

BIỂU HIỆN VỀ CÁI TÔI HIỆU QUẢ CỦA THANH NIÊN HIỆN NAY

ThS. Nguyễn Tuấn Anh

ThS. Trần Thị Thu Ngân

Viện Nghiên cứu Thanh niên.

TÓM TẮT

Kết quả áp dụng thang đo nghiên cứu về cái tôi hiệu quả gồm 10 mệnh đề trên 443 thanh niên tuổi từ 16 đến 35 (tuổi trung bình là 22) đang sinh sống tại Hà Nội cho thấy mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả của thanh niên hiện nay ở mức trung bình. Có sự khác biệt về cái tôi hiệu quả giữa các nhóm thanh niên phân theo giới tính, độ tuổi và nghề nghiệp. Ngoài ra, nhóm nghiên cứu cũng chỉ ra một số hạn chế của nghiên cứu và gợi mở những hướng nghiên cứu tiếp theo về vấn đề này.

Từ khóa: *Cái tôi hiệu quả, Thanh niên.*

Ngày nhận bài 7/5/2018; Ngày duyệt đăng bài: 25/6/2018.

1. Mở đầu

Cái tôi hiệu quả là một cấu trúc quan trọng trong tâm lý xã hội, đề cập đến cảm giác và niềm tin vào bản thân có thể đối phó một cách tích cực và có hiệu quả đối với một tình huống nào đó (Bandura, 1977). Nói cách khác, cái tôi hiệu quả đề cập đến khả năng của một cá nhân nhằm điều khiển và thực hiện những hành động cần thiết để đạt được kết quả nhất định (Bilgin và Akkapulu, 2007). Bandura (1994) còn nhấn mạnh, cái tôi hiệu quả quyết định cách mọi người cảm nhận, suy nghĩ, động viên bản thân và lối hành xử.

Cái tôi hiệu quả không phải là một yếu tố bất biến, mà thay đổi theo các lĩnh vực hoạt động, nhu cầu công việc của cá nhân và các đặc điểm của tình huống. Hai tác giả Donald (2003) và Acar (2007) đã đề cập đến hai loại cái tôi hiệu quả, đó là: Cái tôi hiệu quả mục tiêu/nhiệm vụ (nhằm đạt được hiệu quả trong công việc, học tập hay trong một nhiệm vụ nào đó) và cái tôi hiệu quả đối phó (nhằm khắc phục khó khăn có thể xảy ra trong một tình huống nào đó).

Mức độ cái tôi hiệu quả cao được kỳ vọng sẽ mang lại lợi ích cho từng cá nhân, đặc biệt là sức khỏe thể chất và tinh thần. Thông qua ảnh hưởng của cái tôi hiệu quả, con người cũng sẽ có những thay đổi về hành vi của bản thân

(Bandura, 1977; Gecas, 1989). Bên cạnh đó, cái tôi hiệu quả cũng có vai trò to lớn đối với những thành đạt của con người trong nhiều hoàn cảnh khác nhau: Cái tôi hiệu quả liên quan chặt chẽ với khả năng vượt qua hoàn cảnh khó khăn, hoàn thành tốt nhiệm vụ, đạt được mục đích, có khả năng đối mặt với những hoàn cảnh stress và thực hiện mục đích cuộc sống của chủ thể (dẫn theo Phan Thị Mai Hương, 2007). Nhiều nghiên cứu trước đây đã chứng minh rằng, những người có mức độ cái tôi hiệu quả thấp thường xem các nhiệm vụ và công việc khó khăn thông qua ống kính của nỗi sợ hãi, từ đó người đó thiếu niềm tin vào bản thân. Khi thiếu niềm tin vào bản thân thì cá nhân ít có khả năng tạo ra hành động tích cực. Một số người từ đó trở nên nghi ngờ về khả năng của mình và thường xuyên rơi vào trạng thái căng thẳng và chán nản (Singh và Udainiya, 2009).

