

Наташа Младеновић¹⁷

Универзитет у Приштини – Косовској Митровици
Учитељски факултет у Призрену – Лепосавићу

ПОВЕЗАНОСТ ИРАЦИОНАЛНИХ УВЕРЕЊА И САМОЕФИКАСНОСТИ СТУДЕНАТА И ВЕЗА СА НЕКИМ СОЦИОДЕМОГРАФСКИМ ВАРИЈАБЛАМА

Сажетак: Основни циљ овог рада је да се испита повезаност различитих аспеката ирационалних уверења и самоефикасности код студената. Специфични циљеви се односе на везу основних варијабли и неких социодемографских варијабли (факултет, статус везе,обнова године и хоби). Скала ирационалних уверења, са 4 субске, захтев за апсолутном коректношћу других и њихово обезвређивање, самообезвређивање, захтев за безусловном наклоношћу и перфекционистички захтеви према себи, (Марић2002) и скала самоефикасности са две субске (општа и социјална самоефикасност) (Sherer и Maddux и сар. 1982) су примењене на узорку од 200 студената друге године (100 мушкараца и 100 жена) који студирају на различитим Факултетима Универзитета у Нишу. Резултати показују да постоји позитивна повезаност Рационалних уверења са Општом ($r=0.26$, $p<0.01$) и Социјалном($r=0.30$, $p<0.01$) самоефикасношћу, негативна повезаност Опште самоефикасности са укупном скалом Ирационалних уверења ($r=-0.22$, $p<0.01$) као и негативна повезаност Социјалне самоефикасности са Укупном скалом Ирационалних уверења ($r=-0.35$, $p<0.01$). Добијена је позитивна повезаност Опште и Социјалне самоефикасности ($r=0.48$, $p<0.01$). Будућа истраживања ове проблематике би требало да укључе већи узорак испитаника и да се спроводе уз примену другачијих инструмената. Било би корисно у лонгитудиналном истраживању пратити динамику ирационалних уверења пре уписа факултета, за време студирања и после завршетка студија код исте групе испитаника и свакако, укључити варијабле попут особина личности. Препорука је такође и да се будућа истраживања позабаве породичним факторима и њиховим односом са овде главним варијаблама истраживања.

Кључне речи: ирационална уверења, рационална уверења, самоефикасност, студенти.

¹⁷ najaa91@gmail.com

УВОД

Већина филозофа и теоретичара психологије се слаже да је осећај контроле над сопственим понашањем, нашим окружењем, и властитим мислима и осећањима од суштинске важности за срећу и благостање. Када нам се чини да је свет предвидив и под нашом контролом, и када контролишемо сопствена понашања, мисли и осећања, можемо боље да се суочимо са изазовима у животу, да градимо здраве односе и постигнемо личну сатисфакцију и спокојство ума. У овом раду ће бити речи о самоефикасности код студентске популације, са жељом да се испита како генерални, тако и њен социјални аспект. Са друге стране ирационална уверења, процене су чешће код младих, поготово на студијама. У односу на претпостављене основне циљеве и вредности које човек има, уверења могу бити рационална и ирационална. Концепт ирационалних уверења обухвата апсолутистичка и безусловна уверења – морања и друге облике само – поражавајућег и нереалистичног веровања. Очекује се да ће резултати овог истраживања указати на то колико ирационална уверења нарушавају самоефикасност студената, блокирају их у свакодневним активностима и академском успеху. На нама остаје да деловањем управо на њих, ефективно делујемо и на унапређивање самоефикасности студената, која ће побољшати квалитет њиховог живота.

РАЦИОНАЛНА И ИРАЦИОНАЛНА УВЕРЕЊА

Когнитивне теорије емоција и емоционалних поремећаја веома су популарне у савременој светској литератури (Рора2001). У оквиру когнитивно – бихејвиоралног корпуса теорија, једна од веома утицајних психотерапијских школа је Рационално емотивно бихејвиорална терапија (Ellis1994, Марић 2000). Основне поставке Елисовог теоријског модела, у литератури познатог као АБЦ модел емоција и понашања (Марић 2000) могле би бити представљене на следећи начин:

У тренутку активирајућег догађаја (А), особа доживљава емоције и понаша се на одређени начин (Ц), у зависности од свог система уверења (Б), а не као директну последицу активирајућег догађаја, како се уобичајено мисли.

