



رابطه خود کارآمدی با منبع کنترل و سلامت روانی در بین دانشجویان رشته روانشناسی دانشگاه

آزاد واحد زنجان

نویسنده مسئول: غلامحسین انتصار فومنی

استادیار دانشکده روان شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد زنجان gfourmany@yahoo.com

نویسنده دوم: لطف الله سمندری

دانشجوی دکتری مدیریت آموزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد زنجان دانشکده علوم انسانی manem\_05@yahoo.com

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه خود کارآمدی با منبع کنترل و سلامت روانی در دانشجویان روانشناسی واحد زنجان انجام گرفت. در این پژوهش کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد واحد زنجان سال تحصیلی 93-1392 180 نفر بودند. طبق جدول مورگان حجم نمونه معادل 118 نفر که به صورت طبقه ای تصادفی (با توجه به جنسیت) انتخاب گردیدند. جهت جمع آوری داده ها از سه پرسشنامه منبع کنترل راتر (1972)، احساس خود کارآمدی تزر (1982) و مقیاس سلامت روانی (GHQ-28) استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده ها از ضریب همبستگی، رگرسیون و آزمون T برای گروه های مستقل استفاده شد. یافته های تحقیق نشان داد که بین خود کارآمدی با منبع کنترل و منبع کنترل با سلامت روان رابطه مثبت معناداری وجود دارد. بین خود کارآمدی با سلامت روانی رابطه منفی و معناداری وجود دارد. بین منبع کنترل دختر و پسر تفاوت معناداری وجود دارد ولی بین خود کارآمدی و سلامت روانی با دختر و پسر بودن آنان تفاوت معنادار وجود ندارد. نتایج رگرسیون نشان داد که خود کارآمدی توانایی پیش بینی بالاتری برای سلامت روانی دارد. پژوهشگر نتیجه گرفت بین خود کارآمدی با منبع کنترل و سلامت روانی دانشجویان رابطه وجود دارد.

**کلید واژه ها:** خود کارآمدی، منبع کنترل، سلامت روانی، دانشجویان زنجان



## مقدمه

خود کارآمدی همچون توانایی های ذهنی عمومی تأثیرات مستقیم و نیرومند بر موفقیت دارد. یافته های پژوهشی نشان می دهد که خود کارآمدی بهترین پیش بینی کننده یادگیری خود نظم بخش است (الیاس، 2008). افرادی که از خود کارآمدی بالاتری برخوردارند آمادگی بیشتر برای مواجهه با مشکلات تحصیلی، سازگاری بیشتری با محیط، ارزیابی واقعی تری از موفقیت های ایشان و مهارتهای مدیریت بیشتری برای یادگیری دارند (مارگولیس، 2006). خود کارآمدی پائین مانعی برای کسب موفقیت ها بشمار می رود و در طولانی مدت باعث میشود افراد از ناتوان بودن خود مطمئن شوند و در نتیجه تمام تلاشهای روانشناختی شان برای خوب بودن هدر می رود (میلز، 2000). به اعتقاد شانک، خود کارآمدی روی یادگیری و موفقیت تحصیلی تأثیر دارد، همین طور خود کارآمدی روی انتخاب فعالیتها، تلاش صرف شده، استقامت و پایداری در انجام تکالیف تأثیر می گذارد. یافته ها بیانگر آنست که دختران از خود کارآمدی علمی بالاتری نسبت به پسران برخوردارند و این تفاوت معنادار بوده است (موریس، 2004).

به اعتقاد بندورا، دو نوع انتظار وجود دارد، انتظار کارایی و انتظار پیامد. انتظار کارایی؛ قضاوت شخصی درباره توانایی انجام دادن عملی خاص است. انتظار پیامد؛ قضاوت شخصی درباره این است که اگر عمل خاصی انجام شود نتیجه خاصی را به بار خواهد آورد. این انتظارات تعیین کننده مجزا و علیتی شروع رفتار هستند و قبل از این که رفتار نیرومند و هدفمند شود باید این دو انتظار هر دو بالا باشند (کدیور، 1386).

برخی افراد معتقدند تقویت کننده های آنها به وسیله دیگران و نیرو های بیرونی کنترل می شوند (سید محمدی، 1391). پروین (1372) می نویسد: کنترل دارای دو بعد درونی و بیرونی است. آزاد (1372) افرادی که دارای منبع کنترل بیرونی هستند، فکر می کنند برون دادها بد یا خوب ارتباطی با رفتار خود آنها ندارد و از کنترل آنها خارج است.

