



mph.sdcongress.ir

هشتمین همایش بین المللی
مدیریت، روانشناسی و علوم انسانی
با رویکرد توسعه پایدار

8th International Conference on
Management, Psychology & Humanities with sustainable development approach



بررسی مطالعات حوزه ی خودکارآمدی تحصیلی و عزت نفس دانش آموزان (مطالعه مروری)

گلناز جهانی (نویسنده مسئول)^۱، شیما تجری^۲

^۱ کارشناسی روانشناسی عمومی، دانشگاه پیام نور، واحد گرگان (Golyj72@gmail.com)

^۲ کارشناسی روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد گرگان (shimatajari1375@yahoo.com)

چکیده

در مقاله حاضر به بررسی مطالعات حوزه خودکارآمدی تحصیلی و عزت نفس با روش مطالعه کتابخانه ای پرداخته شد و طبق بررسی های انجام شده عزت نفس که به معنای مهم، بارزش و احترام گذاشتن به خود است می تواند تمام جوانب زندگی فرد را تحت تأثیر خود قرار دهد که زندگی تحصیلی یکی از این جوانب است. همچنین دریافتیم دانش آموزانی که خود را ارزشمند و مهم می دانند در مدرسه و در ارتباط با سایر افراد عملکرد بهتری دارند چرا که به خود و مهارت ها و توانایی هایش در امور مدرسه اعتماد و باور دارد بنابراین عزت نفس می تواند در روحیه ی خودکارآمدی دانش آموزان تأثیرگذار باشد.

واژه های کلیدی

عزت نفس؛ خودکارآمدی، خودکارآمدی تحصیلی



mph.sdcongress.ir

هشتمین همایش بین‌المللی مدیریت، روانشناسی و علوم انسانی با رویکرد توسعه پایدار

8th International Conference on Management, Psychology & Humanities with sustainable development approach



۱. مقدمه

یکی از اهداف مهم آموزش و پرورش ایجاد زمینه برای رشد همه جانبه فرد و تربیت انسان های سالم، کارآمد و مسئول برای ایفای نقش در زندگی فردی و اجتماعی است. از آنجایی که دانش آموزان به عنوان رکن اساسی نظام آموزشی کشور، در دستیابی به اهداف نظام آموزشی نقش و جایگاه ویژه ای دارند، توجه به این قشر از جامعه از لحاظ آموزشی و تربیتی، باروری و شکوفایی هر چه بیشتر نظام آموزشی و تربیتی جامعه را موجب می گردد. با وجود این از کل دانش آموزانی که وارد نظام آموزش و پرورش می شوند، تعداد کمی از آن ها می توانند استعدادهای خود را شکوفا کنند و در این عرصه موفق گردند و پیشرفت تحصیلی خوبی از خود نشان دهند (میکائیلی و همکاران، ۱۳۹۱)

در همین راستا پرورش عزت نفس دانش آموزان و مسائل مرتبط با آن از مهم ترین دغدغه های نظام آموزشی کشور است همچنین پیشرفت و ارتقای علمی دانش آموزان همواره مورد توجه کارشناسان آموزش و پرورش هر کشوری می باشد چراکه توسعه سیاسی، فرهنگی، اجتماعی و علمی هر کشور در گرو پرورش افرادی است که از مهارت ها و آگاهی های خاصی است که عزت نفس یکی از آن هاست.