A = Активирајући догађај може бити било које искуство на које особа реагује емотивним или бихејвиоралним последицама, као нпр. сопствено понашање, емоције, унутрашње телесне сензације, туђе понашање и мишљење и сл. Још шире, активирајући догађај може бити о чему особа размишља (Ellis 1994). Међутим, оно што за особу постаје активирајући догађај увек је њена лична интерпретација и инференцијална мисао о неком прошлом, садашњем или фантазираном будућем искуству. **B** = Уверења чине животну философију особе којом се она руководи у достизању за њу значајних и вредних животних циљева. Битна карактеристика уверења је да садрже евалуацију или вредновање себе, других људи и живота уопште. Уверења могу бити рационална и ирационална. **C** = Последице, које се јављају као одговор особе на активирајући догађај, а заправо представљају последице одређених уверења и могу бити функционалне или дисфункционалне за особу.

Базични принцип РЕБТ-а је да је когниција најзначајнија детерминанта људских емоција (DiGiuseppe и сар. 2014). РЕБТ прави разлику између 2 типа веровања: ирационална и рационална. Ирационална уверења су ригидна, нелогична, самопоражавајућа и не одговарају стварности. Ова уверења укључују императиве, нетолеранцију на фрустрацију, и глобалну оцену о себи, другима и животу (Dryden 2009.) Рационална уверења су логична, самопомажућа и у складу су са реалношћу.

САМОЕФИКАСНОСТ

Теоријске основе самоефикасности установио је Бандура 70-их година XX века, како би објаснио промене које настају током психотерапије. Кључна идеја била је да промене понашања настају захваљујући унапређивању процене сопствених способности, односно самоефикасности. Убрзо, концепт самоефикасности добија важно место не само у клиничкој пракси, већ и у истраживањима различитих аспеката социјалног и психолошког функционисања. Самоефикасност представља самоевалуативни конструкт који се често истражује као значајан унутрашњи ресурс за суочавање. Овај феномен односи се на уверење да субјекат може да контролише непријатна искуства и сопствена понашања у стресним околностима.

Већина аутора прихвата дефиницију према којој самоефикасност означава "веровање у сопствене способности

коришћења мотивације, когнитивних ресурса и акција како би се одговорило на захтеве у датој ситуацији" (Wood и др. 1989).

Особе са израженим веровањем у сопствену самоефикасност постављају себи високе циљеве, ефикасно контролишу свој труд, истрајавају у решавању проблемске ситуације, све док не достигну успех који их задовољава. Уколико наиђу на препреку, упорне су у покушајима њеног превладавања и на крају евалуирају свој учинак у складу са очекивањима која су имале пре уласка у стресну трансакцију (Colodoro - Godoy-Izquierdo 2010).

МЕТОДОЛОГИЈА

Хипотезе истраживања:

Основна хипотеза истраживања је да се претпоставља да постоји статистички значајна повезаност различитих аспеката ирационалних уверења и самоефикасности код студената.

Специфичне хипотезе су: Х1 - Претпоставља се да постоје статистички значајне разлике у изражености димензија ирационалних уверења с обзиром на неке социодемографске варијабле код студената? Х2 - Претпоставља се да постоје статистички значајне разлике у изражености димензија самоефикасности с обзиром на неке социодемографске варијабле код студената?

Варијабле истраживања:

1. Различити аспекти ирационалних уверења су: захтев за апсолутном коректношћу других и њихово обезвређивање (у даљем тексту ЗАК), самообезвређивање (у даљем тексту СО), захтев за безусловном наклоношћу (у даљем тексту ЗАН), перфекционистички захтеви према себи (у даљем тексту ПЗ), (Марић 2002, према Вукосављевић-Гвозден и сар. 2010). Ове варијабле операционализоване су скоровима на субскалама Скале ирационалних уверења и ставова (Вукосављевић-Гвозден и сар. 2010).

2. Самоефикасност одређена је двема субскалама: Генерална самоефикасност и Социјална самоефикасност. Ова варијабла операционализована је скоровима на Скале самоефикасности (Sherer - Maddux 1982)

Социодемографске варијабле: факултет, статус партнерске везе, обнова године и хоби.

