

ВЗАИМОВРЪЗКАТА МЕЖДУ УПРАВЛЕНИЕТО НА ВРЕМЕТО И АКАДЕМИЧНАТА УСПЕВАЕМОСТ НА СТУДЕНТИТЕ

Мария Тенева

Тракийски университет – Стара Загора

Резюме. Статията представя проблема за качеството на академичната подготовка на студентите. Разкрита е диадна взаимовръзка между уменията за управление на времето и качеството на академична подготовка. Целта на проведеното изследване е да се установи каква стратегия и какви методи за управление на времето прилагат студентите в етапа на своята подготовка за полагане на изпити в университета и как това се отразява върху академичния им успех. В резултат на проведеното изследване се установи, че най-голям дял от обхванатите в изследването студенти отделят от 2 до 3 часа на ден за своята подготовка за изпити. Приоритетно използват мобилни приложения като методи за управление на времето. В стратегически аспект разпределят времето си за подготовка по всеки отделен учебен предмет през изпитната сесия. Осмислят ролята на рационалното управление на времето за ефективността на академичната си успеваемост.

Ключови думи: образование; академичен успех; управление на времето

Въведение

В началото на новото хилядолетие се поставя акцент върху качеството и ефективността на човешката дейност във всички нейни проявления. Работи се целенасочено за диференциране на параметрите на ефективността на многообразните дейности (социални и икономически), които реализират хората с цел оптимизиране качеството на своя живот. Отдавна понятия като „мениджмънт“ и неговият еквивалент „управление“ излизат извън сферата на производството и бизнеса. Те се анализират през призмата на всички сфери на икономиката, в това число и на образованието. В университетската дидактика се работи целенасочено за разработване и прилагане на стратегии за оптимизиране процеса на обучение, които да доведат като следствие до повиша-

ване на резултатите от този процес. Изследователите в областта на педагогиката насочват своите търсения към използване на ефективни стратегии за преподаване, удовлетворяващи уникалните стилове на учене на обучаващите се студенти. Целта е да се повиши качеството на теоретичната академична подготовка, която се явява ключов базис за надграждане на практическа подготовка. Ефективността на теоретичната подготовка на студентите се влияе от качеството на двете дейности – преподаване (дейност на преподавателя) и учене (дейност на студента). Важна е ролята на университетския преподавател за реализирането на интерактивен процес на взаимодействие със студентите в аудиторните занимания, което мотивира обучаемите и дава възможност за тяхната личностна изява и за заемане на активна позиция по изучаваните теми. Наред с това изследователското внимание се насочва и към самоподготовката на студентите, към анализиране на спецификите на тяхното учене. Върху ефективната подготовка на студентите оказват влияние не само индивидуалните стилове на учене и уменията на обучаемите за приспособяване към специфичните стилове на преподаване на техните академични преподаватели, но и умението им за ефективно управление на времето в етапа на самоподготовка. Умението за управление на времето позволява студентите да приоритизират по важност своите задължения, да се възползват максимално от предоставените възможности на деня и да извършат задачите си по-бързо и по-ефективно.

Теоретични аспекти

Академичната успеваемост на студентите се обвързва с качеството на тяхната подготовка. За качеството на академичната подготовка може да се съди по това каква е степента на съответствие между поставените в процеса на обучение цели и степента на тяхното реализиране от обучаемите. Точното формулиране на целите и диференцирането на конкретни и ясни техни измерители може да се разглеждат като фактори на ефективността на обучението. Съвременната образователна парадигма отрежда значима роля на обучаемия в процеса на обучение. Акцентира се върху способността му за активно придобиване на знания със собствени усилия, върху уменията му за самоуправление на поведението, себеактуализация и самооценка. Това, от своя страна, изисква промяна в диспозициите на преподавателя, който следва да реализира своите функции на мениджър, фасилитатор, катализатор на знанието. Неговите мениджърски функции се разпростират в много широк диапазон. Той е натоварен със задължението ефективно да управлява времето, пространството в класната стая, материалите, технологиите, човешкия ресурс, което не поставя под въпрос активната позиция на обучаемите. В своите научни постановки П. Петров изтъква, че ръководната дейност на преподавателя в процеса на обучение не само не противоречи, не ограничава, а предполага проява на

активност и самостоятелност от страна на обучаемите (Petrov, 2016, p. 145). Именно качества като активност и самостоятелност се очаква да проявяват студентите в етапа на своята академична подготовка, за да се гарантира техният успех. Подобно становище по отношение на педагогическия мениджмънт се споделя от В. Гюрова, според която една от неговите функции може да се обвърже с менажиране на учебния процес (Gurova, 2015, pp. 15 – 33). Управлението на учебния процес (ученето) изисква проявление на активна позиция на обучаемия при овладяването на обекта на познанието. Качеството на академичната успеваемост се влияе от степента на осмисленост по отношение на значимостта на ученето за личността на обучаемия. В своите научни изследвания С. Николаева разкрива ролята на ученето за еволюцията на човешката цивилизация в много широк диапазон – от себепознанието и оцеляването през осъществяването на социална принадлежност на човека, управлението на собствената съдба, автономното себеразвитие, до създаването на мост между поколенията (Nikolaeva, 2011). Както може да се установи от горепосоченото философско разбиране на значимостта на ученето за човека, то може да се възприеме като залог за неговото пълноценно съществуване и усъвършенстване на обществените отношения. Диадната зависимост общество – образование е анализирана от И. Шивачева-Пинеда. Тя изтъква, че чрез образователния процес се реализира социална поръчка, удовлетворяваща социалните потребности, и се съдейства за възпроизводството и развитието на обществото¹. Съвременното общество се нуждае от добре подготвени специалисти във всички икономически сектори, в сферата на науката, образованието, културата, изкуството, спорта, които със своята адаптивност, креативност, инициативност, предприемачески дух да отговорят на актуалните обществени очаквания. Ролята на академичния успех би следвало да се осмисли от младите хора, които овладяват бъдещата си професия в академична среда, в светлината на неговата значимост за себеосъществяването на човешката личност и нейното бъдещо благополучие. Това във висока степен се влияе от мотивацията на студентите за овладяване на теоретични знания в университета. Мотивацията, като ключов фактор в обучението на студентите, е представена в изследователските търсения на Д. Георгиева. Тя разглежда мотивацията като фактор, който оказва значимо влияние върху насочеността на личността към реализиране на поставените цели (Georgieva, 2023). Водещият мотив за студентите в етапа на академична подготовка следва да се корени в разбирането, че знанията, които овладяват в този етап от своя живот, са изключително ценни и ще им позволят в бъдеще да се утвърдят като професионалисти, ще им гарантират висок обществен престиж. К. Марков изяснява механизма на пораждаване на мотиви за учене в индивидуалното развитие на човека. Според Марков мотивите за учене се формират в резултат на цялостното образование и възпитание на личността. Авторът дефинира мотивацията за учене като

