pp. 202–248. DOI: <https://doi.org/10.3102/00346543068002202>
4. Karim, M. R., Masud, N. A., Subarna, M. T. N., Billah, M. M., & Wienaah, P. (2021). “Self-efficacy: A key component of teacher effectiveness”. *Asian Journal of Education and Social Studies*, 2021, 25(1), pp. 24-34. DOI: <https://doi.org/10.9734/AJESS/2021/v25i130590>
5. Barni, D., Danioni, F., & Benevene, P. (2019). “Teachers’ self-efficacy: The role of personal values and motivations for teaching”. *Frontiers in Psychology*, 2019, 10, 1645. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01645>
6. Täschner, J., Dicke, T., Reinhold, S., & Holzberger, D. (2024). ““Yes, I Can!” A Systematic Review and Meta-Analysis of Intervention Studies Promoting Teacher Self-Efficacy”. *Review of Educational Research*, 2024, 0(0). DOI: <https://doi.org/10.3102/00346543231221499>
7. Garg, D. (2024). “Professional commitment of secondary school teachers in relation to self-efficacy and teacher effectiveness”. *International Journal For Multidisciplinary Research*, 2024, 6(2), pp. 1–10. DOI: <https://doi.org/10.36948/ijfmr.2024.v06i02.13727>
8. Zee, M., & Koomen, H. M. Y. (2016). “Teacher self-efficacy and its effects on classroom processes, student academic adjustment, and teacher well-being: A synthesis of 40 years of research”. *Review of Educational Research*, 2016, 86(4), pp. 981-1015. DOI: <https://doi.org/10.3102/0034654315626801>

Received: 30-09-2024 Accepted: 18-11-2024 Published: 20-12-2024

Cite as:

Iliev, Y. (2024). “Self-efficacy and Its Impact: Literature Review in the Context of the Teaching Profession”, *Science Series “Innovative STEM Education”*, volume 06, ISSN: 2683-1333, pp. 243-249, 2024. DOI: <https://doi.org/10.55630/STEM.2024.0627>