Thanh niên là giai đoạn phát triển có sự biến đổi mạnh mẽ về sinh học, xã hội và nhận thức. Đây là giai đoạn chuyển tiếp từ giai đoạn trẻ em đến tuổi trưởng thành. Đây là giai đoạn phát triển rất quan trọng, là tiền đề cho sự phát triển của cá nhân trong những giai đoạn tiếp theo của cuộc đời. Chính vì vậy, việc thanh niên hoạt động một cách tích cực và có hiệu quả là một trong những mục tiêu quan trọng nhất (Larson và cộng sự, 2002). Câu hỏi đặt ra là: Mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả của thanh niên Việt Nam hiện nay như thế nào? Giữa các nhóm khách thể thanh niên khác nhau thì biểu hiện cái tôi hiệu quả có khác nhau hay không? Bài viết này sẽ trả lời những câu hỏi trên đây.

2. Mẫu và phương pháp nghiên cứu

2.1. Mẫu nghiên cứu

Nghiên cứu này được thực hiện trên một mẫu bao gồm 443 thanh niên trong độ tuổi từ 16 đến 35 tuổi (tuổi trung bình là 22 với độ lệch chuẩn 4,2 tuổi) hiện đang sống tại thành phố Hà Nội với những đặc điểm nhân khẩu xã hội khác nhau. Trong đó: *Về giới tính*, nam chiếm 41,1%; nữ chiếm 58,9%. *Về nơi sinh sống chủ yếu*, thành thị chiếm 61,4%; nông thôn chiếm 24,4%; miền núi chiếm 14,2%. *Về công việc, nghề nghiệp*, học sinh chiếm 68,4%; công chức, viên chức chiếm 13,5%; kinh doanh, buôn bán, dịch vụ chiếm 18,1%. *Về độ tuổi*, từ 16 đến dưới 22 tuổi chiếm 74,5%, từ 22 đến dưới 28 tuổi chiếm 15,8% và từ 29 đến 35 tuổi chiếm 9,7%.

Như vậy, có thể thấy, mẫu chọn thanh niên trong nghiên cứu này nhìn chung ở độ tuổi còn rất trẻ, gần 2/3 số khách thể còn đang đi học và sinh sống chủ yếu tại khu vực đô thị.

2.2. Công cụ nghiên cứu

Công cụ nghiên cứu chính được sử dụng là thang đo Cái tôi hiệu quả gồm 10 mệnh đề (item). Nội dung các item đều mô tả niềm tin vào bản thân

của thanh niên trong việc giải quyết và kiểm soát các vấn đề trong cuộc sống một cách có hiệu quả. Chẳng hạn như: “Tôi luôn có thể giải quyết những vấn đề khó khăn nếu như tôi cố gắng hết sức”; “Tôi có thể bình tĩnh khi phải đối mặt với những khó khăn bởi vì tôi có thể dựa vào khả năng ứng phó linh hoạt của mình”; “Tôi thường có thể xử lý bất cứ vấn đề gì theo cách của tôi”..

Thang đo được thiết kế dạng Likert 5 bậc và nhằm đo lường mức độ tự đánh giá của thanh niên về cái tôi hiệu quả, với điểm tương ứng: 1 điểm - Không giống tôi chút nào; 2 điểm - Ít giống tôi; 3 điểm - Khá giống tôi; 4 điểm - Giống tôi; 5 điểm - Rất giống tôi.

Hệ số Alpha của Cronbach của thang đo là 0,897. Hệ số tương quan biến - tổng của các item rất cao, với hệ số r dao động từ 0,565 đến 0,699. Như vậy, có thể nói, thang đo được sử dụng có độ tin cậy cao và đủ điều kiện để áp dụng vào nghiên cứu thực tiễn.

2.3. Xử lý số liệu

Dữ liệu nghiên cứu được xử lý bằng phần mềm SPSS trong môi trường Windows phiên bản 22.0. Các phép toán thống kê mô tả được sử dụng bao gồm: tỷ lệ phần trăm, điểm trung bình, độ lệch chuẩn, độ tin cậy của thang đo... Ngoài ra, các phép kiểm định T-test, Anova, Post-Hoc... cũng được sử dụng để tìm hiểu sự khác biệt trong các câu trả lời giữa các nhóm khách thể.

