

Aleksandra Kostić

UDK 159.923.3-057.875

Univerzitet u Nišu
Filozofski fakultet
Niš

Kratko saopštenje

Jasmina Nedeljković

Fakultet za pravne i poslovne studije
Dr Lazar Vrkić
Novi Sad

SAMOKONTROLA I SAMOEFIKASNOST KOD STUDENATA¹⁰

Sažetak: Cilj ovog istraživanja je ispitivanje odnosa dva personalna konstrukta – samokontrole i samoefikasnosti kod studenata Filozofskog fakulteta u Nišu. Samokontrola je veoma važna funkcija selfa i odlučujuća determinanta uspeha u različitim oblastima života (sposobnost odlučivanja, adekvatni izbori, postignuće, inteligentne ideje, adekvatno interpersonalno ponašanje). Sa druge strane, pojam opažene samoefikasnosti, koji je ustanovio Bandura (Bandura, 1986), govori o tome da je osoba uverena u postojanje ličnih kapaciteta koji joj omogućavaju kontrolisanje planova, ciljeva, ishoda aktivnosti, uprkos teškoćama, ograničenjima i nepovoljnim okolnostima. Verovanje u sopstvene kapacitete budi autentičnu intrinzičku motivaciju osobe i podstiče je na aktivnost koja je u skladu sa njenim ciljevima, željama i anticipacijama. Ipak, da li je ovo dovoljna osnova za uspeh ili samo okvir u kome postoje i drugi faktori? Mislimo da bi konstrukt samokontrole u oblasti ideja, planova, ciljeva i aktivnosti studenata, mogao predstavljati značajnu odrednicu uspeha. Zbog toga je važno istražiti relaciju optimistične slike o sebi (izgledi da se postigne uspeh) i sposobnosti osobe da ostvari samoregulaciju i samokontrolu.

Ukupan uzorak činilo je 137 studenata (35,8% mladića i 64,2% devojaka). Prosečna starost studenata je 21,12 godina. Konstrukt samokontrole operacionalizovan je *Skalom samokontrole* (Self-control scale; Tangney, Baumeister, Boone, 2004). Samoefikasnost je operacionalizovana *Skalom Generalizovane samoefikasnosti* (General Self-

¹⁰ Saopštenje sa skupa *Tradicija, modernizacija i identiteti VIII: Analiza rezultata istraživanja u oblasti tradicije i modernizacije identiteta na Balkanu* (9. i 10. jun 2017, Filozofski fakultet u Nišu). Rad je urađen u okviru projekta *Tradicija, modernizacija i nacionalni identitet u Srbiji i na Balkanu u procesu evropskih integracija* (179074), koji realizuje Centar za sociološka istraživanja Filozofskog fakulteta u Nišu, a finansira Ministarstvo prosvete, nauke i tehnološkog razvoja Republike Srbije.

Efficacy Scale, GSE, Jerusalem & Schwarzer, 1986). S obzirom da je samokontrola preduslov svakog uspeha, pretpostavili smo da je statistički značajno povezana sa samoefikasnošću. Osnovna hipoteza je potvrđena. Dobijena je statistički značajna pozitivna korelacija, $r = 0,286$. Nakon utvrđivanja povezanosti, proverili smo i prediktorsku ulogu samokontrole u objašnjavanju razlika u samoefikasnosti kod studenata. Dobijen je značajan prognostički model kojim je moguće objasniti 8,2% varijanse u samoefikasnosti kod studenata. Iako je procenat objašnjene varijanse veoma mali, može se zaključiti da povišena samokontrola dovodi do veće samoefikasnosti.

Ključne reči: samokontrola, samoefikasnost, studenti.

