

REFLEKTIVNÍ DENÍKY JAKO NÁSTROJ KE SLEDOVÁNÍ ZMĚN V SELF-EFFICACY U STUDENTŮ ANGLIČTINY: PILOTNÍ STUDIE

REFLECTIVE JOURNALS AS A TOOL FOR TRACKING CHANGES IN ENGLISH LEARNERS' SELF-EFFICACY: A PILOT STUDY

Karel Kunčar

Katedra anglického jazyka a literatury, Pedagogická fakulta, Masarykova univerzita, Brno

Abstrakt

Self-efficacy hraje klíčovou roli v procesu učení cizího jazyka, ovlivňuje motivaci studentů, jejich vytrvalost a celkový výkon. Tato pilotní studie zkoumá využití reflexivních deníků ke sledování změn v sebeúčinnosti studentů angličtiny během 8 týdnů, kdy plní aktivity zaměřené na poskytnutí mastery experience. Studentům byly poskytnuty jasné pokyny pro psaní zápisů, které prošly tematickou analýzou s využitím induktivního kódování. Analýza se zaměřuje na vzorce vnímání pokroku a víry v budoucí úspěch. První výsledky naznačují, že strukturovaná reflexe může poskytnout cenné poznatky o vývoji sebedůvěry. Studie dále diskutuje možnosti využití tohoto nástroje v širším kontextu.

Klíčová slova: *sebeúčinnost, reflexivní deníky, výuka angličtiny, výkonnostní úspěchy, tematická analýza*

Abstract

Self-efficacy plays a key role in the process of foreign language learning, influencing students' motivation, perseverance, and overall performance. This pilot study explores the use of reflective journals to monitor changes in English learners' self-efficacy over an 8-week period during which they complete activities aimed at providing mastery experience. Students were given clear guidelines for writing their entries, which were then subjected to thematic analysis using inductive coding. The analysis focuses on patterns in the perception of progress and belief in future success. Initial results suggest that structured reflection can offer valuable insights into the development of students' confidence. The study also discusses the potential application of this tool in a broader context.

Keywords: *self-efficacy, reflective journals, English language learning, mastery experience, thematic analysis*

1 ÚVOD

Self-efficacy je dobře zkoumaným konceptem v oblasti vzdělávání, avšak z naší přehledové studie vyplívá, že převážně pomocí kvantitativních metod, zejména psychometrických dotazníků jako MSLQ (Pintrich et al., 1990), Schwarzerovy škály (Schwarzer & Jerusalem, 1995) nebo obecné Self-Efficacy Scale (Bandura, 2006). Kvalitativní přístupy jsou využívány jen minimálně, výjimkou je například studie od Xu (2022). Tento nedostatek naznačuje potřebu hlubší prozkoumání metod, které by umožnily nejen zaznamenat aktuální úroveň self-efficacy, ale také sledovat její vývoj v průběhu času.

2 TEORIE

Self-efficacy, tedy víra ve vlastní schopnosti zvládnout určitou činnost, je klíčovým faktorem ovlivňujícím motivaci a výkon studentů (Bandura, 2006). Náš výzkum se zaměřuje na její posilování prostřednictvím aktivit cílících na mastery experience – zkušenost výkonnostního úspěchu (Usher & Pajares, 2008).

Měření bývá často kvantitativní (MSLQ, Schwarzer & Jerusalem, 1995), ale kvalitativní přístupy, jako reflexivní deníky, lépe zachytí její proměny v čase. Xu et al. (2022) ukázali, že reflektivní zápisy studentů poskytují vhled do faktorů ovlivňujících jejich sebedůvěru. Reflexivní deníky zmiňuje Gavora et al. (2020), kteří diskutují kvalitativní metody v měření self-efficacy, stejně jako výzkumy ve vysokoškolském vzdělávání (Knechtová, 2022), které ukazují, že deníky umožňují sledovat postoje studentů k výuce a identifikovat faktory ovlivňující jejich reflexi a proces učení.

3 METODOLOGIE VÝZKUMU

Tato studie, do které je zapojeno 24 studentů maturitního oboru, jejichž úroveň angličtiny se pohybuje mezi A2 a B2, využije reflexivní deníky ke sledování změn v jejich self-efficacy během 8 týdnů. Studenti budou plnit aktivity zaměřené na

mastery experience, každý týden absolvují jednu takovou aktivitu a poskytnou zpětnou vazbu. Zápisy budou provedeny čtyřikrát a analyzovány pomocí tematické analýzy a induktivního kódování (Braun & Clarke, 2006).