همچنین خودکارآمدی اعتقاد فرد به توانایی های خود است و بر انگیزه فرد از میزان تلاش برای انجام وظیفه مشخص تأثیر می گذارد (بندورا، ۱۹۷۷؛ لی، پنگ، لو، لیاو و لی، ۲۰۲۰) خودکارآمدی که مربوط به وظایف و عملکرد تحصیلی است، خودکارآمدی تحصیلی نامیده میشود که به عنوان اعتماد به نفس افراد در دستیابی به موفقیت تحصیلی توصیف می شود (بونگ و اسکالویک، ۲۰۰۳؛ لی، گائو و زیو، ۲۰۲۰) چند بعدی است و به انگیزه، موفقیت، احساسات، شناخت و خودتنظیمی فرد مربوط می شود (همان) برای دانش آموزان ضروری است که خودکارآمدی تحصیلی داشته باشند زیرا آن ها را در اعتماد به نفس برای مقابله با هرگونه چالش و خواسته تحصیلی راهنمایی می کند. بنابراین، اضطراب و استرس تحصیلی کاهش می یابد. هرچه خودکارآمدی دانش آموزان در ارتباط با وظایف تحصیلی آن ها بیشتر باشد، استرس تحصیلی آن ها کمتر است (روویرا، ادو، و فرناندز کاسترو، ۲۰۱۰)

خودکارآمدی تحصیلی اعتقاد فرد در مورد توانایی خود در دستیابی به اهداف و معیارهای خود ارزشمندی مربوط به آموزش است (بندورا، ۱۹۹۳؛ موریس، ۲۰۰۱) دانش آموزان با ارزیابی و تفسیر عملکرد وظیفه خود، خودکارآمدی تحصیلی را رشد می دهند، که بیانگر یک داوری از صلاحیت است (بندورا، باربارانلی، کاپارا، و پاستورلی، ۲۰۰۱) که این ارزیابی می تواند سایر مسائل تحصیلی دانش آموزان را تحت تأثیر قرار دهد. هدف ما نیز در این مقاله بررسی مطالعات حوزه خودکارآمدی تحصیلی و عزت نفس دانش آموزان است که در ادامه به آن خواهیم پرداخت.

۲. پیشینه نظری

۱.۲. خودکارآمدی تحصیلی

خودکارآمدی عبارت است از تعیین شخصی توانایی خود برای انجام یک کار خاص. بندورا (۱۹۹۴) خاطر نشان کرد که چگونه می توان رفتار افراد را اغلب با اعتقاداتی که نسبت به توانایی های خود دارند بهتر پیش بینی کرد تا آنچه که واقعاً قادر به انجام آن بودند. در مفهوم سازی او، خودکارآمدی مکانیزمی برای توضیح و پیش بینی اندیشه، احساسات و عملکرد فرد و سازماندهی و اجرای دوره های عملی برای دستیابی به اهداف تعیین شده است. کمتر به مهارت ها و توانایی های افراد توجه دارد. این مهم تر از آن است که افراد معتقدند با هر مهارت و توانایی که دارند می توانند انجام دهند. بندورا پیشنهاد کرد که خودکارآمدی در احساس، اندیشه و رفتار افراد تفاوت ایجاد می کند (بندورا، ۱۹۹۵) بنابراین در یک بیان کلی می توان گفت خودکارآمدی یعنی باور فرد درباره خود و ارزشی که برای خود و توانایی هایش در نظر دارد.

خودکارآمدی تحصیلی نیز باور فرد در رابطه با مهارت ها و توانایی هایش در مسائل تحصیلی و حل مسائل و تکالیف درسی می باشد. آیکو (۲۰۰۵) خودکارآمدی تحصیلی را به عنوان "سازه ای که در آن عملکرد فکری دانش آموز مبتنی بر رشد مهارت های شناختی و خودکارآمدی درک شده او است" تعریف کرد. خودکارآمدی تحصیلی مبتنی بر نظریه خودکارآمدی است (همان) بر اساس نظریه خودکارآمدی، خودکارآمدی عبارت است از "اعتماد فرد در توانایی خود برای سازماندهی و اجرای یک حرکت مشخص برای حل یک مشکل یا انجام یک کار (اکلز و ویگفیلد، ۲۰۰۲)



mph.sdcongress.ir

هشتمین همایش بین المللی مدیریت، روانشناسی و علوم انسانی با رویکرد توسعه پایدار

8th International Conference on
Management, Psychology & Humanities with sustainable development approach