## تعاریف مفاهیم و ادبیات پژوهش

**سلامت روانی** عبارتست از توانایی افراد برای دست یابی به اهدافی که برای خود در نظر گرفته است (پاتی، 1994). سلامت روانی عبارت است از داشتن سازگاری کافی و احساس خوب بودن از دیدگاه روان شناختی، متناسب با معیارهای قابل قبول روابط انسانی و جامعه (ساعتچی، 1375).

طبق نظریه فروید ویژگیهای خاصی برای سلامت روانی ضرورت دارد. نخستین ویژگی خودآگاهی است. یعنی هر آن چه که ممکن است در ناخودآگاه موجب مشکل شود بایستی خودآگاه شود و خودآگاهی حقیقی ممکن نیست مگر این که کنترل غیرواقعی و غیرضروری یا زیاد از حد (من برتر) در هم شکسته شود. به نظر فروید خودآگاهی عنصر اصلی (ولی نه عنصر کافی) سلامت روانی است (کورسینی، 1973). فروید بیگانگی منطقی از علاقمندیها و اشتیاقهای عمومی را، معیار نهایی سلامت روانی می داند (گلداستینک، 1982). به عقیده موری (1983) فرد سالم از ساختار روانی خودش آگاهی لازم دارد و از انواع نیازها به نحوه مقتضی استفاده می کند. به عقیده آدلر (1973) داشتن روابط خانوادگی و اجتماعی مطلوب و پایدار، مفید بودن برای هموعان، داشتن جرأت، شهامت و قاطعیت عمل کردن برای نیل به



اهداف خود، کنترل داشتن بر روی عواطف و احساسات، داشتن هدف نهایی کمال و تحقق نفس، پذیرفتن اشکالات و کوشیدن در حد توان برای حل آنها از ویژگی های افراد سالم است.

فروم (1968) معتقد است که انسان دارای سلامت روان ؛ کسی است که عمیقاً عشق می ورزد، آفرینشگر است، قدرت تعقل و خرد را در خویش کاملاً پرورانیده است. خودش و جهان را به شکل عمیقی ادراک می کند، احساس درست پایدار دارد و حاکم بر سرنوشت خویش است. به عقیده مزلو (1972) افراد برخوردار از سلامت روان، نیازهای سطح پایین را برآورده کرده اند و اختلال روان شناختی ندارند. ادراک افراد سالم از واقعیت، صحیح است. آنها جهان را به صورت عینی ادراک می کنند. این افراد خود انگیزه، سالم و طبیعی هستند، عواطف خود را صادقانه و بدون رنجش دیگران نشان می دهند. به عقیده اسکینر (1973) انسان سالم کسی است که تأییدات اجتماعی بیشتری را به خاطر رفتارهای متناسبش، از محیط و اطرافیان دریافت کند.

سنواس (2012) نشان داد خود کارآمدی انگیزش درونی و کلاسهای فوق برنامه بر پیشرفت ریاضی دانش آموزان تاثیر دارد. براساس تحقیق دایس (2010) رابطه ای ساختاری بین متغیرهای خود کارآمدی، راهبردهای یادگیری و تعیین هدف با پیشرفت تحصیلی وجود دارد. بورگ (2010) به این نتیجه رسید که سبک های هویت اطلاعاتی با خود کارآمدی رابطه دارد. در تحقیق ماریاما و کاتو<sup>9</sup> (2008) معلوم شد که نیمی از دانش آموزان از طریق فراگیری مهارتهای کامپیوتر احساس خود کارآمدی می کردند.