Před zápisem studenti obdrží pokyny reflektující klíčové aspekty self-efficacy. Zaměří se na svůj postoj k angličtině a pocity; popis emocí pomůže pochopit motivaci a její vliv na sebeúčinnost (Bandura, 2006). Další oblastí bude vnímané zlepšení; mastery experience je nejsilnějším zdrojem sebeúčinnosti a měla by posilovat pocit pokroku a kompetence (Zimmerman, 2000). Nakonec budou reflektovat svou budoucí perspektivu; vyšší self-efficacy povede k větší důvěře při výzvách a vytrvalosti (Bandura, 2006).

4 OČEKÁVÁNÉ VÝSLEDKY

Očekáváme, že pravidelná implementace EFL aktivit zaměřených na mastery experience povede k postupnému zlepšení self-efficacy studentů. Opakované vystavení úkolům, ve kterých budou zažívat úspěch, by mělo posílit jejich důvěru ve vlastní jazykové schopnosti.

Tyto změny by se měly projevit v zápisech studentů, kde očekáváme pozitivnější postoj k angličtině, větší pocit kompetence a uvědomění si pokroku. Studenti by měli častěji vykazovat větší důvěru ve svůj budoucí úspěch i ochotu čelit náročnějším úkolům.

Tematická analýza zápisů by měla odhalit společné vzorce vnímání úspěchu a překážek, přičemž mastery experience hrála klíčovou roli v posilování self-efficacy a překonávání demotivace. Očekáváme identifikaci kódů souvisejících s pozitivnějšími postoji („lepší vztah k AJ“), sebereflexí („viditelný pokrok“), zvládnutím výzev („zvládám to“) a vnímáním vlastních schopností („věřím si“).

5 ZÁVĚRY A DISKUSE

Tato studie se zaměří na sledování změn self-efficacy studentů angličtiny prostřednictvím reflexivních deníků během 12 týdnů. Očekáváme, že pravidelná implementace EFL aktivit zaměřených na mastery experience povede k růstu sebeúčinnosti, což se projeví pozitivnějším vztahem k angličtině, větší důvěrou ve vlastní schopnosti a ochotou čelit výzvám.

Vedle psychometrických dotazníků by se reflexivní deníky mohly ukázat jako užitečný nástroj nejen ke sledování úrovně self-efficacy, ale i k zachycení jejích proměn v čase a faktorů, které ji ovlivňují. Tematická analýza zápisů by měla odhalit vzorce vnímání úspěchu a překážek a potvrdit efektivitu aktivit mastery experience v rozvoji sebeúčinnosti. Výsledky mohou přispět k hlubšímu pochopení změn v self-efficacy a podpořit širší využití kvalitativních metod, zejména v dlouhodobém sledování individuálních trajektorií rozvoje studentů.

6 LITERATURA

- Bandura, A. (2006). Guide for constructing self-efficacy scales. In F. Pajares & T. Urdan (Eds.), *Self-efficacy beliefs of adolescents* (Vol. 5, pp. 307–337). Information Age Publishing.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
- Gavora, P., Mareš, J., Svatoš, T., & Wiegerová, A. (2020). *Self-efficacy v edukačních souvislostech II*. Fakulta humanitních studií, Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně.
- Knechtová, Z. (2022). Využití reflexe ve vysokoškolské výuce ošetrovatelství [Dizertační práce, Univerzita Karlova, Filozofická fakulta, Katedra pedagogiky].
- Usher, E. L., & Pajares, F. (2008). Self-efficacy for self-regulated learning. *Educational and Psychological Measurement*, 68(3), 443–463.
- Pintrich, P. R., & De Groot, E. V. (1990). Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ) [Data set]. PsycTESTS.
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). General Self-Efficacy Scale [Data set]. PsycTESTS.
- Xu, Q., Wu, J., & Peng, H. (2022). Chinese EFL university students' self-efficacy for online self-regulated learning: Dynamic features and influencing factors. *Frontiers in Psychology*, 13.
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13–39). Academic Press.