

تم إنشاء مقياس الكفاءة الذاتية العامة (GSE؛ 1995) لتقييم الشعور العام بالكفاءة الذاتية المُدركة بهدف التنبؤ بالتعامل مع المتاعب اليومية وكذلك التكيف بعد تجربة جميع أنواع أحداث الحياة المجهدة. تم تطوير النسخة الألمانية من هذا المقياس في الأصل من قبل جيروزاليم وشوارزر في عام 1981، أولاً كإصدار مكون من 20 عنصراً ولاحقاً كإصدار مُختصر من 10 عناصر (جيروزاليم وشوارزر، تم تصميم المقياس لعامة السكان البالغين،