2.4. Cách đánh giá

Mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả của thanh niên được phân chia dựa trên điểm trung bình và độ lệch chuẩn của số liệu thu được. Theo đó 3 mức độ thấp, trung bình, cao được đưa vào xem xét như sau:

Mức thấp	Mức trung bình	Mức cao
ĐTB < 2,59	2,59 ≤ ĐTB ≤ 4,09	ĐTB > 4,09

3. Kết quả nghiên cứu và bàn luận

3.1. Mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả của thanh niên

Kết quả khảo sát thực tiễn cái tôi hiệu quả của thanh niên ở mức trung bình (ĐTB = 3,34; ĐLC = 0,75). Với độ phân tán của các câu trả lời là khoảng 22,5%, kết quả đã phản ánh tính đồng nhất khá cao trong các câu trả lời của thanh niên.

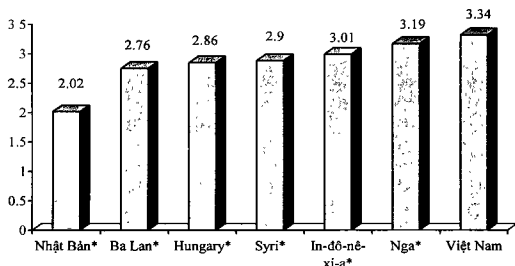
Bảng 1: Mức độ biểu hiện Cái tôi hiệu quả của thanh niên

Nhận định	Ý kiến (%)					ĐTB	ĐLC
	Không giống tôi chút nào	Ít giống tôi	Khá giống tôi	Giống tôi	Rất giống tôi		
1. Tôi luôn có thể giải quyết những vấn đề khó khăn nếu như tôi cố gắng hết sức	2,5	6,8	33,4	31,8	25,5	3,71	1,00
2. Nếu ai đó phản đối tôi, tôi có thể tìm ra phương tiện và cách thức để có được những gì tôi muốn	3,2	20,1	39,3	24,2	13,2	3,24	1,02
3. Thật dễ dàng cho tôi trong việc đặt mục tiêu cũng như hoàn thành những mục tiêu	6,5	26,9	42,2	14,0	10,4	2,95	1,04
4. Tôi tin rằng, tôi có thể đối phó hiệu quả với những vấn đề xảy ra bất ngờ	4,5	24,2	35,4	23,7	12,2	3,15	1,06
5. Nhờ sự tháo vát, tôi biết làm thế nào để xử lý các tình huống không lường trước được	5,2	23,7	35,9	23,3	11,9	3,13	1,07
6. Tôi có thể giải quyết hầu hết các vấn đề nếu tôi đầu tư, nỗ lực	2,3	10,6	37,5	30,5	19,1	3,54	0,99
7. Tôi có thể bình tĩnh khi phải đối mặt với những khó khăn bởi vì tôi có thể dựa vào khả năng ứng phó linh hoạt của mình	4,3	16,3	37,2	25,5	16,6	3,34	1,07
8. Khi phải đối mặt với một vấn đề, tôi thường có thể tìm thấy một số giải pháp	2,3	10,8	38,4	29,1	19,4	3,53	1,00
9. Nếu tôi gặp rắc rối, tôi thường nghĩ ngay một cách giải quyết	4,1	11,1	39,3	25,3	20,2	3,47	1,06
10. Tôi thường có thể xử lý bất cứ vấn đề gì theo cách của tôi	2,9	18,3	36,8	24,6	17,4	3,35	1,06
Chung						3,34	0,75

Bảng số liệu 1 cho thấy, ĐTB của cả 10 mệnh đề đều nằm trong khoảng trung bình. Trong số đó, hai mệnh đề “Tôi luôn có thể giải quyết những vấn đề khó khăn nếu như tôi cố gắng hết sức” và “Tôi có thể giải quyết hầu hết các vấn đề nếu tôi đầu tư, nỗ lực” có ĐTB cao nhất (ĐTB lần lượt là 3,71 và 3,54). Hai mệnh đề này đều phản ánh niềm tin vào sự nỗ lực và cố gắng của bản thân trong giải quyết các vấn đề khó khăn gặp phải trong cuộc sống.

Mệnh đề có ĐTB thấp nhất là “Thật dễ dàng cho tôi trong việc đặt mục tiêu cũng như hoàn thành những mục tiêu” (ĐTB = 2,95; DLC = 1,04). Kết quả này cho thấy, việc đặt mục tiêu và nỗ lực đạt các mục tiêu của thanh niên còn chưa cao.