کوپرا-فرای، سالتز، جونز و دیکسون (1991) دریافتند که افراد دارای منبع کنترل سلامتی درونی بالا (افرادی که خود را مسؤول اولیه سلامتی خویش می دانند)، استرس و افسردگی کمتری دارند در حالیکه افراد دارای منبع کنترل سلامتی بیرونی (افرادی که عوامل مافوق کنترل شخصی خویش مانند تصادفات، ویروس و بیماری را مسؤول اولیه وضعیت سلامتی خود می دانند) اضطراب، افسردگی، بزهکاری اجتماعی و نشانه های سایکوتیک بیشتری دارند. در ضمنا درونی ها عزت نفس بالاتری دارند و کمتر رفتارهای ناسالم، از آنان سر می زند، در حالیکه بیرونی ها عزت نفس پایین تری دارند. (به نقل از ری و همکاران، 1998)

در گزارش پژوهشی راتر (1975) ارتباط خطی بین منبع کنترل درونی-بیرونی و نشانه های روانی بیان شد و بدین ترتیب، آنهایی که گرایش به منبع کنترل درونی ندارند، نسبت به افراد دارای منبع کنترل بیرونی نشانه های کمتری را از خود نشان می دهند. چنین یافته هایی در سالهای بعد نیز توسط پژوهشگران دیگر مورد تأیید قرار گرفت (حیدری پهلویان و همکاران، 1378).

تاکنم و ساکستون ( ۱۰۰۰۲-۱۰۰۰۱ ) و شانگ، (۱۰۰۰۱) بر این باورند که خود کارآمدی با توجه به سن و جنس متفاوت است، آنان باور دارند که مردان از خود کارآمدی بالاتری نسبت به زنان برخوردارند (به نقل از پاچاریز، 1994، واتسون و ودوارد، 1987).

یافته های پاچاریز (1994) نشان دادند که میزان خود کارآمدی پسران نسبت به دختران بیشتر است.

در پژوهشی که در شهر برلین آلمان صورت گرفت مشخص شد که بین خود کار آمدی عمومی، اضطراب و افسردگی و روان آزردهی رابطه منفی وجود دارد (شوازر وفاچس، 1995).



مارلو و همکاران نشان دادند که خود کارآمدی با سلامت جسمانی و روانی در بیماران مبتلا به روماتیسم و التهاب مفاصل همبسته است. بدین معنی که بیماران با خود کارآمدی پایین در مقایسه با بیماران با خود کارآمدی بالا احساس نقص جسمانی بیشتر، خستگی و درد بیشتر، خلق افسرده و مضطربتر از خود بروز می‌دهند (نقل از علی نیا کروی، 1382).

حجازی (1392) نشان داد بین منبع کنترل و خود پنداره با تنش ادراک شده مادران کودکان در خود مانده رابطه مستقیم و معنادار وجود دارد.

کار شکی و همکاران (1390) نتیجه گرفتند خود کارآمدی با میانجیگری فراشناخت بر سلامت روان تأثیر غیر مستقیمی داشته و بیشترین اثر کلی را بر سلامت روان دارد.

کلدی و مهدوی (1381) دریافتند که بین منبع کنترل و گرایش مجدد به اعتیاد رابطه معنادار وجود دارد. در افراد دارای کنترل بیرونی، گرایش مجدد به اعتیاد بیشتر است.

صالحی و همکاران (1386) نشان دادند که بین میزان پایبندی به اصول مذهبی بودن با منبع کنترل در دانشجویان، ارتباط معنی دار وجود دارد، یعنی با درونی شدن منبع کنترل با سلامت روان افزایش می‌یابد.

نجفی و همکاران (1386) نتیجه گرفتند بین خود کارآمدی و سلامت روانی همبستگی مثبت و معنی دار وجود دارد.

حیدری پهلویان و همکاران (1378) نشان دادند که منبع کنترل با افسردگی و عملکرد تحصیلی ارتباط معنی دار وجود ندارد.

ذبیحی حصاری (1384) با هدف بررسی ارتباط باورهای هوشی با باورهای خود کارآمدی در دانش آموزان پیش دانشگاهی و بررسی این باورها بر حسب رشته تحصیلی و جنسیت انجام گرفت و نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که دانش آموزان دختر نسبت به دانش آموزان پسر دارای خود کارآمدی عمومی بالاتری هستند.

معمدی و افروز (1383) با هدف مقایسه خود کارآمدی و سلامت روانی دانش آموزان تیزهوش و عادی نشان داد که مولفه های خود کارآمدی دختران و پسران با یکدیگر تفاوت ندارند.