Инструменти:

Скала ирационалних уверења представља преведену и модификовану верзију Скале општих ставова и уверења од 54 тврдње (Bernard 1998). У проверама валидности у нашој средини (Марић 2002; према Вукосављевић-Гвозден и сар. 2010) издваја се пет фактора, од којих четири мере ирационална уверења (29 ставки), а један рационална уверења (8 ставки). Коефицијент интерне конзистенције за субскалу сачињену од свих ирационалних ставки је висок, Кронбах алфа је преко 0.9, док за субскалу сачињену од 8 рационалних тврдњи износи око 0.7.

Скала самоефикасности (Sherer и Maddux и сар. 1982). Скала је одређена двома субскалама: Генерална самоефикасност и Социјална самоефикасност. Кронбах алфа коефицијент за субскалу Генералне самоефикасности је .86, а за субскалу Социјалне самоефикасности .71.

Узорак истраживања:

Узорак је био пригодан и чинило га је 200 студената друге године оба пола који студирају на различитим Факултетима Универзитета у Нишу. Истраживање је спроведено током маја 2016. године. Испитаницима је било саопштено да је испитивање добровољно, анонимно и да ће се подаци користити искључиво у научне сврхе. Истраживање се спроводило током наставе (непосредно пре или након неког предавања) и путем интернета. Задавање упитника је обављао истраживач лично водећи рачуна о очувању анонимности испитаника.

РЕЗУЛТАТИ

Повезаност димензија ирационалних уверења са димензијама самоефикасности

Први корак у анализи био је основни истраживачки проблем који се тицао утврђивања повезаности димензија ирационалних уверења са димензијама самоефикасности. У циљу испитивања датог истраживачког проблема коришћен је Спирманов коефицијент корелације.

Табела 1. Повезаност димензија ирационалних уверења са димензијама самоефикасности (Спирманов коефицијент корелације)

	РУ	ИУ	ЗАК	СО	ЗАН	ПЗ	Општа	Социјална
РУ	1	-.37**	-.30**	-.43**	-.28**	-.20**	.26**	.30**
ИУ		1	.79**	.76**	.76**	.72**	-.22**	-.35**
ЗАК			1	.51**	.37**	.44**	-.15*	-.31**
СО				1	.51**	.52**	-.36**	-.44**
ЗАН					1	.45**	-.18*	-.11
ПЗ						1	-.04	-.28**
Општа							1	.48**
Социјалн								1

**Корелација је статистички значајна на нивоу $p < 0.01$

*Корелација је статистички значајна на нивоу $p < 0.05$

Легенда: РУ – рационална увереља, ИУ – ирационална увереља, ЗАК – захтев за апсолутном коректношћу других и њихово обезвређивање, СО – самообезвређивање, ЗАН – захтев за безусловном наклоношћу, ПЗ – перфекционистички захтеви према себи.

Резултати су показали да је утврђена позитивна повезаност рационалних увереља са Општом ($r=0.26$, $p < 0.01$) и Социјалном ($r=0.30$, $p < 0.01$) самоефикасношћу (Табела 1). Утврђена је негативна повезаност Опште самоефикасности са Укупном скалом ИУ ($r=-0.22$, $p < 0.01$) и субскалама ЗАК ($r=-0.15$, $p < 0.05$), СО ($r=-0.36$, $p < 0.01$) и ЗАН ($r=-0.18$, $p < 0.05$) као и негативна повезаност Социјалне самоефикасности са Укупном скалом Ирационалних увереља ($r=-0.35$, $p < 0.01$) и субскалама ЗАК ($r=-0.31$, $p < 0.01$), СО ($r=-0.44$, $p < 0.01$) и ПЗ ($r=-0.28$, $p < 0.01$). Добијена је позитивна повезаност Опште и Социјалне самоефикасности ($r=0.48$, $p < 0.01$).