„комплекс от разнообразни подбуди, който възниква в резултат на екстериоризацията и интериоризацията и обуславя – учебната дейност на човека, постиженията му и социалното му поведение“ (Markov, 2013, p. 80). Академичното обучение на студентите предполага високо равнище на вътрешна мотивация за овладяване на знания, формиране на професионални умения, отношения и компетентности, тъй като обемът и сложността на представеното учебно съдържание от преподавателите се характеризира с професионално своеобразие, висока степен на научност, задълбоченост, широка обхватност. Учебните планове в университетското обучение се отличават с динамичност. В рамките на всеки семестър се предвижда симултанното изучаване на няколко учебни дисциплини със задължителен, избираем и факултативен характер, които оформят профила на бъдещите специалисти в съответните професионални области. Това предполага овладяване на широк обем специфична научна материя от обучаваните студенти за сравнително кратко време. Според С. Тодорова университетските преподаватели са изправени пред сериозно предизвикателство да прилагат иновативни методи на преподаване, за да формират необходимите ключови компетентности за пълноценна реализация на бъдещите специалисти в социален и професионален аспект². Една от основните задачи на ефективното обучение е формирането на познавателни способности в обучаемите. Те се формират на базата на системно усвоени знания и способности за решаване на учебни задачи, съпроводени с оценка за качеството на работа. Ефективността на академичната подготовка се анализира не в пряка зависимост от количеството на знанията, а от това дали студентите се характеризират с умствена самостоятелност, изразяваща се в това как прилагат знанията в практически аспект, в решаването на проблемни задачи. В това отношение Д. Халперн изтъква, че „образованието, мислено в перспектива, трябва да се конструира на основата на два неразделни принципа: уменията за бърза ориентация в стремително растящия информационен поток и намиране на необходимото и уменията да се осмисли и използва получената информация“ (Halpern, 2000, p. 20).

Ключова роля за високото качество на академичната подготовка на студентите има тяхното умение за ефективно управление на времето. Управлението на времето оказва влияние върху планирането и приоритизирането на задачите. Умението за неговото менажиране гарантира по-ефективно използване на времевия ресурс, реализиране на планираните цели и спазване на определените срокове. То съдейства за постигане на баланс по отношение на изпълнение на лични, професионални и образователни задължения.

Eilam, B. & Aharon, I. изтъкват, че е необходимо да се прилагат ефективни стратегии за планиране и управление на времето, които се разглеждат като водещи фактори за постигане на високи академични резултати (Eilam & Aharon, 2003). Според тях учебното намерение за усвояване на научни знания трябва

да бъде съпроводено от поредица самостоятелно поставени задачи, които са организирани в своеобразен план за действие. Подготовката за изпълнението на този план създава когнитивна настройка на личността и гарантира високо равнище на мотивираност, концентрация на вниманието, съсредоточаване върху предстоящите задачи, упорство при преодоляване на познавателните затруднения. Това са предпоставки за реализиране на високи резултати от процеса на академична подготовка. Взаимовръзката между управлението на времето и академичната успеваемост на студентите е представена от Nasrulah S. & M. Khan. Двамата автори считат, че умението за управление на времето има изключително важна роля за повишаване на академичните резултати на обучаемите. На базата на проведени емпирични изследвания те потвърждават съществуването на такава взаимовръзка и разкриват, че при студентите, които имат ниски резултати по отношение на уменията за управление на времето, се регистрират по-ниски академични постижения (Nasrulah & Khan, 2015). Наличието на взаимовръзка между уменията на студентите за управление на времето и техните академични резултати се разкрива от I. Khan, A. Zeb, S. Ahmad, R. Ullah. В своите научни постановки авторите не само посочват корелационната зависимост управление на времето – академичен успех, но разкриват и евентуални заплахи за психичното състояние на личността при постигане на неуспех поради невъзможност за ефективно управление на времето. Те изтъкват, че студентите често се сблъскват с проблема за неправилно разпределение на времето за реализиране на академични и неакадемични дейности, което като следствие довежда до нисък резултат, стрес и неудовлетвореност от равнището на реализиране на целите. Като причина за това авторите изтъкват, че за разлика от училищното обучение университетското се характеризира със семестриална система за полагане на изпити, която е с по-кратка продължителност, наситена с голям обем дейности, което затруднява студентите ефективно да разпределят и управляват времето си (Khan et al., 2019).