پژوهش اعرابیان و همکاران (1382) با هدف بررسی رابطه ی باورهای خود کارآمدی بر سلامت روانی و موفقیت تحصیلی دانشجویان، بیانگر آن است که باورهای خود کارآمدی قوی بر سلامت روانی دانشجویان تأثیر مثبت داشته است. همچنین، تفاوت های باورهای خود کارآمدی نمونه ی مورد بررسی با توجه به جنس و گروه های تحصیلی معنادار نیست. لذا هدف پژوهش حاضر تعیین رابطه بین خود کارآمدی با منبع کنترل و سلامت روانی بین دانشجویان روان شناسی دانشگاه آزاد اسلامی زنجان بود.

روش تحقیق



روش تحقیق همبستگی می باشد. جامعه آماری مورد مطالعه در این پژوهش شامل کلیه دانشجویان پسر و دختر، رشته روانشناسی دانشگاه آزاد واحد زنجان که تعداد آن برابر با 180 نفر است که در سال تحصیلی 92 مشغول به تحصیل بودند. با توجه به این که در این تحقیق جامعه آماری 180 نفر بود براساس جدول مورگان 118 نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. تنها 107 پرسشنامه بی نقص بود. از روش نمونه گیری طبقه ای تصادفی (با توجه به جنسیت) استفاده گردید. دانشجویان به پرسشنامه های منبع کنترل راتر (1972) و احساس خودکارآمدی شرر و آدانر (1982) و سلامت روانی (GHQ-28) پاسخ دادند. برای تجزیه و تحلیل داده ها از ضریب همبستگی، رگرسیون و آزمون T برای گروه های مستقل استفاده شد.

#### یافته ها

جدول 1: جدول ضریب همبستگی بین خودکارآمدی با منبع کنترل و سلامت روانی

Sig	R	
0/060	0/261	خودکارآمدی با منبع کنترل
0/021	-0/222	خودکارآمدی با سلامت روان
0/038	0/200	منبع کنترل با سلامت روان

جدول 1 نشان میدهد که در میان دانشجویان روان شناسی دانشگاه آزاد واحد زنجان بین خودکارآمدی با منبع کنترل رابطه مثبت معناداری وجود دارد. ولی بین خودکارآمدی با سلامت روانی رابطه منفی معناداری وجود دارد. و بین منبع کنترل با سلامت روان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

جدول 2- نتایج رگرسیون چند متغیری مربوط به خود کارآمدی با سلامت روانی و منبع کنترل در بین دانشجویان

sig	T	Beta	B	
.082	1.755		28.157	مقدار ثابت
.027	-2.245	-.219	-.322	سلامت
.865	.170	.017	.159	منبع

جدول 2- تحلیل واریانس برای رگرسیون چند گانه عملکرد موجود بر خود کارآمدی و سلامت روان



منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F مشاهده شده	سطح معنی داری
رگرسیون	1135.322	2	567.661	2.722	.070
باقیمانده	21691.463	104	208.572		
کل	22826.785	106			

نتایج رگرسیون نشان داد که خودکار آمدی توانایی پیش بینی بالاتری برای سلامت روانی دارد. برداشت نهایی از این پژوهش این است که منبع کنترل در وضعیت های مختلف نقش مهمی در خودکار آمدی ایفا می کند.

جدول 3: آزمون T جهت مقایسه خودکار آمدی، سلامت روانی و منبع کنترل دانشجویان دختر و پسر

گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	t	sig
خودکار آمدی	دختر	91.57	9.97	-424	.672
	پسر	92.39	10.06		
سلامت روان	دختر	55.98	15.34	-464	.644
	پسر	57.30	14.07		
منبع کنترل	دختر	7.81	1.27	4.182	.000
	پسر	6.66	1.56		

جدول شماره 3 نشان میدهد در میان دانشجویان روان شناسی دانشگاه آزاد واحد زنجان بین منبع کنترل دختر و پسر تفاوت معناداری وجود دارد ولی خودکار آمدی و سلامت روانی بین دختر و پسر تفاوت معنادار وجود ندارد.

### بحث و نتیجه گیری

بین خودکار آمدی با منبع کنترل رابطه مثبت معنا داری وجود دارد که یافته های این تحقیق با یافته های تحقیقات پیشین از جمله کاتو (2008) و تحقیق دیس (2010) هماهنگ است. هر قدر افراد از خود کار آمدی بیشتری برخوردار باشند، بهتر می توانند از منبع کنترل درونی در رسیدن به اهداف خود استفاده بنمایند.