Табела 2. Разлике у степену изражености основних варијабли истраживања *с обзиром на факултет* (Мен-Витнијев тест); подела факултета на друштвенохуманистичке и техничкотехнолошке урађена на основу поделе са сајта Универзитета у Београду (<http://www.bg.ac.rs/>)

Варијабле	Факултет	Н	Средњи ранг	Мен-Витни У тест	Статистичка значајност
РУ	Друштвени	104	106.58	4359.500	0.121
	Технички	96	93.91		
ИУ	Друштвени	104	89.80	3879.000	0.006**
	Технички	96	112.09		
ЗАК	Друштвени	104	93.18	4231.000	0.062
	Технички	96	108.43		
СО	Друштвени	104	91.49	4054.500	0.021*
	Технички	96	110.27		

Варијабле	Н	Средњи ранг	Мен Витнијев У тест	Статистичка значајност
ЗАН	104	91.43	4049.000	0.021*
Друштвени				
Технички	96	110.32		
ПЗ	104	91.34	4039.500	0.019*
Друштвени				
Технички	96	110.42		

**Разлика је статистички значајна на нивоу $p < 0.01$

* Разлика је статистички значајна на нивоу $p < 0.05$

Резултати су показали да су утврђене разлике у изражености димензије Укупне димензије ИУ ($U=3879.000$, $p < 0.01$), субдимензија СО ($U=4054.500$, $p < 0.05$), ЗАН ($U=4049.000$, $p < 0.05$) и ПЗ ($U=4039.500$, $p < 0.05$) с обзиром на факултет студената, при чему студенти који студирају на техничко-технолошким факултетима у поређењу са студентима који студирају на друштвено-хуманистичким имају виши просечни ранг на наведеним ирационалним уверењима.

Табела 3. Разлике у степену изражености основних варијабли истраживања с обзиром на обнову године (Мен-Витнијев У тест)

Варијабле	Обнова године	Н	Средњи ранг	Мен Витнијев У тест	Статистичка значајност
Општа самоефикасност	Обновио	23	72.00	1380.000	0.012*
	Није обновио	177	104.20		
Социјална самоефикасност	Обновио	23	78.52	1530.000	0.052
	Није обновио	177	103.36		

* Разлика је статистички значајна на нивоу $p < 0.05$

Добијени резултати су показали да су утврђене разлике у изражености Опште самоефикасности ($U=1380.000$, $p < 0.05$) с обзиром на обнову године студената, при чему студенти који нису обновили годину у поређењу са студентима који јесу имају виши просечни ранг на Општој самоефикасности.

Табела 4. Разлике у степену изражености основних варијабли истраживања с обзиром на статус везе (Мен-Витнијев У тест)

Варијабле	Статус везе	Н	Средњи ранг	Мен Витнијев У тест	Статистичка значајност
РУ	У вези	99	86.47	3610.500	0.001**
	Није у вези	101	114.25		
ИУ	У вези	99	110.87	3973.000	0.012*
	Није у вези	101	90.34		
ЗАК	У вези	99	107.19	4337.000	0.105

СО	Није у вези	101	93.94	4698.000	0.460
	У вези	99	103.55		
ЗАН	Није у вези	101	97.51	3810.500	0.004**
	У вези	99	112.51		
ПЗ	Није у вези	101	88.73	4168.000	0.042*
	У вези	99	108.90		
	Није у вези	101	92.27		

**Разлика је статистички значајна на нивоу $p < 0.01$

* Разлика је статистички значајна на нивоу $p < 0.05$

Утврђене су разлике у изражености димензије РУ ($U=3610.500$, $p < 0.01$), Укупне димензије ИУ ($U=3973.000$, $p < 0.05$), субдимензија ЗАК ($U=3810.500$, $p < 0.01$) и ПЗ ($U=4168.000$, $p < 0.05$) с обзиром на статус љубавне везе студената, при чему студенти који нису у љубавној вези у поређењу са студентима који јесу имају виши просечни ранг на РУ, док студенти који су у љубавној вези у поређењу са студентима који нису имају виши просечни ранг на Укупној димензији ИУ и субдимензијама ЗАК и ПЗ.