Университетското обучение се различава значително от училищното обучение, което представлява сериозно предизвикателство пред студентите да се адаптират към новата академична среда. Личността на обучаемия в университета е автономна, в голяма степен е лишена от родителски контрол, има свобода да избира дейностите, с които да се ангажира, да моделира поведението и отношенията, в които се вълчи в колегиалната общност. Много често младите хора се затрудняват да се възползват по най-целесъобразния начин от свободата, която им е предоставена. Трудно постигат необходимия баланс между реализирането на лични, социални и професионални цели и задачи. В това отношение S. Razali, M. Rusiman, W. Gan, N. Arbin изтъкват, че често студентите се оплакват, че не им достига време да изпълнят всички задачи, които им поставят преподавателите в университета. Това тяхно усещане се създава

в резултат на желанието им да прочетат всички препоръчани книги, да предадат в необходимите срокове всички възложени им есета, реферати, проекти, да участват в художествено-творчески и спортни дейности, което понякога създава тревожност, че времето няма да им стигне, за да завършат адекватно всички поети задължения (Razali et al., 2018). Чувството на тревожност, изпадането в стрес се пораждат поради невъзможността на личността да приоритизира по степен на значимост поставените задачи, да управлява по целесъобразен начин времето, с което разполага, да концентрира вниманието си върху оптимален обем от дейности, които да гарантират необходимия успех. Студентите, които имат умения за контрол и ефективно управление на времето, имат по-добри навици за учене и изградени стратегии за постигане на висок успех. Подобно становище се споделя от McKenzie & Gow (McKenzie & Gow, 2004). Според тях най-сериозни затруднения в управлението на времето изпитват студентите през първата година от обучението си в университета, което може да предизвика академичен неуспех и срив на учебната мотивация. Именно първата академична година представлява голямо предизвикателство за студентите поради факта, че те се адаптират към нова учебна среда, управляват самостоятелно времето си, възползват се от свободата, която им е предоставена. Въпреки високите академични резултати, които са постигнали в етапа на училищното обучение, по време на трудния преход към академично обучение те трябва да бъдат подкрепяни, за да запазят равнището си на мотивация за избор на университет и специалност посредством удовлетвореността си от постигнатия академичен успех. Това насочи изследователското внимание към изследване и диагностициране на уменията за управление на времето през изпитна сесия и удовлетвореността от постигнатия академичен успех на студентите от първи курс.

Методология на изследването

Обект на изследването е академичното обучение на студентите.

Предмет на изследването е взаимовръзката между уменията за управление на времето и равнището на постигнатия академичен успех.

Методи на изследване: контент-анализ, анкета, персентилен анализ.

Контингент на изследването са 30 студенти от специалностите „Социална педагогика“ и „Специална педагогика“ от първи курс, които се обучават в Педагогическия факултет на Тракийския университет – Стара Загора. Изследването е проведено през месец юни 2025 г.

За целите на научното изследване е разработена анкетна карта. Изследването е извършено чрез пряко анкетиране. За по-голяма достоверност на отговорите анкетната карта е предвидена за анонимно попълване. От респондентите се изисква да посочат своята хронологична възраст в години, своя пол и специалността, в която се обучават в университета. Въпросите в анкетната карта са насочени към това да се диагностицира способността на студентите

за управление на времето. Да се установи позицията им относно значимостта на диадната обвързаност управление на времето – академичен успех. Анкетната карта е конструирана така, че в нея са включени въпроси, които изискват посочване от изследваните лица на повече от един отговор (въпроси с №№1; 3; 6). Затова съвкупният процентен дял при отговорите на тези въпроси надхвърля 100%. Въпроси с номера 2; 4; 5 допускат посочване на един верен отговор от респондентите.

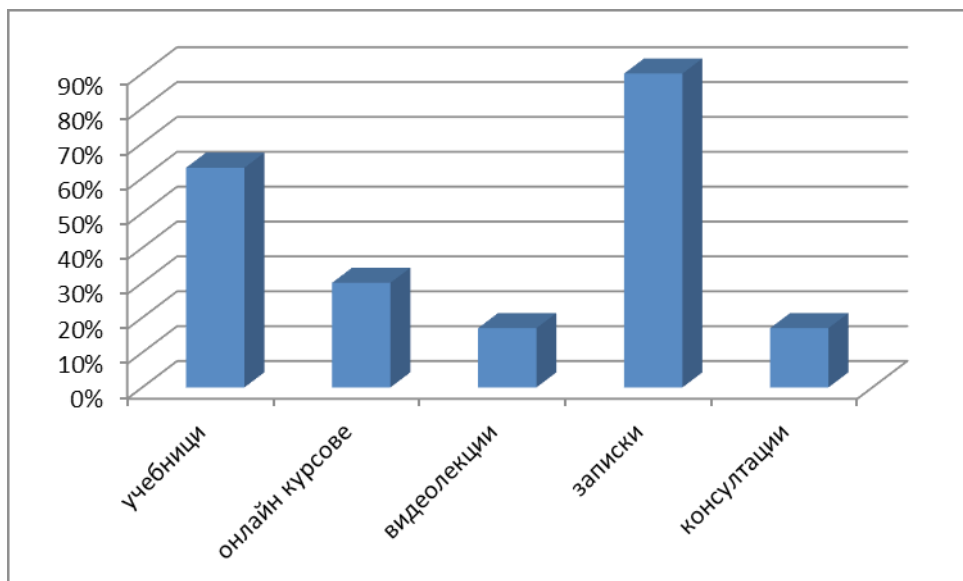
Резултати

Разпределението на респондентите по възраст е следното: 30% са във възрастовия диапазон 18 – 22 години; 7% са в диапазона 23 – 27 години; възрастта на 10% от изследваните лица е 28 – 32 години; 20% са на възраст 33 – 37 години и 33% са над 38-годишни. Наблюдава се голямо разсейване на резултатите във всички посочени сегменти на възрастовата скала. Въпреки факта, че студентите са в първи курс и се очаква най-високи стойности да се регистрират в първия сегмент на скалата (18 – 22 години), очакванията не се оправдават. Най-високата стойност се регистрира в последния сегмент на скалата (38 и повече години). Съвкупният дял на респондентите, по-възрастни от 33 години, възлиза на 53%, което представлява повече от половината изследвани студенти. Резултатите от проведеното изследване посочват, че идеята за учене през целия живот се реализира успешно в нашата страна. Хората на съвременното все по-убедено приемат предизвикателството да се обучават и себеусъвършенстват перманентно, за да отговорят адекватно на динамично развиващия се свят, изискващ от личността висока степен на образованост, гъвкавост, адаптивност, предприемчивост.

Разпределението на респондентите по пол е следното: 17% са представители на мъжкия пол; 83% са представителите на женския пол. Получените резултати разкриват тенденция за приоритетно избиране на педагогическата професия от жените. Феминизирането на педагогическата професия е факт, за който алармират статистическите изследвания през последното десетилетие. За преодоляване на тази негативна тенденция се работи целенасочено от управленските органи на държавата чрез постоянно повишаване на доходите на заетите в сферата на образованието и в резултат на това за повишаване престижа на професията педагог.