بین خودکار آمدی با سلامت روانی رابطه منفی و معنا داری وجود دارد. که با یافته های حجازی (1392) و فولاد چنگ و همکاران (1386) نجفی (1386) هماهنگ است. در مطالعات بیشماری مشخص شده که افراد دارای انتظارات خود کارآمدی بیشتر نسبت به افراد با خود کارآمدی کمتر، احتمالاً بیشتر در جست و جوی راه حل های مناسب مشکلات و مسائل هستند. برای مثال، گرم بوسکی، پاتریک، دیهر، دورهام، برسفورد، کای و هچت (1993) و اولیری (1992) در تحقیق های خود دریافتند که بر خلاف افراد با خود کارآمدی کم، افراد با انتظارات خود کارآمدی زیاد، بیشتر احتمال دارد که رفتارهای زیان آور (مثل چاقی) را کنترل و رفتارهای خود تخریبی (مثل



استعمال دخانیات و مشروبات الکلی) را متوقف کنند. پژوهش ها نشان داده که؛ سطوح بالای خود کارآمدی، با توان بیشتر مقابله با رفتارهای پر خطر برای سلامت همراه است (ما، فانگ ، نائور، تان و شایو، 2006).

بین منبع کنترل و سلامت روان رابطه مثبت معنا داری وجود دارد که با تحقیقات حیدری پهلویان و همکاران (1378) و صالحی و همکاران (1386) همسو است که با درونی شدن منبع کنترل ،سلامت روان افزایش می یابد.

نتایج رگرسیون نشان داد که خودکار آمدی توانایی پیش بینی بالاتری برای سلامت روانی دارد .برداشت نهایی از این پژوهش این است که خودکار آمدی در وضعیت های مختلف نقش مهمی در منبع کنترل ایفا می کند

بین خود کارآمدی و سلامت روانی دختر و پسر تفاوت وجود ندارد که با یافته های تاکنوساکستون(۱۰۰۲) و شانگ (۱۰۰۱) به نقل از پاچاریز(۱۰۰۴) واتسون و همکاران (۱۰۸۰) که باور دارند خود کارآمدی با توجه به جنس متفاوت است و مردان از خود کارآمدی بالاتری نسبت به زنان برخوردارند، همچنین با نتایج تحقیق احمدی(۱۳۸۴)،مرتضوی(۱۳۸۳) به نقل از خاکساری بلداجی(۱۳۸۴) که میزان خود کارآمدی پسران را بیشتر از دختران می دانستند و همچنین با نتایج پژوهش ذبیحی حصارى (۱۳۸۴) ، که نشان داد دانش آموزان دختر نسبت به دانش آموزان پسر از خود کارآمدی عمومی بالاتری برخوردارند، ناهمسو است. باورهای خود کارآمدی بر طرز تفکر افراد، چگونگی رویارویی با مشکلات، سلامت هیجانی، تصمیم گیری، مقابله با استرس و افسردگی تأثیر می گذارد( بندرا و لاکى، ۲۰۰۳) و سازه خودکار آمدی مجموعه ای از مهارتها، استعدادها و تواناییها هست که توانایی موفقیت فرد را در مقابله با فشارها و اقتضاهای محیطی افزایش می دهد. افرادی که دارای احساس خود کارآمدی واضح، خوب تعریف شده ، هماهنگ و تقریباً باثبات هستند از سلامت روان شناختی بیشتری برخوردارند( بندورا، ۱۰۰۰)