Problem istraživanja

Osnovni teorijski zadatak socijalne psihologije je da sazna i objasni različite modalitete društvenog ponašanja ljudi, kao i obrasce, mehanizme i ishode njihovih akcija. Osim teorijskog, socijalna psihologija ima i praktičan zadatak da primeni naučna otkrića i ponudi načine koji omogućavaju uspešniji, zadovoljniji, zdraviji, harmoničniji život ljudi. Iako su sledili različite teorijske koncepte, socijalni psiholozi su uspeli da se slože bar u nečemu – da je sistematsko jačanje određenih personalnih kapaciteta važan način da se ostvare životni benefiti. Ipak, socijalni psiholozi nisu bili saglasni u definisanju centralnog personalnog konstrukta koji to omogućava. Neki od njih (Baumeister, Vohs & Tice 2007) bili su duboko uvereni da je kod osobe neophodno razvijati samokontrolu, dok su drugi (Bandura 1993, 2001) naglašavali da je podizanje nivoa samoefikasnosti, odnosno stepena optimističnog verovanja u sopstvene potencijale, efikasan način da se dođe do pozitivnih ishoda.

Istraživanja su pokazala da je samokontrolisanost zaista značajna personalna crta koja obezbeđuje uspeh u veoma širokom spektru socijalnih ponašanja (Tangney, Baumeister & Boone 2004; Baumeister & Tierney 2011; Baumeister & Alquist 2009). Imajući u vidu broj domena u okviru kojih se potvrdio uticaj samokontrole, smatrali smo da je važno razumeti prirodu uticaja ovog svojstva kroz *relacije* sa drugim, po nečemu sličnim psihološkim konstruktima. Izabrali smo personalni konstrukt samoefikasnost koji se zasniva na ubeđenosti u sopstvenu moć kontrolisanja unutrašnjih i spoljašnjih činilaca koji trasiraju put ka uspehu. U kakvom su odnosu ova dva konstrukta u čijim se osnovama nalazi stvarna, opažena ili samo zamišljena *kontrola*? Da li konstrukt samokontrole može predvideti postojanje konstrukta samoefikasnosti? Da li globalna sposobnost kontrolisanja, pokazuje značajnu povezanost sa opaženom samoefikasnošću, odnosno, uverenošću osobe da može dostići željene nivoe postignuća i uticati na događaje koji bi je mogli skrenuti sa tog puta

i onemogućiti njen uspeh? Da li postoje razlike u izraženosti ovih personalnih svojstava u zavisnosti od pola ispitanika?

Teorijski okvir

Upoznajmo se sa osnovnim određenjima oba personalna konstrukta i opisima njihovih mogućih efekata u različitim oblastima života osobe. Počnimo od konstrukta samokontrole.

Samokontrola

Psihološka izučavanja *samokontrole* imaju svoju teorijsku i praktičnu utemeljenost. Sa jedne strane, rezultati istraživanja omogućavaju bolje razumevanje self koncepta, kao i načina na koji funkcioniše naše Ja u izolovanoj i socijalnoj situaciji (teorijska zasnovanost). Sa druge, praktične, primenjene strane, nalazi ukazuju na probleme koji proističu iz neadekvatne samokontrole, kao što ukazuju i na pozitivne posledice visoke samokontrole. Istraživači (Tangney, Baumeister & Boone 2004; Vohs & Faber 2007) otkrivaju i navode negativne implikacije niske samokontrole: emocionalni problemi, impulsivna seksualna ponašanja, kriminogena ponašanja, agresivnost i nasilnost, zavisnost od preteranog unošenja hrane i alkohola, sklonost upotrebi droga. Isti istraživači, međutim, uočavaju da su osobe sa izgrađenom samokontrolom uspešnije, da brže ostvaruju postavljene ciljeve, da imaju skladnije interpersonalne odnose, bolje fizičko i mentalno zdravlje, da se bolje nose sa stresom, da su srećnije i da duže žive. Prema Petersonu i Seligmenu (Peterson & Seligman 2004) osobe sa visokom samokontrolom češće razvijaju subjektivni doživljaj blagostanja.