نظریه خودکارآمدی نشان می دهد که خودکارآمدی تحصیلی ممکن است از نظر قدرت به عنوان تابع دشواری وظایف متفاوت باشد، برخی افراد ممکن است معتقد باشند که در کارهای دشوار مؤثرتر هستند، در حالی که دیگران فقط در کارهای آسان تر احساس موفقیت دارند. علاوه بر این، اعتقاد بر این است که خودکارآمدی ماهیت موقعیتی دارد و نه به عنوان یک ویژگی پایدار. دانش آموزان بین قضاوت های خودکارآمدی خود در حوزه های مختلف تحصیلی تفاوت های قابل اعتمادی ایجاد می کنند که در مجموع، ساختار چند بعدی سلسله مراتبی سست را تشکیل می دهند. خودکارآمدی با عزت نفس یا خودپنداره متفاوت است زیرا ارزیابی ویژه ای از وظایف است در حالی که عزت نفس و خودپنداره منعکس کننده ارزیابی های عاملی بیشتری از خود است. دو دسته کلی از باورهای امید به تحصیل مطرح شده است. انتظارات از نتایج تحصیلی اعتقادات دانش آموز است که رفتارهای خاص منجر به نتایج خاصی می شود (به عنوان مثال، "اگر من تکالیف خود را انجام دهم، نمراتم بهبود می یابد") انتظارات کارآمدی تحصیلی اعتقادات دانش آموز در توانایی آن ها در انجام رفتارهای لازم برای ایجاد نتیجه مشخص است (به عنوان مثال، "من انگیزه کافی برای مطالعه سخت در این آزمون را دارم") درک تفاوت بین این دو شکل از باورهای انتظار مهم است زیرا " افراد می توانند باور کنند که یک رفتار خاص نتیجه معینی (انتظار نتیجه) ایجاد می کند، اما ممکن است باور نکنند که می توانند آن رفتار را انجام دهند (انتظار اثربخشی)" (ناسا، ۲۰۱۴)

۲.۲.۱. انواع خودکارآمدی

خودکارآمدی در دو شکل ظاهر می شود:

۱- خودکارآمدی عمومی

۲- خودکارآمدی اختصاصی یا خودکارآمدی مربوط به یک تکلیف خاص

مفهوم خودکارآمدی عمومی نشان دهنده این است که چرا برخی از افراد چشم انداز مطمئن تری نسبت به زندگی دارند و بدون توجه به سختی کار، می توانند عامل مؤثری برای انجام کامل کار باشند (شلتون، ۱۹۹۰)

شرر (۱۹۸۲) نشان می دهد که خودکارآمدی عمومی ماحصل کل کارآمدی وظایف فرد است. شرر همچنین یک مقیاس خودکارآمدی ابداع کرد که انتظارات خودکارآمدی عمومی را در زمینه های اجتماعی، شغلی و تحصیلی اندازه می گیرد (مک کنزی، ۱۹۹۹)

شوآرزو و اسکولز (۲۰۰۵) خودکارآمدی عمومی را به معنی باور به صلاحیت شخص برای اینکه از پس کارهای تازه برآید و از عهده طیف گسترده ای از موقعیت های چالش برانگیز یا پرفشار برآید را از خودکارآمدی خاص که مقید بودن به انجام کاری خاص را می رساند متفاوت می دانند. آن ها ثابت کرده اند که چگونه خودکارآمدی عمومی به عزت نفس و عملکرد تحصیلی و نیز ساختارهای دیگر مربوط است و اینکه چگونه این ارتباط در تمام فرهنگ ها و نمونه ها محکم حفظ می شوند (کارسیا و دکاسو، ۲۰۰۶)

۳.۲.۱. منابع خودکارآمدی

بندورا (۱۹۹۷) ادعا کرد که موفقیت دانش آموز در انجام وظیفه به شدت تحت تأثیر اعتقاد به توانایی او در انجام وظیفه است طبق نظر بندورا (۱۹۹۴) خودکارآمدی از طریق چهار منبع اصلی توسعه می یابد:

تجربه تسلط: افراد هنگامی که موفق می شوند به کارایی شخصی خود اعتقاد قوی دارند، در حالی که شکست این باور را تضعیف میکند. تجربه جانشین: تجربیات جانشین ارائه شده توسط مدل های اجتماعی، باورهای خود در مورد کارایی را تقویت می کند. وقتی افراد مشاهده می کنند که شخص مشابهی با تلاش مستمر موفق می شود، اعتقادات آن ها نشان می دهد که آن ها نیز می توانند موفق شوند. به طور مشابه، شکست دیگران، خودکارآمدی ناظران را کاهش می دهد.

ترغیب اجتماعی: وقتی افراد به طور شفاهی متقاعد می شوند که می توانند به اهداف معین دست یابند، به احتمال زیاد تلاش مستمری را انجام می دهند. از سوی دیگر، خود شک و اندیشیدن به نقص های شخصی سطح تلاش را کاهش می دهد.

خلق و خو: حالات احساسی افراد بر برآورد پتانسیل آن ها تأثیر می گذارد. خلق خوش بینانه خودکارآمدی درک شده را افزایش می دهد، حالات بدبینانه آن را کاهش می دهد. به طور کلی، دانش آموزان از انجام وظایفی که فکر نمی کنند با موفقیت انجام دهند اجتناب می کنند، با این حال، دانش آموزان با میل خود وظایف دشواری را در مناطقی که دارای سطح بالایی از خودکارآمدی شخصی هستند، می پذیرند (ساتچی و کان، ۲۰۱۶)



mph.sdcongress.ir

هشتمین همایش بین‌المللی مدیریت، روانشناسی و علوم انسانی با رویکرد توسعه پایدار

8th International Conference on Management, Psychology & Humanities with sustainable development approach



۲،۲. عزت نفس

یکی از ویژگی‌های شخصیت بهنجار، برخورداری از عزت نفس است. عزت نفس عبارت است از درجه تصویب و تأیید و ارزشی که شخص نسبت به خود احساس می‌کند و یا قضاوتی که فرد نسبت به ارزش خود دارد (اسمیت، ۲۰۰۳) محققان عقیده دارند عزت نفس که از عوامل تعیین‌کننده رفتار در انسان به شمار می‌رود، در مراحل مختلف زندگی متأثر از چگونگی ارتباط او با دیگران است (همان). عزت نفس قضاوت فرد در مورد شایستگی‌ها و از این رو یک ویژگی شخصیتی است و یک نگرش لحظه‌ای مختص به موقعیت خاصی نیست (O'Moore, Kirkham, 2001) این ویژگی از افکار، احساسات عواطف و تجربه‌های هر فرد در طول زندگی ناشی می‌شود به عنوان مثال اگر خودمان رو دوست داشته باشیم احساس خوشایند و ارزشمند بودن می‌کنیم و اگر خودمان را دوست نداشته باشیم احساس بی‌کفایتی و ناخوشایندی داریم (Seals, Young, 2003) از نظر اسمیت (۱۹۶۷) عزت نفس عبارت است از: میزان اعتماد به خود، مصمم بودن، رضایت از رابطه‌ی خانواده، دوستان، معلمان، مشهور بودن، توانایی مراقبت از خود، باور به ارزشمندی خود و ابراز و اظهار نمودن خود. به عبارت دیگر، عزت نفس یعنی تصورات، نگرش‌ها، و ارزیابی‌هایی که شخص به طور مداوم درباره‌ی خود انجام می‌دهد (پژوهان، ۱۳۹۳) عزت نفس، برابر با خودباوری واقعی (شاملو، ۱۳۷۲؛ به نقل از مال ویرانی، ۱۳۹۶) و درجه‌ی تصویب، تأیید، پذیرش و ارزشمندی است که شخص نسبت به خود احساس می‌کند (بیابانگرد، ۱۳۹۵). بنابراین عزت نفس عبارت است از مقدار ارزشی که فرد به خود نسبت می‌دهد، و یا این که مقدار ارزشی است که فرد فکر می‌کند دیگران به عنوان یک شخص برای او قائلند. عزت نفس قضاوت و رأی شخص در رابطه با ارزش و لیاقت و قبول و پذیرش یا رد خود بوده که در نگرش فرد ظاهر می‌شود. عزت نفس، نقش ممتازی در سلامت روانی و تعادل شخصیتی دارد (گراوند و وهابی، ۱۳۹۵)