Табела 5. Разлике у степену изражености основних варијабли истраживања с обзиром на хоби (Мен-Витнијев У тест)

Варијабле	Хоби	Н	Средњи ранг	Мен Витнијев У тест	Статистичка значајност
Општа самоефикасност	Има	124	105.06	4146.500	0.154
	Нема	76	93.06		
Социјална самоефикасност	Има	124	107.49	3845.500	0.029*
	Нема	76	89.10		

* Разлика је статистички значајна на нивоу $p < 0.05$

Добијени резултати су показали да су утврђене разлике у изражености димензије Социјалне самоефикасности ($U=3845.500$, $p < 0.05$) с обзиром на постојање хобија код студената, при чему студенти који имају неки хоби у поређењу са студентима који немају имају виши просечни ранг на Социјалној самоефикасности (Табела 5).

ДИСКУСИЈА

Најпре смо настојали да утврдимо да ли постоји статистички значајна повезаност између димензија ирационалних уверења и димензија самоефикасности. Резултати су показали да је утврђена позитивна повезаност рационалних уверења са Општом и Социјалном самоефикасношћу, што је очекиван налаз, будући да уз постојање рационалних уверења иде и адекватно уверење у

сопствену ефикасност. Особе са рационалним уверењима су сигурне у себе, па тако себе опажају и као ефикасне (Ellis 2002), било генерално, било у социјалном домену.

Утврђена је негативна повезаност Опште самоефикасности са Укупном скалом ИУ и субскалама ЗАК, СО и ЗАН, као и негативна повезаност Социјалне самоефикасности са Укупном скалом ИУ и субскалама ЗАК, СО и ПЗ, што је такође у складу са претходно наведеним ставом (Ellis 2002), односно, ставом да уз рационална уверења иде адекватна самоефикасност и обрнуто, тј. да код ирационалних уверења постоји смањено веровање у сопствену ефикасност. Негативно размишљање, везано за могуће будуће неуспехе доводи до сумње у своје способности и могућности (Spurr-Stopa 2002, према Јуретић 2008).

Најзад, резултати показују да је добијена позитивна повезаност Опште и Социјалне самоефикасности. То значи да, што је Општа самоефикасност израженија, то је израженија и Социјална. Ово је у складу са ставовима неких аутора (Smith и сар. 2006, према Јуретић 2008) да самоефикасност као црта личности предвиђа понашање у различитим доменима, па ће тако успеси у, на пример, социјалној сфери, допринети јачању опште самоефикасности.

Када су у питању разлике у степену изражености основних варијабли истраживања с обзиром на факултет, резултати су показали да су утврђене разлике у изражености димензије Укупне димензије ИУ, субдимензија СО, ЗАН и ПЗ с обзиром на факултет студената, при чему студенти који студирају на техничко-технолошким факултетима у поређењу са студентима који студирају на друштвено-хуманистичким факултетима имају виши просечни ранг на наведеним ирационалним уверењима.

Ово је, у недостатку претходних емпиријских истраживања на ову тему, тешко објашњив, али свакако занимљив налаз, јер указује да је и избор факултета, односно, будућег занимања у одређеној мери детерминисан ирационалним уверењима. Било би корисно у лонгитудиналном истраживању пратити динамику ових ирационалних уверења пре уписа факултета, за време студирања и после завршетка студија код исте групе испитаника и свакако, укључити варијабле попут особина личности, као и друге варијабле у вези са когнитивним аспектима функционисања.

Добијени резултати су показали да су утврђене разлике у изражености Опште самоефикасности с обзиром на обнову године студената, при чему студенти који нису обновили годину у поређењу са студентима који јесу имају виши просечни ранг на

Општој самоефикасности, што је очекиван налаз. Наиме, истраживања вршена на узорцима испитаника из основне, средње школе и са факултета, показују да је самоефикасност израженија у случају већих академских постигнућа, што се нарочито односи на средњошколце и студенте (Ellsworth -Lagace-Seguín 2009). Обнова године представља, може се рећи, академски неуспех, па је очекивано да постоји негативна корелација између Опште самоефикасности и варијабле обнова године.