Samokontrola podrazumeva sposobnost osobe da upravlja svojim emocijama, idejama, postupcima (Masten & Coatsworth 1998). Naučnici (Baumeister 2012; Baumeister & Alquist 2009) naglašavaju da su u pitanju *svesni* naponi osobe da ostvari kontrolu nad svojim željama i impulsima, odoli iskušenjima i po potrebi dato ponašanje zameni drugačijim, socijalno poželjnijim. Uspostavljena samokontrola je ključni faktor skladnih interpersonalnih odnosa osobe i njene usaglašenosti sa sredinom u kojoj živi. Sposobnost osobe da modifikuje svoja ponašanja i inhibira nepoželjne (antisocijalne) impulse, da se konformira normama grupe kojoj pripada, omogućava život u grupi i predstavlja preduslov za izgradnju civilizovanog društva (Rothbaum, Weisz & Snyder 1982). Jasno je da izgrađena samokontrola predstavlja veoma poželjnu personalnu crtu, vrlinu koja omogućava optimalnu adaptaciju osobe i zauzimanje dobrih pozicija u strukturi uređenog društva. Regulacija načina reagovanja koju osoba uspeva da ostvari u skladu je sa moralnim normama, idealima, stan-

dardima poželjnih ponašanja, očekivanjima sredine i ciljevima koje je osoba sebi postavila (Baumeister, Vohs & Tice 2007). Visoka samokontrola, pored inteligencije, predstavlja još jednu ličnu karakteristiku koja je značajan prediktor dobrih interpersonalnih veština, adekvatnih emocionalnih odgovora, visokog postignuća (Baumeister & Tierney 2011). Izgrađuje se u ranom detinjstvu. Zapaženo je da se liberalni vaspitni stil roditelja koji podstiče visoko samopoštovanje i narcizam kod dece negativno odražava na razvoj samokontrole (Peterson & Seligman 2004).

Sledi opis empirijski ustanovljenih efekata izražene i neizražene personalne crte samoeфикаsnost.

Samoeфикаsnost

Bandura je bio uveren da ljudi poseduju sposobnost da kontrolišu svoje misli, osećanja, motivaciju i postupke (samokontrola), pri čemu je smatrao da je *verovanje u sopstveni uspeh* (samoeфикаsnost) glavni motivacioni mehanizam koji im to omogućava (Bandura 2001). Reč je o tome da osoba veruje da je kadra da potpuno kanališe i kontroliše ishode svojih aktivnosti iako se tokom njih suočava sa preprekama, smetnjama i nepovoljnim okolnostima. Ovakav način samoopažanja sopstvenih kapaciteta, izgrađuje se u ranom detinjstvu, u susretu sa različitim situacijama i zadacima, doživljenim uspesima i neuspesima, socijalnim interakcijama sa drugom decom. Tokom odrastanja, poverenje u sopstvene potencijale nastavlja svoju liniju razvoja zahvaljujući procesima sazrevanja i učenja, doživljenim uspesima, složenijim strukturama ličnosti i socijalnoj komparaciji sa drugima (Reiner & Mynhardt 2008). Naravno, osobe se razlikuju po sposobnosti da ostvare kontrolu, kao i po stepenu stečenog poverenja u sopstvene kapacitete. U svom članku iz 1993. godine, Bandura razmatra različite aspekte postojanja niske i visoke samoeфикаsnosti. Njegova istraživanja pokazuju da oni koji imaju nedovoljno izraženu samoeфикаsnost često odustaju od teških zadataka, fokusirajući se na postojeća ograničenja i greške umesto na pristupe koji bi mogli da unaprede izvođenje, uklone prepreke i dovedu do ostvarenja postavljenog cilja. Aspiracije su im niske, a posvećenost ciljevima slaba i nestabilna. Nisu istrajni i nisu u stanju da kontrolišu uticaje stresogenih događaja, a teški zadaci sa kojima se suočavaju još više smanjuju njihove napore i učestale pokušaje da nastave kretanje ka cilju, što ih vodi neuspehu za koji okrivljuju svoje nedovoljne sposobnosti, smatrajući da je doživljeni neuspeh izraz njihove generalne ili specifične inferiornosti.