۲،۲،۱. زمینه‌های عزت نفس

عزت نفس افراد را می‌توان در زمینه اجتماعی، تحصیلی، خانوادگی، جسمانی و کلی مورد بحث قرار داد: عزت نفس اجتماعی: عزت نفس اجتماعی مبتنی بر عقاید فرد در مورد خودش، به عنوان یک دوست برای دیگران است. به عبارت دیگر، آیا افراد دیگر او را دوست دارند؟ آیا از ارتباط و تعامل با همسالان خود احساس رضایت می‌کند؟ به طور کلی، فردی که نیازهای اجتماعی اش برآورده شود احساس خوبی در این زمینه خواهد داشت. عزت نفس تحصیلی: عزت نفس تحصیلی مبتنی بر میزان ارزشی است که فرد برای پیشرفت تحصیلی خود قائل است. ارزیابی پیشرفت و توانایی تحصیلی آسان نیست، اما به طور کلی می‌توان گفت که اگر کودک با توجه به معیارهای مورد قبول جامعه پیشرفت تحصیلی خوبی داشته باشد، از عزت نفس خوبی برخوردار است. عزت نفس خانوادگی: عزت نفس خانوادگی از عقاید کودک در مورد خودش به عنوان عضوی از خانواده سرچشمه می‌گیرد. کودکی که احساس کند عضو با ارزشی از خانواده است و از محبت و احترام ویژه والدین برخوردار باشد، در این زمینه عزت نفس بالایی خواهد داشت. عزت نفس جسمانی: ترکیبی از ویژگی‌های جسمانی و توانایی‌های بدنی، عزت نفس جسمانی را تشکیل می‌دهد. عزت نفس فرد در این زمینه براساس رضایت از وضعیت جسمانی و ویژگی‌های ظاهری است. دخترها بیشتر به خصوصیات بدنی و پسرها بیشتر به توانایی‌های جسمی اهمیت می‌دهند. عزت نفس کلی: عزت نفس کلی مبتنی بر ارزیابی کلی فرد از خود است. عزت نفس کلی براساس ارزیابی‌های فرد از خودش، در تمام زمینه‌ها شکل می‌گیرد، یعنی از اعتقاداتی مانند «من یک شخص خوب هستم» یا «من اغلب چیزهای مربوط به خودم را دوست دارم» ناشی می‌شود (اوتنج، ۲۰۲۰)

۲،۲،۲. خودکارآمدی و عزت نفس

براندن (۱۹۶۹) استدلال کرد که اعتقاد به توانایی فرد برای تغییر وضعیت شخصی، عامل تعیین‌کننده اصلی در سطح عزت نفس است. برای افراد بیکار، اعتماد به نفس یا خودکارآمدی جستجوی کار با توانایی تغییر وضعیت فرد ارتباط تنگاتنگی دارد و این رفتاری است که اغلب در ادبیات مورد بررسی قرار گرفته است. در حالی که عزت نفس به طور گسترده‌ای به عنوان معیاری برای رفاه مورد استفاده قرار می‌گیرد، خودکارآمدی بیشتر به عنوان پیش‌بینی‌کننده رفتار، معمولاً رفتارهای جویای کار مورد استفاده قرار می‌گیرد (ونزل، ۱۹۹۳). از این نظر، خودکارآمدی را می‌توان کاتالیزوری برای افزایش رفاه در نظر گرفت. اعتماد به نفس در ایجاد موفقیت به احتمال زیاد سطح



mph.sdcongress.ir

هشتمین همایش بین‌المللی مدیریت، روانشناسی و علوم انسانی با رویکرد توسعه پایدار

8th International Conference on Management, Psychology & Humanities with sustainable development approach