Резултатите посочват, че 57% от респондентите се обучават в специалност „Социална педагогика“, а 43% – в специалност „Специална педагогика“. Процентният дял на овладяващите професията социален педагог надвишава този на овладяващите професията специален педагог с 14%. И двете социални професии са ценни за съвременното общество и се характеризират с висока степен на актуалност и реализация на пазара на труда, което ежегодно привлича кандидат-студентите към избор на тези специалности.

Чрез първия въпрос от анкетната карта се цели да се установи какви ресурси използват студентите за академичната си подготовка. На респондентите се предоставя възможност да избират между пет отговора: А) учебници; Б) онлайн курсове; В) видеолекции; Г) записки; Д) консултации с преподаватели. Резултатите може да бъдат представени по следния начин:

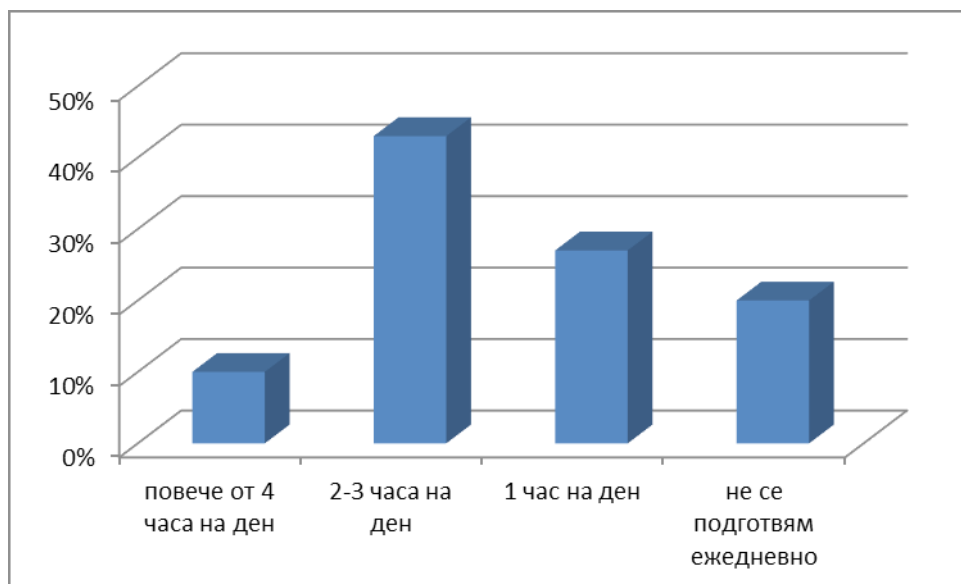


Фигура 1. Ресурси за академична подготовка

От графиката на фиг. 1 може да се установи, че студентите използват различни ресурси за своята академична подготовка, което е подкрепено от факта, че отговорите им се разпределят между петте предоставени им възможности. Те могат да избират между традиционни ресурси като учебници, записки, консултации с преподавателите и съвременни ресурси като онлайн курсове, видеолекции, които предоставя дигиталният свят, в който живеят. Разкрива се интересна тенденция, съобразно която при диференциране на предпочитанията на респондентите относно ресурсите за академична подготовка по-голям дял заема традиционните. В 90% от случаите се посочва използването на записки, следвано от използването на учебници 63%. Консултациите с преподаватели са избрани от 17% от обхванатите в изследването студенти. С оглед лесния достъп до електронни ресурси за обучение и богатото разнообразие на материали, които се предоставят в онлайн формат, се предполага, че студентите предпочитат да използват предимно такъв тип ресурси за академич-

ната си подготовка. Това предположение не се потвърждава от настоящото емпирично изследване. Резултатите посочват, че само 30% от респондентите използват онлайн курсове, а 17% се подготвят чрез видеолекции. Това следва да се осмисли от преподавателите като възможност за умело съчетаване на традиционни със съвременни методи и средства за преподаване, чрез които да предоставят възможност на студентите за многовариантност за избор на предложените им ресурси за самоподготовка.

Вторият въпрос от анкетната карта е насочен към установяване уменията на студентите да управляват времето, като го разпределят целесъобразно между изпълнение на лични и учебни задължения. От тях се изисква да посочат колко време на ден отделят за своята академична подготовка, при възможност за избор между четири отговора: А) повече от четири часа на ден; Б) по 2 – 3 часа на ден; В) по 1 час на ден; Г) не отделям ежедневно време за академична подготовка. Резултатите може да бъдат представени по следния начин:

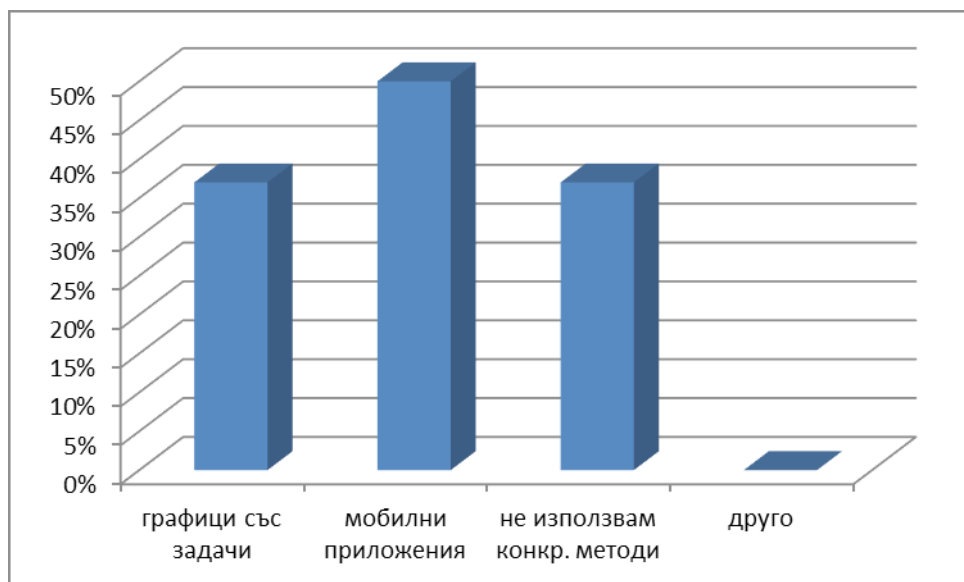


Фигура 2. Управление на времето за академична подготовка

От графиката на фиг. 2 може да се установи, че съвкупно 80% от студентите имат формирани умения за разпределяне на времето между изпълнение на лични и учебни задачи. Те приоритизират задачите за деня и управляват времето така, че наред със задачите от личен, а нерядко и от професионален (работещи студенти) характер те ежедневно успяват да отделят време и