Nasuprot njima, osobe koje imaju visoku samoeфикаsnost (visoko samopoštovanje i samocenjenje) teške i komplikovane zadatke vide kao izazove kojima žele da ovladaju, što ih tera da se koncentrišu na ciljeve, a ne na prepreke i ograničenja. Intrinzički su motivisane i veruju da uloženi napor i energija jesu važni preduslovi uspeha (Bandura 2002). Ovaj nivo samovrednovanja značajno je povezan sa većim uspehom u rešavanju kognitivnih zadataka, adekva-

tnijim i efikasnijim strategijama prevladavanja stresa, boljim zdravljem i subjektivnim doživljajem da njihov život ima značenje i smisao (Proctor, Linley, & Maltby 2010; Suldo & Huebner 2006; Taylor 2012; Devonport & Lane 2006).

Hipoteze istraživanja

Opšta hipoteza

Postoji statistički značajna povezanost između konstrukta samokontrole i konstrukta samoeфикаsnosti kod studenata Filozofskog fakulteta u Nišu.

Specifične hipoteze

H1 Konstrukt samokontrola je značajan prediktor konstrukta samoeфикаsnost, kod studenata Filozofskog fakulteta u Nišu.

H2 Ispitivani studenti i studentkinje Filozofskog fakulteta u Nišu značajno se razlikuju u izraženosti samokontrole i samoeфикаsnosti.

Metod

Uzorak

Ukupan uzorak činilo je 137 studenata Filozofskog fakulteta u Nišu (35,8% studenata i 64,2% studentkinja). Prosečna starost ispitanika je 21,12 godina.

Instrumenti

Za prikupljanje podataka korišćena su dva psihološka testa. Prvim je operacionalizovana samokontrola – *Skala samokontrole* (Self-control scale; Tangney, Baumeister & Boone 2004). Test je jednofaktorski i ima deset ajtema sa petostepenom skalom za odgovore (od 1 do 5). Pouzdanost instrumenta na našem uzorku ispitanika je $\alpha = 0.74$.

Samoeфикаsnost je operacionalizovana *Skalom generalizovane samoeфикаsnosti* (General Self-Efficacy Scale, GSE, Jerusalem & Schwarzer 1986). Instrument je jednofaktorski i ima 10 stavki. Raspon skale za ocenjivanje je od 1 do 4. Pouzdanost testa na našem uzorku je $\alpha = 0.75$

Postupak

Istraživanje je sprovedeno u aprilu mesecu 2017. godine. Ispitanicima je objašnjeno da će se rezultati istraživanja koristiti u naučne svrhe. Posle upoznavanja sa uputstvom za rad, učesnici u istraživanju su imali 20 minuta za odgovaranje na stavke testova. Samo istraživanje je proteklo bez ikakvih teškoća.

Analiza podataka

U analizi podataka primenjene su mere deskriptivne statistike, korelacione tehnike kao i bivarijatna regresiona analiza za utvrđivanje prognostičke moći modela. Postojanje značajnih razlika između grupa različitih po polu proveravano je upotrebom t-testa.

Rezultati

Stepen izraženosti varijabli

Teorijska aritmetička sredina na varijabli samokontrola je $AS = 30$, pa se vidi da je prosečna vrednost na našem uzorku oko teorijskog proseka. Teorijska aritmetička sredina na varijabli samoeфикаsnost je $AS = 25$. U tabeli 1 može se zapaziti da je na našem uzorku studenata prosečna vrednost samoeфикаsnosti viša od teorijskog proseka.