رفاه، از جمله عزت نفس را افزایش می دهد شواهد تجربی نشان می دهد که خودکارآمدی بر وظایفی که فرد انجام می دهد، تلاشی که برای انجام این وظایف انجام می دهد، پشتکار، پاسخ آن ها به عقب ماندگی ها تأثیر قوی دارد و در تغییرات ایجاد شده تأثیرگذار است. این برای افراد که در پی انجام عملی هستند یک ملاحظه مهم است، زیرا اگر افراد در یافتن موفقیت از سطح خودکارآمدی بالایی برخوردار باشند، به عنوان مثال، به احتمال زیاد به جستجوی موفقیت حتی در مواجهه با ضربات ناگهانی ادامه می دهند (بندورا، ۱۹۹۷).

۳. روش

در مطالعه حاضر به بررسی کیفی مطالعات حوزی خودکارآمدی و عزت نفس با روش مرور سیستماتیک و مطالعه کتابخانه ای پرداختیم و ادبیات نظری مقاله از انواع منابع داخلی و خارجی استخراج گردیده و نتیجه گیری نهایی به عمل آمده است.

۴. نتیجه گیری

هدف از مقاله حاضر بررسی مطالعات حوزه خودکارآمدی و عزت نفس می باشد که در ادامه به تشریح مطالب مرتبط خواهیم پرداخت. نظریه پردازان بر این باورند که عزت نفس منجر به افزایش روحیه شادکامی، اعتماد به نفس، برقراری روابط بین فردی سازگار و عملکرد اجتماعی، خانوادگی، تحصیلی و ... افراد می شود.

نتایج مطالعات بیشمار حاکی از آن است که عزت نفس سبب افزایش روحیه توانمندی و احساس کارآیی و ارزشمندی در فرد می باشد که این احساس می تواند تأثیر مثبتی در تمام ابعاد زندگی فرد از جمله زندگی تحصیلی فرد شود.

همچنین دانش آموزانی که احساس عزت نفس دارند و خود را فردی ارزشمند، مفید و پر اهمیت و مهم می دانند در مدرسه خودکارآمدی بالا داشته و به دنبال آن به توانایی های تحصیلی خود باور دارند و این عقیده را دارند که از پس تکالیف و مسئولیت های تحصیلی خود برمی آیند.

بنابراین یکی از مهم ترین وظایف ما به عنوان معلم این است که حس ارزشمندی در خود و خود را فردی عزیز، مهم و محترم را در دانش آموزان خود تقویت کنیم چون ثابت شده است که دانش آموزانی که از عزت نفس برخوردارند و حس خود ارزشمندی بالایی دارند خودکارآمدی بالایی هم دارند و به خود و توانایی هایشان نیز باور دارند.

در نهایت پیشنهاد می شود ضمن برگزاری کارگاه های آموزشی برای معلمان و خانواده ها و دانش آموزان، عزت نفس، راه های پرورش آن و مزایای آن آموزش داده شود و همچنین در ابتدای سال تحصیلی دانش آموزان با حس عزت نفس و خودکارآمدی پایین شناسایی شوند و خدمات روانشناختی لازم به آن ها ارائه گردد.