за своята академична подготовка. 10% от респондентите посвещават повече от четири часа всеки ден за подготовка. Най-голям дял (43%) представляват студентите, които отделят по 2 – 3 часа ежедневно, за да се подготвят върху лекциите и задачите, които са им поставени от преподавателите в университета. 27% от студентите отделят по 1 час на ден за самоподготовка. Това, че обучаемите управляват целесъобразно времето и поставят академичната подготовка сред приоритетите си, е залог за постигане на високи резултати. Диференцира се дял от 20% от обхванатите в изследването студенти, които нямат умения за целесъобразно разпределяне и управление на времето. Те не отделят ежедневно време за академична подготовка. За тях е характерно, че поставят личните ангажименти на по-високо равнище от учебните. Възможно е мотивацията им за обучение в университета да е външно зададена (от родители, приятели, семеен партньор, обществени нагласи и др.) и на този етап все още да не се е трансформирала във вътрешна мотивация за студентите първокурсници. Когато подготовката на студента се реализира на базата на ниско равнище на мотивацията, тя се характеризира с несистемност, спорадичност, много често е частична, повърхностна, неефективна. Предизвикателство пред университетските преподаватели е във взаимодействието им със студенти от първи курс да работят целенасочено за трансформиране на външната мотивация на първокурсниците за обучение в университета във вътрешна. Да ги насочват към осмисляне на техните приоритети. Да ги запознават със стратегии за ефективно управление на времето, които да гарантират високо качество на академичната им подготовка. Да бъдат подпомогнати да осмислят високия академичен успех като залог за бъдещи професионални успехи.

Чрез третия въпрос от анкетната карта се цели да се установи какви методи за управление на времето използват студентите. Предоставя им се възможност за избор между следните отговори: А) графици със задачи; Б) мобилни приложения; В) не използвам конкретни методи; Г) друго (какво). Резултатите може да бъдат представени по следния начин:

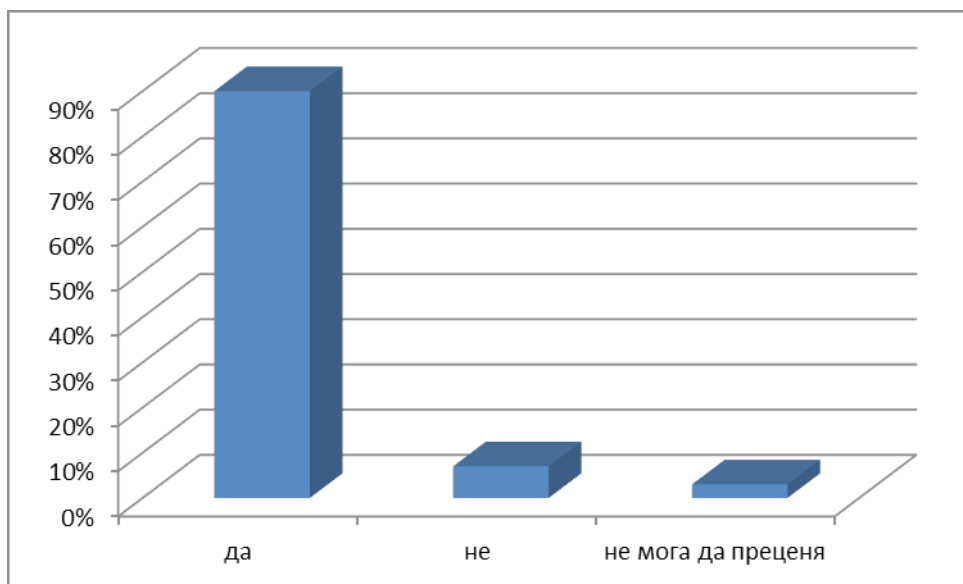


Фигура 3. Методи за управление на времето

От графиката на фиг. 3 може да се установи, че най-голям брой респонденти използват мобилни приложения за управление на времето. Техният дял възлиза на 50%. Предпочитанието на студентите за използване на мобилни приложения е логично с оглед широкото приложение на дигиталните технологии и лесния достъп до електронни устройства. Многообразието от мобилни приложения за планиране и управление на времето, позволяващи на потребителите да бъдат по-организирани, да не пропускат изпълнението на важни задачи, съдейства за достигане на по-високи равнища на тяхната продуктивност. Чрез мобилните приложения за управление на времето студентите лесно могат да създадат графици, бележки, използване на виртуален асистент чрез изкуствен интелект за разпределяне на задачите по приоритет и определяне на оптимални срокове за тяхното изпълнение, използване на индивидуална дъска за планиране на задачи, календари, възможности за напомняния за изпълнение на предстоящи задачи, автоматично отчитане на напредъка и предложения за по-ефективно разпределение на времето и много други. 37% от студентите управляват времето си, като създават графици със задачи. Графиките включват предстоящите лични и учебни задачи, приоритизирани според тяхната значимост. При изпълнението на всяка задача се поставя отметка в графика. Умението за управление на времето чрез създаване на графици и проследяване на тяхното изпълнение би съдействало за постигане на висок

академичен успех на студентите. Резултатите от емпиричното изследване посочват, че 37% от респондентите не използват конкретни методи за управление на времето. Неумението за ефективно разпределяне на времето между ежедневните задължения от различен характер крие риск от пропускане на срокове, недостиг на време за изпълнение на важни задачи, ниска ефективност на личността, изпадане в състояние на стрес, отчаяние, фрустрация. Не са регистрирани случаи, в които респондентите да посочат други методи за управление на времето, които използват.