Tabela 1. Prosečne vrednosti na varijablama samokontrola i samoeфикаsnost

	minimum	maksimum	AS	SD
Samokontrola	13,00	50,00	33,55	7,212
Samoeфикаsnost	20,00	40,00	31,25	4,323

Povezanost psiholoških konstrukata

Prvi odnos između konstrukata samokontrole i samoeфикаsnosti koji je ispitan je njihova povezanost. Dobijena je statistički značajna pozitivna korelacija, $r = 0,286$ ($\text{sig} = 0,001$). Konstrukti variraju u istom smeru tako da više vrednosti na jednom, prate više vrednosti na drugom konstrukt i obrnuto. Dobijena povezanost je usmerila analizu ka proveru prognostičke moći samokontrole u objašnjavanju varijabiliteta u samoeфикаsnosti. Primenjenom bivarijatnom linearnom regresijom dobijeni su sledeći rezultati.

Prognostička moć samokontrole kao prediktora samoeфикаsnosti

Pretpostavljeni model je statistički značajan i njime je moguće objasniti 8,2% varijanse u konstrukt samoeфикаsnosti.

Tabela 2. Parametri ocene regresionog modela

R	R ²	prilagođen R ²	F	sig
0,286	0,082	0,074	11,824	0,001

Samokontrola se potvrdila kao značajan prediktor samoefikasnosti.

Tabela 3. Ocena značajnosti samokontrole kao prediktora

	B	t	Sig
Samokontrola	0,286	3,439	0,001

Polni dimorfizam kao činilac razlika u samokontroli i samoefikasnosti

Testiranjem razlika između aritmetičkih sredina samokontrole i samoefikasnosti kod ispitanika različitog pola nije potvrđena postavljena pretpostavka. Pol nije bio činilac razlika u izraženosti samokontrole i samoefikasnosti na ovom uzorku ispitanika.

Tabela 4. Pol kao činilac razlika u samokontroli i samoefikasnosti

	Pol	AS	SD	t	sig
Samokontrola	Muškarci	34,88	6,521	1,708	0,090
	Žene	32,72	7,528		
Samoefikasnost	Muškarci	31,49	5,082	0,504	0,615
	Žene	31,10	3,792		

Diskusija

U istraživanju je ispitivan odnos moguće povezanosti personalnih konstrukata *samokontrole* i *samoefikasnosti*. Polazna ideja koja leži u osnovi ovih konstrukata čini se veoma sličnom – naime, i jedan i drugi koncept ističu važnost sposobnosti osobe da *kontrolira* različite oblasti svog života. Ipak, rezultati našeg istraživanja ukazuju i na značajne međusobne razlike. Uzimajući u obzir pojavnu sličnost u naglašavanju sposobnosti kontrole, očekivali smo veću povezanost između ispitivanih konstrukata. Međutim, rezultati su bili drugačiji od pretpostavljenih, a dobijena povezanost je bila pozitivna ali *niska* ($r = 0,286$). Opšta hipoteza je potvrđena iako je niska povezanost varijabli sugerisala da je reč o izvesnom stepenu sličnosti ali i značajnoj *različitosti* ispitivanih konstrukata. Prediktorska uloga samokontrole bila je takođe značajna, ali se ispostavilo da je procenat objašnjene varijanse u modelu samoefikasnosti bio mali (8.2%). Rezultati su pokazali da prediktorsku ulogu, osim samokontrole verovatno delom preuzimaju i neke druge varijable koje nisu bile razmatrane u ovom istraživanju. Pol, kao što smo videli, nije bio značajna odrednica

razlika u izraženosti samokontrole i samoefikasnosti, što bi se moglo objasniti sličnim konceptima socijalizacije u istom socijalnom okruženju, unutar koga postoje slični vaspitni stilovi, sistemi vrednosti i stavovi, kao i slična predstava o očekivanom ponašanju unutar polnih uloga.

