

يؤكد ألبرت باندورا في كتابه "الأسس الاجتماعية للفكر والعمل" على أهمية كل من المهارات والمعتقدات الذاتية بالفعالية لتحقيق الأداء الكفاء. تتطلب الفعالية مواجهة ظروف متغيرة باستمرار تتضمن عناصر غامضة وغير متوقعة. الكفاءة الذاتية المتصورة هي حكم الفرد على قدرته على تنفيذ سلوك معين، مختلفة عن توقعات نتيجة هذا السلوك. فمثلاً، الاعتقاد بقدرة المرء على القفز ستة أقدام هو حكم على الكفاءة، بينما التوقعات الاجتماعية أو الذاتية للنجاح هي توقعات للنتائج. يُشدد الكاتب على أهمية التفريق بين الفعل ونتيجته، فالفعل يُحدد بمعاييره الخاصة، بينما النتيجة هي ما ينتج عن إتمام هذا الفعل بنجاح. فشل تنفيذ الفعل لا يُعتبر نتيجة له، بل هو دليل على عدم إتمامه.