Четвъртият въпрос от анкетната карта е насочен към това да се установи становището на респондентите относно разкриването на взаимовръзка между умението за управление на времето и академичната успеваемост. Към тях е зададен въпрос „Считате ли, че умението за управление на времето оказва влияние върху академичния успех?“ с възможност за избор от следните отговори: А) да; Б) не; В) не мога да преценя. Резултатите може да бъдат представени по следния начин:

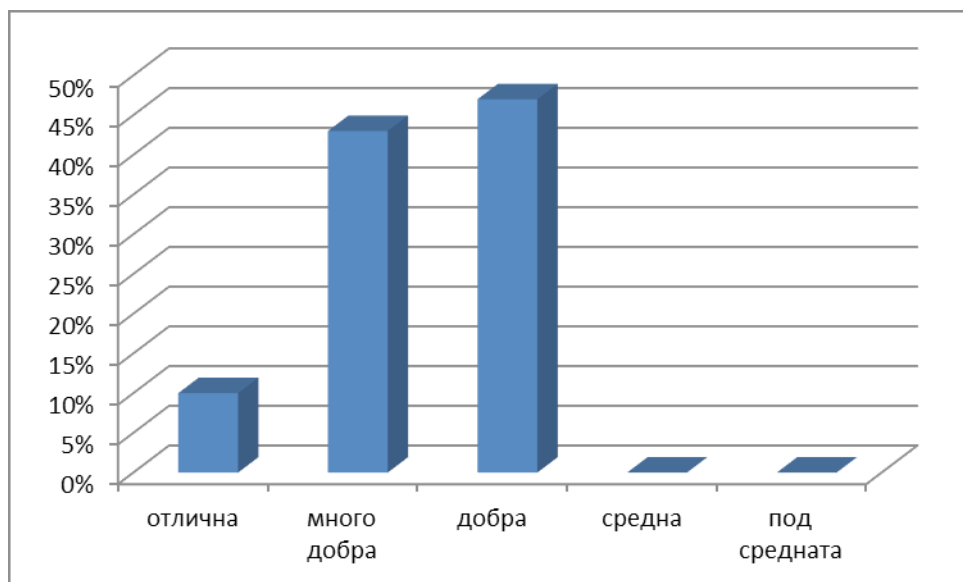


Фигура 4. Взаимовръзка между умението за управление на времето и академичния успех

Графиката на фиг. 4 по категоричен начин показва, че студентите осмислят положителната корелационна зависимост между ефективното управление на времето и академичния успех. Такъв отговор е установен при 90% от обхванатите в изследването студенти. Удовлетворително е да се посочи, че това е

характерно както за респондентите, които използват графици със задачи за управление на времето (37%), така и за тези, които използват мобилни приложения (50%) и за 27% от студентите, които не използват конкретни методи за управление на времето. Съвкупният дял надхвърля 100%, тъй като на предходния въпрос на студентите се предоставя възможност за посочване на повече от един отговор. Може да се акцентира положително върху факта, че 27% от студентите, които на този етап все още не използват конкретни методи за управление на времето, разкриват взаимозависимостта на това умение с ефективността на своята академична подготовка и успех. Това е предпоставка в етапа на академично обучение тези студенти да започнат да приоритизират задачите си и чрез използване на методи за управление на времето да постигнат по-високи резултати не само в академичен, но и в социален аспект. Според 7% от респондентите умението за управление на времето не оказва влияние върху академичния успех, а 3% от изследваните студенти не могат да преценят съществува ли такава взаимовръзка. Тук е важно да се изтъкне, че за тези студенти (съвкупен дял от 10%) е характерно това, че не използват никакви методи за управление на времето. За тях може да се обобщи, че нямат формирани умения за управление на времето, тъй като не осмислят неговата значимост за постигането на успех.

Петият въпрос е насочен към разкриване на самооценката на респондентите относно техния академичен успех. От тях се изисква да оценят академичната си успеваемост чрез избор между пет възможности: А) отлична; Б) много добра; В) добра; Г) средна; Д) под средната. Резултатите може да бъдат представени по следния начин:

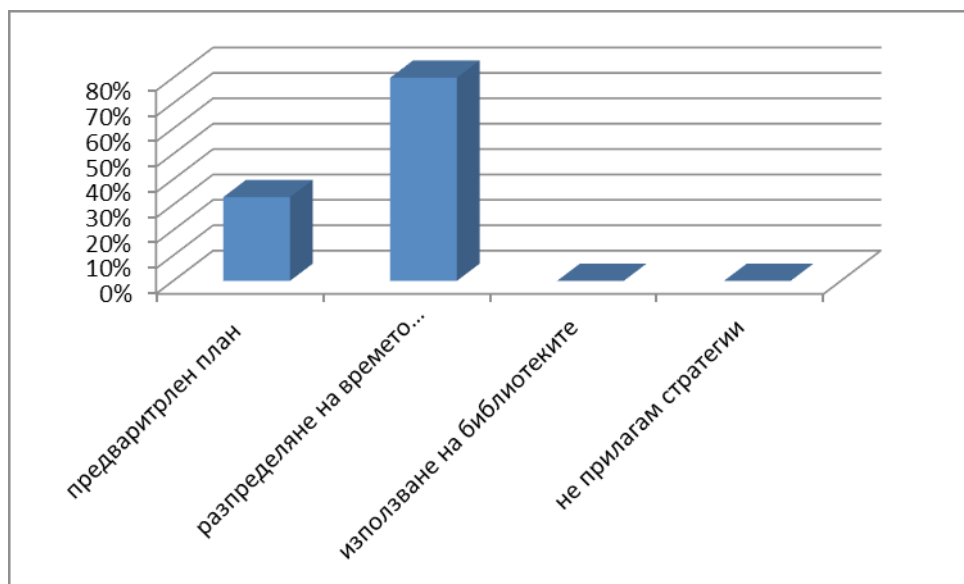


Фигура 5. Самооценка на академичната успеваемост на студентите

Графиката на фиг. 5 разкрива концентриране на отговорите на респондентите в първите три сектора. В 10% от случаите студентите определят академичната си успеваемост като отлична, 43% считат, че успеваемостта им в университета е много добра, а 47% я определят като добра. Сред обхванатите в изследването студенти няма такива, които считат, че академичната им успеваемост е средна или под средната. Изследователски интерес представлява това, че се разкрива съответствие между ежедневно отделеното време за самоподготовка от студентите и техния академичен успех. Студентите, които определят своята академична успеваемост като отлична (10%), са онези студенти, които отделят повече от четири часа на ден за самоподготовка (10%). Респондентите, които класифицират академичния си успех като много добър (43%), съответстват на тези, които отделят по 2 – 3 часа на ден за самоподготовка (43%). Броят на студентите, които оценяват академичния си успех като добър (47%), се генерира от съвкупността на онези, които отделят по 1 час на ден или не работят ежедневно върху изпълнението на академичните си задачи (47%). Резултатите разкриват тенденция, обвързваща продължителността на ежедневната самоподготовка с равнището на академичния успех. Двата параметъра – време и успех, се намират в положителна корелационна зависимост. Може да се анализира като неудовлетворяващ фактът, че студентите, които нямат умения за управление на времето, не използват конкретни методи за

това, не отделят ежедневно време за самоподготовка и оценяват академичния си успех като добър. Това е възможно да удовлетворява равнището на потребностите им и да възпрепятства пълноценното разгръщане на техния потенциал. При евентуална промяна на очакванията, на претенциите и изискванията на личността към самата себе си би могло да се постигне по-високо равнище на успеваемост и усещане за по-ефективна себеактуализация.

След като се установи как студентите оценяват академичната си успеваемост, изследователският интерес се насочи към диференциране на стратегиите за разпределяне на времето, които студентите прилагат в етапа на самоподготовка по време на изпитната сесия. Към тях бе зададен следният въпрос: „Какви стратегии прилагате за разпределяне на времето си по време на изпитната сесия?“, с възможности за избор между четири отговора: А) разработвам предварителен план за учене; Б) разпределям времето за всеки учебен предмет; В) използвам възможностите на библиотеките; Г) не прилагам стратегии за разпределяне на времето. Резултатите може да бъдат представени по следния начин:



Фигура 6. Стратегии за разпределяне на времето по време на изпитна сесия

От графиката на фиг. 6 може да се установи, че 33% от респондентите съставят предварителен план за учене, което съдейства за ефективно управление на времето. Това може да се разглежда като залог за високо качество на академичния

успех. 80% от респондентите посочват, че разпределят времето през изпитната сесия така, че да отделят необходимото внимание за подготовка по всички учебни предмети, които са изучавали по време на семестъра. За онези студенти, които ежедневно, през цялата учебна година, отделят време за самоподготовка, би било достатъчно прилагането на такава стратегия. Тъй като те реализират системна подготовка, през изпитната сесия биха актуализирали и задълбочили знанията, които са придобили текущо по време на академичното си обучение по време на целия семестър. Разпределянето на времето за самоподготовка за всеки учебен предмет през изпитната сесия не би могло да гарантира висок успех за студентите, които не отделят ежедневно време за самоподготовка през цялата учебна година. Тяхното неумение за управление на времето ги изправя пред сериозно предизвикателство за кратък период (няколко дни) да се подготвят върху голям обем научно съдържание. Тъй като времето не е достатъчно, те овладяват само част от темите, предвидени за самоподготовка, или се опитват да научат цялото учебно съдържание, преподадено им от университетските преподаватели, но това създава усещане за повърхностност, хаотичност и обърканост в тяхното съзнание. Неблагоприятна за качеството на академичната подготовка е установената тенденция, според която студентите не използват богатите възможности, които може да им предложат библиотеките. Сред респондентите не са установени такива, които по време на изпитната сесия използват библиотеките като място, където могат да учат. Студентите трябва да бъдат насърчавани да възприемат библиотеката като храм на знанието. Съвременните библиотеки разполагат с почти неизчерпаеми възможности за предоставяне на информация по различни научни проблеми. Те предлагат както традиционен хартиен формат на литературни източници, така също и дигитален формат на научна литература и студентите би трябвало в максимална степен да се възползват от тези възможности. Не са установени студенти, които не прилагат никакви стратегии за разпределяне на времето през изпитната сесия. Този факт е показателен, че обхванатите в изследването студенти проявяват отговорно отношение към университетското си обучение, полагат усилия да се подготвят по всички учебни предмети и да положат успешно предвидените в учебния план семестриални изпити. Дори онези 37% от респондентите, които заявяват, че не използват конкретни методи за управление на времето по време на изпитна сесия, в известна степен го управляват чрез разпределянето му между всички учебни предмети, по които трябва да положат изпити. Това може да се разглежда като фактор, допринасящ за положителната самооценка на студентите относно тяхната академична успеваемост.

Заклучение

Управлението на времето се намира във взаимовръзка с равнището на постигнатия академичен успех от студентите. Тяхното умение за разпределяне на времето между социални и учебни ангажименти съдейства за ефективно

планиране и изпълнение на възложените задачи. Това съдейства за избягване на изпадане в състояние на стрес, породен от претоварване с ангажименти, усещане за неефективност и изпитване на тревожност от личността на обучаемите. Постигането на баланс по отношение на приоритизиране на задачите и тяхното реализиране е залог за висока себerealизация на личността.

Преходът от училищно към университетско обучение поставя сериозни предизвикателства пред обучаемите за самоподготовка върху голям обем научна материя за кратък период в рамките на изпитната сесия. Студентите първокурсници осмислят значимата роля на умението за управление на времето за постигането на висок академичен успех. В стремежа си да управляват времето, те използват предимно мобилни приложения и графици със задачи. Разпределят времето си през сесията така, че да усвоят учебното съдържание по всички учебни предмети. Реализират самоподготовката си текущо, през целия семестър, като управляват времето си по начин, който гарантира ежедневно посвещаване на няколко часа от деня за изпълнение на учебни задачи. Това създава у тях усещане за самоефективност, удовлетвореност от постигнатия академичен успех и себеактуализация.