منابع

- [۱] بیابانگرد، اسماعیل، ۱۳۹۵. روش های افزایش عزت نفس در کودکان و نوجوانان، انتشارات انجمن و اولیا و مربیان جمهوری اسلامی.
- [۲] پژوهان، ایوب، ۱۳۹۳. ارتباط بالندگی سازمانی با عزت نفس و ابعاد آن در کارکنان دانشگاه پیام نور استان کردستان، فصلنامه ی مدیریت سازمان های دولتی، سال دوم، شماره ۸، صص ۷۱ - ۸۸.
- [۳] شاملو، سعید، ۱۳۷۲. بهداشت روانی، انتشارات رشد.
- [۴] گراوند، یوسف؛ وهابی، فرجام، ۱۳۹۵. تأثیر آموزش هوش هیجانی بر عزت نفس در پلیس امداد تهران بزرگ، نشریه ی آموزش در علوم انتظامی، شماره ۱۲، دوره ی چهارم.
- [۵] میکاییلی، نیلوفر. افروز، غلامعلی و قلیزاده، لیلا، ۱۳۹۱. ارتباط خودپنداره و فرسودگی تحصیلی با عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر. روانشناسی مدرسه، ۱(۴)، ۱۰۳ - ۹۰.

[۶] Bong, M., & Skaalvik, E. M. (2003). Academic self-concept and self-efficacy: How different are they really?. *Educational psychology review*, 15(1), 1-40.

[۷] Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational psychologist*, 28(2), 117-148.

[۸] Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G. V., & Pastorelli, C. (2001). Self-efficacy beliefs as shapers of children's aspirations and career trajectories. *Child development*, 72(1), 187- 206.



mph.sdcongress.ir

هشتمین همایش بین المللی
مدیریت، روانشناسی و علوم انسانی
با رویکرد توسعه پایدار

8th International Conference on
Management, Psychology & Humanities with sustainable development approach



- [^۹] Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control.
- [^{۱۰}] Carcia, J.N., & Decaso, A.M. (2006). Changes In Writing Self-efficacy And Writing Products And Processes Through Specific Training In The Self-efficacy Beliefs Of Students With Learning Disabilities. A Contemporary Journal.
- [^{۱۱}] Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2002). Motivational beliefs, values, and goals. *Annual Review of Psychology*, 53, 109–132
- [^{۱۲}] Li, L., Peng, Z., Lu, L., Liao, H., & Li, H. (2020). Peer relationships, self efficacy, academic motivation, and mathematics achievement in Zhuang adolescents: A moderated mediation model. *Children and Youth Services Review*, 118, 105358.
- [^{۱۳}] Mckenzi J. K. (1999). Developing The Construct of General Self-efficacy. *Psychology Reports*, 66.
- [^{۱۴}] Nasa, G. (2014). Academic Self-efficacy: A Reliable Predictor of Educational Performances Prof. Hemant Lata Sharma. *British Journal of Education*, 2(3), 57-64.
- [^{۱۵}] O'Moore M, Kirkham C. Self-esteem and its relationship to bullying behaviour. *Aggressive Behavior: Official Journal of the International Society for Research on Aggression*. 2001;27(4):269-83
- [^{۱۶}] Oteng LM. (2020). Influence of social support and self-esteem on the quality of life of prostate cancer patients: University of Cape Coast.
- [^{۱۷}] Rovira, T., Edo, S., & Fernandez-Castro, J. (2010). How does cognitive appraisal lead to perceived stress in academic examinations?. *Studia Psychologica*, 52(3), 179.
- [^{۱۸}] Seals D, Young J. Bullying and victimization: prevalence and relationship to gender, grade level, ethnicity, self-esteem, and depression. *Adolescence*. ۲۰۰۳ ; 38(152):735-47. [PubMed]
- [^{۱۹}] Satici, S. A., & Can, G. (2016). Investigating Academic Self-Efficacy of University Students in Terms of Socio-Demographic Variables. *Universal Journal of Educational Research*, 4(8), 1874-1880.
- [^{۲۰}] Shelton, S. (1990). Developing The Construct Of General Self-efficacy. *Psychological Reports* 66.
- [^{۲۱}] Smith EE, Fredrickson B, Loftus G, Nolen-Hoeksema S. Atkinson and Hilgard's introduction to psychology. 14 th ed. New York: Wadsworth; 2003.
- [^{۲۲}] Wenzel, S. L. (1993). The Relationship of Psychological Resources and Social Support to Job Procurement Self-Efficacy in the Disadvantaged 1. *Journal of Applied Social Psychology*, 23(18), 1471-1497.