Утврђене су разлике у изражености димензије РУ, Укупне димензије ИУ, субдимензија ЗАК с обзиром на статус љубавне везе студената, при чему студенти који нису у љубавној вези у поређењу са студентима који јесу имају виши просечни ранг на РУ. Исто тако, студенти који су у љубавној вези у поређењу са студентима који нису имају виши просечни ранг на Укупној димензији ИУ и субдимензијама ЗАК и ПЗ. Дакле, испитаници који нису у љубавним везама имају израженија рационална уверења, док студенти који су у љубавним везама имају израженија ирационална уверења, судећи према овом налазу. Има налаза који казују да особе које имају ирационална уверења имају јачу емоционалну побудљивост, теже социјалном одобравању (Goldfried-Sobocinski1975), па је можда стога објашњиво зашто особе које јесу у љубавној вези имају израженија ирационална уверења.

Добијени резултати су показали да су утврђене разлике у изражености димензије Социјалне самоефикасности с обзиром на постојање хобија код студената, при чему студенти који имају неки хоби у поређењу са студентима који немају, имају виши просечни ранг на Социјалној самоефикасности. То би значило да бављење хобијем, као аутентично искуство, бива повезано са јачом социјалном самоефикасношћу. Сматра се да лична искуства у некој активности подижу веру у сопствену ефикасност (Gist - Mitchell 1992; Saks 1995; Silver и сар. 1995, према Милановић-Доброта и Радић-Шестић 2012). Уколико неко добро извршава задатак у некој области, онда ће бити мотивисан да се труди и да извршава задатке у другим областима и супротно (Bandura 1977, према Милановић-Доброта и Радић-Шестић 2012).

ЗАКЉУЧАК

Може се рећи да су у овом истраживању добијени веома интересантни резултати, који подробније осветљавају однос између димензија ирационалних уверења и самоефикасности.

Главни недостаци овог рада се тичу примењених метода, као и чињенице да има још увек мало емпиријских података о овој проблематици, па самим тим и дефицита литературе на коју би се позвали. Ипак, овај рад може имати теоријски значај, који се састоји у увећању фонда знања о овој области, а свакако и практични значај, будући да однос између ирационалних уверења и самоефикасности може подстаћи креирање различитих иницијатива и програма, који би били усмерени на јачање капацитета појединца, смањивање ирационалних уверења, а јачање уверења у сопствену ефикасност на различитим пољима. То би свакако било корисно за адолесценте и студенте, чиме би се побољшао квалитет њиховог живота и чиме би се учинили компетентнијим и оснаженијим за изазове које их тек чекају у животу.

Будућа истраживања ове проблематике би требало да укључе већи узорак испитаника и да се спроводе уз примену другачијих инструмената. Било би корисно у лонгитудиналном истраживању пратити динамику ирационалних уверења пре уписа факултета, за време студирања и после завршетка студија код исте групе испитаника и свакако, укључити варијабле попут особина личности, као и друге варијабле у вези са когнитивним аспектима функционисања. Препорука је такође и да се будућа истраживања позабаве породичним факторима и њиховим односом са овде главним варијаблама истраживања.

ЛИТЕРАТУРА

- Bandura, Albert. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, LXXXIV, (1997): 191-215.
- Bernard, Michael. It' s prime time for REBT: Current theory and practice, research recommendations and predictions. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 13/2 (1982) , 9-28.
- Вукосављевић-Гвозден, Татјана, Опачић, Горан, Марић, Зорица. Ирционалне евалуације и антисоцијално понашање адолесцената. Славица Шевкушић (ур.). Зборник Института за педагошка истраживања. Београд: Институт за педагошка истраживања, 2010, XLII/2, 263-276.
- Gist, Marylin, Mitchell, Terence. Self-efficacy: A theoretical analysis of its determinants and malleability. *Academy of Management Review* 17(2) (1992): 183-211.