So sánh mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả của mẫu chọn thanh niên Việt Nam với mẫu chọn thanh niên tại một số quốc gia khác trên thế giới (trong điều kiện áp dụng cùng 1 thang đo này) cho thấy, thanh niên Việt Nam có mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả cao hơn so với thanh niên của một số nước được chọn để so sánh (xem biểu đồ 1).



Nguồn: [*] Schwarzer, 1999

Biểu đồ 1: So sánh mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả của thanh niên giữa một số quốc gia⁽¹⁾

3.2. Một số khác biệt

Các nghiên cứu trước đây đã tìm thấy mối liên quan ở các mức độ khác nhau của một số yếu tố nhân khẩu học với cái tôi hiệu quả. Trong phạm vi nghiên cứu này, chúng tôi nhận thấy, cái tôi hiệu quả giữa các nhóm thanh niên phân theo khu vực sinh sống chủ yếu không có sự khác biệt có ý nghĩa thống

kê, song có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả giữa các nhóm thanh niên phân theo giới tính, độ tuổi và nghề nghiệp.

** Theo giới tính*

Trong quá trình nghiên cứu mối quan hệ giữa giới tính và mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả, các nhà khoa học đã rút ra những kết quả rất khác nhau, thậm chí là trái ngược nhau. Trong nghiên cứu này, kết quả kiểm định sự khác biệt T-test về cái tôi hiệu quả giữa nam thanh niên và nữ thanh niên cho thấy, nữ thanh niên có mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả cao hơn nam thanh niên (với mức độ chênh lệch 0,2 ĐTB, mức ý nghĩa $p < 0,05$). Đối chiếu kết quả nghiên cứu này với nhiều nghiên cứu khác trên thế giới cho thấy, kết luận trên tương đồng với các kết luận của Coleman (2003), Vera và cộng sự (2004), Amit Ahuja (2016) khi những tác giả này cũng báo cáo rằng, nữ giới có mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả cao hơn đáng kể so với nam giới. Trong khi đó, các tác giả như Muris (2001), Bandura và cộng sự (1999), Singh và Udainiya (2009), Gera và Singh (2015), Bonsaksen (2015) lại ghi nhận rằng nữ giới có mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả thấp hơn nam giới. Thậm chí, một nghiên cứu xuyên văn hóa được thực hiện bởi nhóm tác giả Dona và cộng sự (2002) còn chỉ ra tính ưu việt vượt trội của nam giới về cái tôi hiệu quả so với nữ giới. Kết quả nghiên cứu của một số tác giả khác lại cho thấy không có sự khác biệt giữa nam và nữ trong mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả (Tenaw, 2013; Iskender, 2009; Ashrafi-Rizi và cộng sự, 2015; Mishra và Shanwal, 2014; Meera và Jumana, 2016; Tsemrekal, 2013; Martinez và Garcia, 2007).

** Theo độ tuổi*

Nghiên cứu của các nhóm tác giả Berry và cộng sự (1989)⁽²⁾, Hertzog và cộng sự (1989)⁽³⁾ về cái tôi hiệu quả đã báo cáo rằng, có sự khác biệt về độ tuổi trong mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả, theo đó, những người trẻ tuổi thường có cái tôi hiệu quả cao hơn những người ở độ tuổi lớn hơn bởi những người trẻ thường quan tâm đến hiệu suất làm việc của họ hơn những người lớn tuổi. Ngược lại, nhóm tác giả Leganger, Kraft và Røyasamb (2000)⁽⁴⁾ trong nghiên cứu của mình lại đưa ra kết luận, cái tôi hiệu quả ở người trẻ thấp hơn nhiều so với những người lớn tuổi hơn. Trong khi đó, Scholz và cộng sự (2002)⁽⁵⁾ lại không tìm thấy một mối liên hệ nào giữa độ tuổi và cái tôi hiệu quả. Như vậy, kết quả được báo cáo bởi các tác giả đi trước về mối liên hệ giữa độ tuổi và mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả của thanh niên là rất khác nhau.