БЕЛЕЖКИ

1. Шивачева-Пинедя, И., 2023. Спиралата общество – образование, Педагогика, том 93, бр. 3s, с. 27 – 41.
2. Тодорова, С., 2025. Синергията екологично образование-изобразително изкуство в обучението на студенти, Педагогика, том 97, бр. 7, сс. 1033 – 1049.

ЛИТЕРАТУРА

- Гюрова, В. (2015). Училищният мениджмънт като вид образователен мениджмънт. *Педагогически форум*, (3), 15 – 33. Тракийски университет, Стара Загора. DOI: 10.15547/PF.2015.023.
- Марков, К. (2013). *Психология*. Шумен. Епископ Константин Преславски. ISBN 978-954-577-778-3.
- Николаева, С. (2011). *Мениджмънт на класа*. София: Булвест 2000. ISBN 978-954-18-078305.
- Петров, П. (2016). *Съвременна дидактика*. София: Авангард Прима. ISBN 978-619-160-688-7.
- Халперн, Д. (2000). *Психология критического мышления*. Санкт-Петербург: Питер. ISBN 5-314-00122-5.
- Eilam, B., & Aharon, I. (2003). Students' planning in the process of self-regulated learning. *Contemporary educational psychology*, 28(3), 304 – 334. ISSN 0361-476X, [https://doi.org/10.1016/s0361-476x\(02\)00042-5](https://doi.org/10.1016/s0361-476x(02)00042-5).

- Khan, I. A., Zeb, A., Ahmad, S. and Ullah, R., (2019). Relationship Between University Students Time Management Skills and Their Academic Performance. *Review of Economics and Development Studies*, 5(4), 853 – 858. ISSN:2519-9692 ISSN (E): 2519-9706. DOI: 10.26710/reads.v5i4.900.
- McKenzie, K. & Gow, K. (2004). Exploring the first year academic achievement of school leavers and mature-age students through structural equation modelling. *Learning and Individual Differences*, 14(2), 107 – 123. ISSN 0729-4360, <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2003.10.002>
- Nasrullah, S. & Khan, M. S. (2015). The impact of time management on the students' academic achievements. *Journal of Literature, Languages and Linguistics*, (11), 66 – 71. ISSN 2422-8435.
- Razali, S., Rusiman, M., Gan, W., & Arbin, N. (2018). The Impact of Time Management on Students' Academic Achievement. IOP Publishing. *Journal of Physics Conference Series*, 995(1), 1-7. ISSN 1742-6596. DOI: 10.1088/1742-6596/995/1/012042.

REFERENCES

- Eilam, B., & Aharon, I. (2003). Students' planning in the process of self-regulated learning. *Contemporary educational psychology*, 28(3), 304 – 334. ISSN 0361-476X., [https://doi.org/10.1016/s0361-476x\(02\)00042-5](https://doi.org/10.1016/s0361-476x(02)00042-5).
- Gurova, V. (2015). School management as a type of educational management. *Pedagogical forum*, (3), 15 – 33. Trakya University, Stara Zagora [in Bulgarian]. DOI: 10.15547/PF.2015.023.
- Halpern, D. (2000). *Psychology of Critical Thinking*. St. Petersburg: Publishing House Piter [in Russian]. ISBN 5-314-00122-5.
- Khan, I. A., Zeb, A., Ahmad, S. and Ullah, R. (2019). Relationship Between University Students Time Management Skills and Their Academic Performance. *Review of Economics and Development Studies*, 5(4), 853 – 858. ISSN:2519-9692 ISSN (E): 2519-9706. DOI: 10.26710/reads.v5i4.900.
- Markov, K. (2013). *Psychology*. Shumen: Bishop Konstantin Preslavski [in Bulgarian]. ISBN 978-954-577-778-3.
- McKenzie, K. & Gow, K. (2004). Exploring the first year academic achievement of school leavers and mature-age students through structural equation modelling. *Learning and Individual Differences*, 14(2), 107 – 123. ISSN 0729-4360, <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2003.10.002>.
- Nasrullah, S., & Khan, M. S. (2015). The impact of time management on the students' academic achievements. *Journal of Literature, Languages and Linguistics*, (11), 66 – 71. ISSN 2422-8435.

- Nikolaeva, S. (2011). *Class Management*. Sofia: Bulvest Publishing House 2000 [in Bulgarian]. ISBN 978-954-18-078305.
- Petrov, P. (2016). *Contemporary Didactics*. Sofia: Avangard Prima Publishing House [in Bulgarian]. ISBN 978-619-160-688-7.
- Razali, S., Rusiman, M., Gan, W., & Arbin,, N. (2018). The Impact of Time Management on Students' Academic Achievement. IOP Publishing. *Journal of Physics Conference Series*, 995(1), 1-7. DOI: 10.1088/1742-6596/995/1/012042.

THE RELATION BETWEEN TIME MANAGEMENT AND THE ACADEMIC PERFORMANCE OF UNIVERSITY STUDENTS

Abstract. The paper presents the problem of the quality of students' academic preparation. A dyadic relationship between time management skills and the quality of academic preparation has been revealed. The purpose of the study is to determine what strategy and what time management methods students apply at the stage of their preparation for taking exams at the university and to what extent this affects their academic success. As a result of the research, it was found that the largest share of the students covered in the study spend from 2 to 3 hours per day on their preparation for exams. They primarily use mobile applications as time management methods. In a strategic aspect, they allocate their time for preparation for each individual subject during the exam session. They understand the role of rational time management for the effectiveness of their academic success.

Keywords: education; academic success; time management

✉ **Prof. Dr. Mariya Teneva**

ORCID iD: 0000-0002-6397-4828

Faculty of Education

Trakia University - Stara Zagora

Stara Zagora, Bulgaria

E-mail: mariya.teneva@trakia-uni.bg