### منابع داخلی :

- اعرابیان، او همکاران (۱۳۸۰). بررسی رابطه باورهای خود کارآمدی بر سلامت روانی و موفقیت تحصیلی دانشجویان، مجله روانشناسی سال دهم، شماره ۳۲، ص- ۵۶.
- پتی، جان مارشال (1994). انگیزش و هیجان. ترجمه: یحیی سید محمدی (1373)، چاپ اول. تهران: نشر ویرایش.
- پروین، لارنس (1372). روان شناسی شخصیت؛ ترجمه محمد جعفر جوادی و پروین کدیور؛ موسسه خدمات فرهنگی رسا.
- حجازی، آریات (1392). رابطه بین منبع کنترل وجود پنداره با تنش ادراک شده بر مادران کودکان در خود مانده. مقالات پزشکی قانونی کشور. مقاله 4، دوره 15، شماره 57.
- حیدری پهلویان، احمد و همکاران. (1378). رابطه منبع کنترل درونی و بیرونی با افسردگی و عملکرد دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی همدان. مجله اندیشه و رفتار، سال چهارم، شماره چهار.
- ذبیحی حصار، ن (۱۳۸۴). رابطه باورهای هوشی با باورهای خود کارآمدی دانش آموزان پیش دانشگاهی شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی.
- ساعتچی، محمود (1369). روانشناسی در کار، سازمان و مدیریت. چاپ اول. تهران: انتشارات رشد.
- شولتز، دوان. پی و شولتز، سیدنی ال. (1391). نظریه شخصیت (ویراست هشتم). مترجم: یحیی سید محمدی. تهران: ویرایش.
- صالحی، لیلی و همکاران (1386) رابطه بین اعتقاد مذهبی و منبع کنترل با سلامت روانی در دانشجویان. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی قزوین، سال یازدهم، شماره یک (پی در پی 42).
- عبدلی ما سوله، فتانه و همکاران (1386). بررسی رابطه فرسودگی شغل با سلامت روانی. مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی، دوره 65، شماره 6.
- کارشکی، حسین، پاک مهر، حمیده (1390). رابطه بادر های خود کارآمدی، فرا شناختی، تفکر انتقادی با سلامت روانی دانشجویان علوم پزشکی. مجله پژوهش حکیم، دوره چهاردهم، شماره سوم.
- کدیور، پروین (1386). روانشناسی تربیتی. تهران: انتشارات سمت.





- کلدی ، علیرضا ، مهدوی ، رضا (1381). بررسی منابع کنترل درونی و بیرونی در بازگشت مجدد به اعتیاد در اردوگاه کار درمانی . فصلنامه رفاه اجتماعی ، سال سوم ، شماره 9.
- معتمدی، ف، افروز، غ (۱۳۸۳). خود کارآمدی و سلامت روانی در دانش آموزان تیز هوش و عادی. پایان نامه کارشناس ارشد، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران.
- میلانی فر، بهروز. (1373). بهداشت روانی. تهران: نشر قومس.
- نجفی ، محمود ، فولاد چنگ ، محبوبه (1386) . رابطه خودکار آمدی و سلامت روانی در دانش آموزان دبیرستانی . دو ماهنامه ی علمی پژوهشی دانشگاه شاهد ، سال چهاردهم ، دوره جدید ، شماره 22.
- منابع خارجی:

- Burg, J (2010). **Relating Identity Processing Styles and Self-Efficacy to Academic Achievement in first-year University students.**
- Diseth, A. (2010). **Self-efficacy Good orientation and Learning Strategies as Mediators between Preceding and Subsequent Academic Achievement.**
- Elias, R.Z (2008). **Anti-Intellectual Attitudes and Academic Self-Efficacy among Business Students.** Journal of Education for Business 84 (2) 110-116.
- Goldstein, J.H. (1982). **A laugh day: can mirth keep disease at bay?** The sciences. Vol. 22, 221-25.
- Margolis, H. (2006). **Improving self-efficacy and Motivation: What to Do, What to say.** Intervention in school and clinic, 41 (4), 218-227.
- Martin, R.A. & Lefcourt, H.M. (1983). **Sense of humor as a moderator of the relation between stressors and moods.** Journal of Personality and Social Psychology, 45(6).1313-1324.
- Maslow, A.H. (1972). **A holistic approach to creativity.** In C.W. Taylor, Climate for Creativity. New York: Pergamum Press.
- Mills, N. (2000). **Self-efficacy of College Intermediate French Students: Relation to Achievement and Motivation.** Language Learning, 57 (3), 417-442.
- Morris, L. v. (2004). **Self-efficacy in Academic: connecting the belief and the reality.**

## Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium



- Murayama, J, Kato. (2008). **Self-efficacy learning experience of information education: In case of junior high school.** Spring Verilog London Limited 2008. 23:309-325.
- Perjures, F. (1994). **Inviting self-efficacy the role of invitation in the development of confidence and competence.** [www.invitational, education. Net/publications/journal/v31p13.htm](http://www.invitational, education. Net/publications/journal/v31p13.htm)
- Swanson, c. (2012). **What is metacognition?** Journal of Educational Psychology, Vole 211, 114-123.

Archive of SID