Jasno je da je samoregulacija veoma važan personalni proces koji omogućava ljudima da uz uloženi napor, ostvare kontrolu nad svojim osećanjima, ponašanjem, mislima, impulsima, postignućima. To je crta koja ljude svakako razlikuje od životinja. Iako su oba ispitivana konstrukta povezana sa procesom samoregulacije, postoje značajne razlike u stepenu opštosti, osnovnim mehanizmima izgradnje i stepenu proširenosti efekata njihovog delovanja. Samokontrola je opštija, a samoefikasnost je specifičnija sposobnost. Samokontrola podrazumeva veći stepen *delatnog funkcionisanja*, proteže se i utiče na mnogo veći broj životnih oblasti, uključujući kognitivno i interpersonalno funkcionisanje, a ne samo postignuće. Na primer, inteligentno ponašanje, logičko rezonovanje, ekstrapolacija, značajno zavise od samokontrole (Schmeichel, Vohs & Baumeister 2003).

Sa druge strane, iz ugla svoje socijalno-kognitivne teorije i koncepta samoefikasnosti, Bandura je pod samoregulacijom podrazumevao sposobnost kontrole motivacije i ponašanja osobe. Istakao je važnost samoreferentnog verovanja u mogućnost ostvarene kontrole. Za razliku od samokontrole, samoefikasnost se svodila na *samopercepciju* sposobnosti, na *verovanje* da je osoba u stanju da postavi, organizuje i dostigne cilj. Verovanje nije uvek podrazumevalo iskazanu nameru da se nešto preduzme. U tom smislu, verovanje može biti potpuno udaljeno i odvojeno od realnih poduhvata i akcija, iako, naravno, može i dovesti do cilja. Dakle, samoefikasnost se ponekad može izjednačiti sa konceptima samopouzdanja i samopoštovanja jer osoba veruje da je u stanju da pokrene svoje intelektualne, motivacione i bihevioralne kapacitete i ostvari cilj. Možemo zaključiti da je samoefikasnost, odnosno, uverenost u sopstvene sposobnosti značajan motivacioni faktor u specifičnim kontekstima postignuća, ali da u poređenju sa samokontrolom ona predstavlja sposobnost užeg opsega.

Moguća objašnjenja rezultata ovog istraživanja počivaju na analizi prirode i mehanizama različitih modela samoregulacije iskazane kroz konstrukte samokontrole i samoefikasnosti. Dobijeni međusobni odnosi ispitivanih personalnih konstrukata zaslužuju nove empirijske provere na većem i raznovrsnijem uzorku ispitanika. Potrebno je razmotriti eventualne uloge odabranih kontrolnih, moderatorskih i medijatorskih varijabli kako bi nam priroda postojećih sličnosti i razlika samokontrole i samoefikasnosti bila još jasnija.

Literatura

- Bandura, A. (1993) „Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning“. *Educational Psychologist*, 28, 117–148.
- Bandura, A. (2001) „Social cognitive theory: An agentic perspective“. *Annual review of psychology*, Vol. 52, pp. 1–26. Palo Alto: Annual Reviews, Inc.
- Bandura, A. (2002) „Growing primacy of human agency in adaptation and change in the electronic era“. *European Psychologist*, 7, 2–16.
- Baumeister, R. F., & Alquist, J. L. (2009) „Is there a downside to good self-control?“ *Self and Identity*, 8, 115–130. doi: 10.1080/15298860802501474.
- Baumeister, R. F., & Tierney, J. (2011) *Willpower: Rediscovering the greatest human strength*. New York: Penguin Press.
- Baumeister, R. F. (2012) „Need-to-belong theory“. In P. Van Lange, A. Kruglanski, & E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of social psychological theories*, Vol. 2, pp. 121–140. London, UK: Sage.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007) „The strength model of self-control“. *Current Directions in Psychological Science*, 16, pp. 351–355. doi:10.1111/j.1467-8721.2007.00534.x
- Devonport, T., & Lane, A. (2006) „Relationships between self-efficacy, coping and student retention“. *Social Behavior and Personality: An international journal*, 34, pp. 127–138. doi: <https://doi.org/10.2224/sbp.2006.34.2.127>
- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998) „The Development of Competence in Favorable and Unfavorable Environments: Lessons from Research on Successful Children“. *American Psychologist*, 53, pp. 205–220. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.53.2.205>
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004) *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University Press and Washington, DC: American Psychological Association.
- Proctor, C., Linley, P.A., & Maltby, B. (2010) „Very happy youths: Benefits of very high life satisfaction among adolescents“. *Social Indicators Research*, 98, pp. 519–532.
- Reiner, S., & Mynhardt, J. (2008) „Factors that influence the forming of self-evaluation and self-efficacy perceptions“. *South African Journal of Psychology*, 38 (3), pp. 563–573. doi:10.1177/008124630803800310
- Rothbaum, R., Weisz, J. R., & Snyder, S. S. (1982) „Changing the world and changing the self: A two-process model of perceived control“. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, pp. 5–37. doi:10.1037/0022-3514.42.1.5
- Schmeichel, B.J., Vohs, K.D., & Baumeister, R.F. (2003) „Intellectual performance and ego depletion: Role of the self in logical reasoning and other information processing“. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, pp. 33–46.