Trở lại với nghiên cứu này, kiểm định Anova và Post-Hoc cho thấy, có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả giữa nhóm thanh niên từ 28 đến 35 tuổi với hai nhóm thanh niên còn lại ($F = 4,890$; $p = 0,008$). Cụ thể: Thanh niên trong độ tuổi từ 28 đến 35 có mức độ biểu hiện

cái tôi hiệu quả cao hơn nhóm thanh niên từ 16 đến dưới 22 tuổi (mức chênh lệch 0,24 ĐTB) và nhóm thanh niên từ 22 đến dưới 28 tuổi (mức chênh lệch 0,26 ĐTB). Nói cách khác, thanh niên ở độ tuổi cao có mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả cao hơn thanh niên ở độ tuổi thấp hơn. Ghaffari và cộng sự (2011) cho rằng, khi một người có nhiều kinh nghiệm thành công hơn, người đó có thể thực hiện nhiệm vụ của mình với niềm tin vào khả năng của mình cao hơn và do đó, những trải nghiệm cá nhân về tính hiệu quả tự nhiên sẽ tăng theo độ tuổi.

** Theo nghề nghiệp*

Kết quả kiểm định Anova và Post-Hoc cho thấy, thanh niên làm trong khu vực kinh doanh, buôn bán, dịch vụ có mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả thấp hơn nhóm thanh niên học sinh, sinh viên và nhóm thanh niên công chức, viên chức (với mức chênh lệch ĐTB lần lượt là 0,19 và 0,34; mức ý nghĩa $p < 0,05$). Không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả giữa nhóm thanh niên học sinh, sinh viên và công chức, viên chức. Những lý giải cho các kết quả này chúng tôi kỳ vọng sẽ được tiếp tục giải quyết trong các nghiên cứu tiếp theo.

Bảng 2: So sánh mức độ biểu hiện Cái tôi hiệu quả giữa các nhóm khách thể thanh niên theo một số đặc điểm nhân khẩu

		ĐTB	ĐLC	T-test/ Anova	Post-Hoc
Giới tính	Nam (I)	3,08	0,57	T = -3,703; p = 0,000	(I) < (II)
	Nữ (II)	3,28	0,56		
Tuổi	16 - dưới 22 (I)	3,17	0,55	F = 4,890; p = 0,008	(I) < (III) (II) < (III)
	22 - dưới 28 (II)	3,15	0,65		
	28 - 35 (III)	3,41	0,54		
Nghề nghiệp	Học sinh, sinh viên (I)	3,21	0,54	F = 6,361; p = 0,002	(I) > (III) (II) > (III)
	Công chức, viên chức (II)	3,36	0,59		
	Kinh doanh, buôn bán, dịch vụ (III)	3,02	0,63		
Nơi sinh sống chủ yếu	Không có sự khác biệt				

4. Kết luận

Từ những kết quả nghiên cứu của đề tài có thể rút ra một số điểm chính sau đây của nhóm mẫu trong nghiên cứu này:

- Thanh niên có mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả ở mức trung bình. Đặc biệt, thanh niên trong mẫu chọn khảo sát có mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả cao hơn mẫu chọn thanh niên (gần tương đương về độ tuổi) ở một số quốc gia khác.

- Nữ thanh niên có mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả cao hơn nam thanh niên; thanh niên trong độ tuổi càng cao thì mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả càng tăng. Bên cạnh đó, những thanh niên trong lĩnh vực kinh doanh, buôn bán, dịch vụ có mức độ biểu hiện cái tôi hiệu quả thấp hơn thanh niên học sinh, sinh viên và thanh niên công chức, viên chức.

- Việc nhận diện và đánh giá mức độ cái tôi hiệu quả ở thanh niên có ý nghĩa quan trọng, giúp chúng ta hiểu được tính hiệu quả và sự tự tin của thanh niên trong việc giải quyết các nhiệm vụ khác nhau, nhất là trong giải quyết các tình huống nhiệm vụ khó khăn, đòi hỏi sự nỗ lực cao và sự đương đầu. Thiết nghĩ, cần có những biện pháp nhằm giúp đỡ và kích thích thanh niên năng động, linh hoạt hơn trong đối mặt và giải quyết các vấn đề nảy sinh trong cuộc sống, để từ đó chính thanh niên là người cải thiện và nâng cao cái tôi hiệu quả của bản thân mình.