- Goldfried, Marvin, Sobocinski, Donald. Effect of irrational beliefs on emotional arousal. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43(4) (1975): 504.
- DiGiuseppe, Raymond, Dryden, Windy. *A practitioner's guide to rational emotive behavior therapy*. Oxford: Oxford University Press, 2014.
- Dryden, Windy. *Dealing with anger problems: rational-emotive therapeutic interventions*. Sarasota: Professional Resource Exchange Inc., 1990
- Dryden, Windy. *Rational emotive behaviour therapy. Distinctive features*. London: Routledge, 2009
- Ellis, Albert. *Reason and emotion in psychotherapy, Revised and updated*. New York: Carol Publishing, 1994.
- Ellis, Albert. The theories and practices of REBT and how they have been augmented and revised during the last three decades. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 17 (1999): 69-9, 1999.
- Ellis, Albert. The role of irrational beliefs in perfectionism. *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. Washington, DC, US: American Psychological Association, 14, (2002): 217-229.
- Ellis, Albert, Dryden, Windy. *The practice of rational emotive behavior therapy*. NY: Springer Publishing Company, 1997.
- Ellis, Albert, DiGiuseppe, Raymond. Are inappropriate or dysfunctional feelings in rational-emotive therapy qualitative or quantitative? *Cognitive Therapy and Research*, 17(5) (1993): 471.
- Ellis, Albert, Gilbert, Ewing. Toward a more precise definition of "emotional" and "intellectual" insight. *Psychological Review* 40/2 (1963): 125-126.
- Ellis, Albert, Lynn, Jay, Steven. (2009). *Rational and Irrational Beliefs : Research, Theory, and Clinical Practice*. New York: Oxford University Press, 2009.
- Ellsworth, Angela, Lagace-Seguin, Daniel (2009). In Retrospect: Is Youth Grade Retention Associated with Self-Esteem and Self-Efficacy in Early Adulthood? *International Journal of Adolescence and Youth*, 15 (2009): 1-18.
- Марић, Зорица. Рационално емотивно бихејвиорална терапија. Стојнов (ур.). *Психотерапије*. Београд: Завод за уџбенике и наставна средства, 2000, 121-155.
- Милановић-Доброта, Биљана, Радић-Шестић, Марина. Значај модела самоефикасности у васпитно-образовном раду са адолесцентима. *Специјална едукација и рехабилитација*, 11/4 (2012): 637-655.
- Popa. Interview with Albert Ellis: The 'Cognitive Revolution' in Psychotherapy. *Romanian Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 1 (2001): 7-16.

- Popov, Boris, Novović, Zdenka. Negativan fidbek, uverenja i značajnost cilja u predikciji
- Colodro, Godoy, Izquierdo (2010). Coping self-efficacy in a community-based sample of women and men from the United Kingdom: The impact of sex and health status. *Behavioral Medicine*, 36 (2010): 12–23.
- Wood, Robert, Bandura, Albert. Impact of conceptions of ability on self-regulatory mechanisms and complex decision making. *Journal of Personality and Social Psychology*. 56(3) (1989): 407-415

CORRELATION BETWEEN IRRATIONAL BELIEFS AND SELF – EFFICACY AMONG STUDENTS AND CORRELATION WITH SOME OF SOCIODEMOGRAPHIC VARIABLES

Abstract: *The main goal of this research is to test correlation of different aspects of irrational beliefs and self – efficacy among students. Specific goals are related to correlation of main variables and some of the socio-demographic variables (faculty, relationship status, retaking a year and hobby). Irrational beliefs scale, with 4 subscales, requirements for the absolute correctness of other and their devaluation, self-devaluation, requirements for unconditional affection and perfectionist demands on yourself (Marić, 2002) and Self – efficacy scale with two subscales (general and social self – efficacy) (Sherer, Maddux et al., 1982) are given to sample of 200 students on second year (100 males and 100 females) who study on different Faculties of University in Nis. Results show that there is positive correlation of irrational beliefs with general and social self – efficacy ($r=0.26$, $p<0.01$), negative correlation of general self – efficacy with overall score of irrational beliefs ($r=-0.22$, $p<0.01$) as well as negative correlation of social self-efficacy and overall scale of irrational beliefs ($r=-0.35$, $p<0.01$). There is a positive correlation between general and social self-efficacy ($r=0.48$, $p<0.01$). Future research regarding this issue should include a larger sample of respondents and should be carried out with the use of different instruments. It would be useful to track the dynamics of irrational beliefs prior to enrolling into college in a longitudinal study, while also studying them after graduation in the same group of respondents and of course, include variables such as personality traits, as well as other variables related to the cognitive aspects of functioning. The recommendation is also that future studies address the family factors and their relationship to these major research variables.*

Key words: *irrational beliefs, rational beliefs, self - efficacy, students.*