- Suldo S. M., Huebner E. S. (2006) „Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous?“ *Social Indicators Research*, 78, pp. 179–203 doi:10.1007/s11205-005-8208-2
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004) „High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success“. *Journal of Personality*, 72, pp. 271–322. doi: 10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x
- Taylor, S. E. (2012) *Health psychology* (8thed.). New York: McGraw- Hill.
- Vohs, K. D., & Faber, R. J. (2007) „Spent resources: Self-regulatory resource availability affects impulse buying“. *Journal of Consumer Research*, 33(4), pp. 537-547. DOI:10.1086/510228

Aleksandra Kostić
Jasmina Nedeljković

STUDENTS' SELF-CONTROL AND SELF-EFFICACY

Summary: The aim of this research is to examine the relation between two personal constructs – self-control and self-efficacy in students of the Faculty of Philosophy in Niš. Self-control is a very important function of 'the self' and a deciding determinant of success in various areas of life (the ability to make decisions, adequate choices, achievements, intelligent ideas, adequate interpersonal behaviour). On the other hand, the term observed self-efficacy, established by Bandura (Bandura, 1986), states that an individual is certain that he/she possesses personal capacities which enable them to control plans, aims, activity outcomes, despite difficulties, limits and unfavourable circumstances. One's belief in his/her personal capacities incites an authentic intrinsic motivation of that individual and encourages him/her to do those activities which are in accordance with his/her goals, desires and anticipations. However, is this a sufficient basis for success or a self-frame which contains other factors? In our opinion, the construct of self-control in the areas of students' ideas, plans, aims and activities could represent a significant determinant of success. That is why it is important to investigate the relation of an optimistic self-image (the chance of achieving success) and the ability of an individual to achieve self-regulation and self-control.

The total sample included 137 students (35.8% males and 64.2% females). The average age of students was 21.12 years. The construct of self-control was operationalised by the *Self-control scale* (Self-control scale; Tangney, Baumeister, Boone, 2004). Self-efficacy was operationalised by the *General self-efficacy scale* (General Self-Efficacy Scale, GSE, Jerusalem & Schwarzer, 1986). Being that self-control is a precondition of every success, our assumption is that it is statistically significantly correlated with self-efficacy. The main hypothesis has been confirmed.

There is a statistically significant positive correlation, $r = 0.286$. After determining the correlation, we have also examined the predictive role of self-control in explaining the differences in self-efficacy in students. A significant prognostic model which can be used to explain 8.2 % of variance of self-efficacy in students has been obtained. Although the percentage of the explained variance is very small, it can be concluded that higher self-control leads to higher self-efficacy

Key Words: Self-control, Self-efficacy, Students.