- Dù đã rất nỗ lực, song nghiên cứu này vẫn còn những hạn chế nhất định, đó là nghiên cứu chưa đi sâu lý giải rõ ràng sự khác biệt về cái tôi hiệu quả giữa các nhóm khách thể thanh niên, cũng như chưa tìm hiểu những yếu tố ảnh hưởng đến mức độ biểu hiện của cái tôi hiệu quả ở thanh niên. Từ đây, chúng tôi cũng nhận thấy, việc tiếp tục nghiên cứu các chiều cạnh khác của vấn đề này là rất cần thiết. Ngoài ra, việc áp dụng thang đo về cái tôi hiệu quả cũng có thể được áp dụng trên những đối tượng khác ngoài thanh niên như trên người trưởng thành, người già hoặc trẻ em.

Chú thích

1. Tuổi trung bình và độ lệch chuẩn tuổi của mẫu chọn thanh niên tại các quốc gia cụ thể như sau: Nhật Bản (19,1/2,0); Ba Lan (26,0/3,0); Hungary (24,0/3,8); Syri (26,0/6,6); In-đô-nê-xi-a (21,0/3,0); Nga (27,0/11,2); Việt Nam (22,0/4,2).

2. Nghiên cứu của Berry và cộng sự (1989) thực hiện với một mẫu gồm 122 người trẻ tuổi trong độ tuổi từ 18 đến 30.

3. Hertzog và cộng sự (1989) nghiên cứu trên một mẫu gồm 750 người tuổi từ 16 đến 70. Các tác giả này so sánh cái tôi hiệu quả giữa ba nhóm khách thể: thanh niên, trung niên và lão niên.

4. Nhóm tác giả Leganger, Kraft và Røyasamb (2000) tiến hành hai nghiên cứu: Nghiên cứu thứ nhất bao gồm 421 người tuổi từ 16 đến 79. Nghiên cứu thứ hai áp dụng thang đo trên 1.576 thanh niên ở độ tuổi 18.

5. Nhóm tác giả Scholz và cộng sự (2002) thực hiện nghiên cứu về cái tôi hiệu quả trên mẫu gồm 19.120 người tại 25 quốc gia với tuổi trung bình người tham gia dao động trong khoảng từ 15,2 đến 67,1.

Tài liệu tham khảo

1. Acar T. (2007). *On Self Efficacy*. http://www.parantezegitim.net/Bilgi_Bank/Oz_yeterlik_T.Acar_.pdf. Access Date:10.10.2012.
2. Amit Ahuja (2016). *A Study of Self-Efficacy among Secondary School Students in relation to Educational Aspiration and Academic Achievement*. Educational Quest: An Int. J. of Education and Applied Social Sciences. Vol. 71. Issue 3. December.
3. Ashrafi-Rizi H., Najafi N.S.S., Kazempour Z. & Taheri B. (2015). *Research self-efficacy among students of Isfahan University of Medical Sciences*. Journal of Education and Health Promotion. 4. 26. <http://doi.org/10.4103/2277-9531.154117>.
4. Bandura A., Pastorelli C., Barbaranelli C. & Caprara G.V. (1999). *Self-efficacy pathways to childhood depression*. Journal of Personality and Social Psychology. 76. 258 - 269.10.1037/0022-3514.76.2.258.
5. Bandura A. (1977). *Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change*. Psychological Review. 84 (2). 191 - 215.
6. Bandura A. (1982). *Self-efficacy mechanism in human agency*. American Psychologist. 37 (2). 122 - 147.
7. Bandura A. (1994). *Self-efficacy*. In Encyclopedia of Human Behavior V.S. Ramchandran Ed. Vol. 4. P. 71 - 81. Academic Press. New York, NY, USA.
8. Berry J.M., West R.L. & Dennehy D. (1989). *Reliability and validity of the Memory Self-Efficacy Questionnaire (MSEQ)*. Developmental Psychology. 25. 701 - 713.
9. Bilgin M. & Akkapulu E. (2007). *Some variables predicting social self-efficacy expectation*. Social Behavior and Personality. 35. 777-788.10.2224/sbp.2007.35.6.777.
10. Bonsaksen T. (2015). *Predictors of general self-efficacy and self-esteem in occupational therapy students: A cross-sectional study*. Occupational Therapy in Mental Health. 31 (3). 298 - 310.
11. Coleman P. (2003). *Perceptions of parent-child attachment, social self-efficacy and peer relationships in middle childhood*. Infant and Child Development. 12. 351 - 368. 10.1002/(ISSN)1522-7219.
12. Dona B.G., Scholz U., Schwarzer R. & Sud S. (2002). *Is perceived Self-efficacy a universal construct*. European Journal of Personality and Social Psychology.
13. Donald M.G. (2003). *Handbook of self and identity*. Guilford Press. Educational and Psychological Measurement. 51. 755 - 765.

14. Gecas V. (1989). *The social psychology of self-efficacy*. Annual Review of Sociology. 15. 291 - 316.
15. Gera M. and Singh R. (2015). *Study of self-efficacy and self-esteem of prospective teachers in relation to gender and academic achievement*. Prestige International Journal of Information Technology and Management - Sanchayan. 4 (1): 92 - 99.
16. Ghaffari A., Arfa Bellucci F. (2011). *The relationship between achievement motivation and academic self-concept and test anxiety in graduate students of Ferdowsi University of Mashhad*. Journal of Consulting and Clinical Psychology preceding studies (Studies in Education and Psychology). 1 (2): 34 - 67. (Full Text in Persian).
17. Hertzog C., Hultsch D.F. & Dixon R.A. (1989). *Evidence for the convergent validity of two self-report metamemory questionnaires*. Developmental Psychology. 25. 687 - 700.
18. Phan Thị Mai Hương (2007). *Cách ứng phó của trẻ vị thành niên với hoàn cảnh khó khăn*. NXB Khoa học xã hội. Hà Nội.
19. Iskender M. (2009). *The relationship between self-compassion, self-efficacy and control belief about learning in Turkish university students*. Social Behavior and Personality. 37. 711 - 720.10.2224/sbp.2009.37.5.711.
20. Larson R., Wilson S., Brown B.B., Frustenberg F.F. & Verma S. (2002). *Changes in adolescents interpersonal experiences: Are they being prepared for adult relationship in the 21st century?* Journal of Research on Adolescence. 12. 31 - 68.
21. Leganger A., Kraft P. & Røyasamb E. (2000). *Perceived self-efficacy in health behaviour research: Conceptualisation, measurement and correlates*. Psychology & Health. 15 (1). 51 - 69.
21. Martinez M. & Garcia F. (2007). *Parenting style and its relation with self-esteem*. Journal of Applied Psychology. 22 (7). 23 - 27.
23. Meera K.P. and Jumana M.K. (2016). *Self-efficacy and academics performance in English*. Imperial Journal of Interdisciplinary Research. 2 (2): 79 - 83.
24. Mishra S. (2013). *Science attitude as a determinant to educational aspiration in students*. International Journal of Engineering Inventions. 2 (9): 29 - 33.
25. Mishra S. and Shanwal V.K. (2014). *Role of family environment in developing self efficacy of adolescents*. Integrated J. Soc. Sci. 1 (1): 28 - 30.
26. Muris P. (2001). *A brief questionnaire for measuring self-efficacy in youths*. Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment. 23. 145 - 149.10.1023/A:1010961119608.
27. Saffari M., Ghofranipour F., Shojaeizadeh D., Heydarnia A., Pakpour A.H. (2011). *Health education and promotion: Theories, models and methods*. Tehran: Sobhan.
28. Scholz U., Gutiérrez-Doña B., Sud S. & Schwarzer R. (2002). *Is general self-efficacy a universal construct? Psychometric findings from 25 countries*. European Journal of Psychological Assessment. 18. 242 - 251.

29. Singh R.B. and Udainiya R. (2009). *Self-efficacy and well-being of adolescents*. Journal of The Indian Academy of Applied Psychology. 232 - 237.
30. Schwarzer R. (1999). *General Perceived Self-Efficacy in 14 Cultures*. Source: <http://userpage.fu-berlin.de/health/world14.htm>.
31. Tenaw Y.A. (2013). *Relationship between self-efficacy. Academic achievement and gender in analytical chemistry at debre markos college of teacher education*. African Journal of Chemical Education. 3. 3 - 28.
32. Tsemrekal T.M. (2013). *Parenting style, self-regulated learning and academic achievement*. Journal of Humanities and Social Sciences. 23 (5). 23 - 27.
33. Vera E.M., Shin R.Q., Montgomery G.P., Midner C. & Speight S.L. (2004). *Conflict resolution styles, self-efficacy, self-control, and future orientation of urban adolescents*. Professional School of Counselling. 8. 73 - 81.