**به نام خدا**

**مقیاس سرزندگی**

**نام و نام خانوادگی: جنس: تاهل:**

عبارتهای زیر را با دقت بخوانید و پاسخی را که بیش از همه با وضعیت شما مطابقت می­کند را با علامت ⊗ مشخص کنید. پیشاپیش از توجه شما سپاس گزارم**.**

**مقیاس سرزندگی**

|  |  |
| --- | --- |
| گویه‌ها | میزان توانایی من:1= حداقل 7= حداکثر |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 1 | من احساس می‌کنم فردی سرزنده و فعال هستم. |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 | من تصور نمی‌کنم خیلی پرانرژی و فعال باشم.  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 | گاهی اوقات به اندازه ی احساس سرزنده بودن می‌کنم که دلم می‌خواهد فریاد بکشم و پرواز کنم.  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 | من دارای نیرو و نشاط هستم.  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 | من به استقبال روزهای آینده می‌روم.  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6پرسشنامه شماره2 | من همیشه احساس هوشیاری و آمادگی می‌کنم.  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 | من احساس داشتن توانمندی و انرژی می‌کنم. |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 | *به طور کلی درزندگی احساس سرزندگی می کنم.* |  |  |  |  |  |  |  |

**از صداقت و همکاری شما سپاسگزارم**

 **مقیاس سرزندگی[[1]](#footnote-1)**

 مقیاس سرزندگی ودسی در سال 1997 ساخته شده و دارای هفت عبارت می­باشد. پاسخ دهنده براساس طیف لیکرت 7تایی عددی را که گویای میزان درستی عبارت در مورد خودش می­باشد، مشخص می­نماید. روند نمره گذاری در مورد سؤال دوم این پرسشنامه معکوس می­باشد ­نمره­ای که فرد در این مقیاس به دست می­آورد بین 7 تا 49 است. این مقیاس در ایران در سال 1382 توسط عریضی ترجمه و روایی صوری و محتوایی آن توسط 5 نفر از اساتید روانشناسی بالینی تأیید شده و ضریب پایایی آن 85/0 به دست آمد (ابوالقاسمی، 1382).

برای محاسبه ضریب پایایی، تعداد 50 نفر از پرستاران بیمارستان آپادانای اهواز آن را تکمیل نمودند .ضریب آلفای کرونباخ کل پرسشنامه 78/0 و با روش دو نیمه کردن آلفای نیمه اول 69/0، آلفای نیمه دوم 73/0، همبستگی بین دو نیمه 84/0 و ضریب گاتمن 65/0 محاسبه شد.

تقی‌زاده (1385) در پژوهش خود تحت عنوان بررسی رابطه بین رضایت شغلی با شادمانی و سرزندگی در بین اعضای هیأت علمی دانشگاه اصفهان از پرسشنامه مقیاس سرزندگی استفاده نمود و پایایی درونی پرسشنامه مقیاس سرزندگی بار دیگر در پژوهش صادقیان با ضریب آلفای کرونباخ کل پرسشنامه 74/0 بدست آمد.

ابوالقاسمی (1382) در پژوهش خود تحت عنوان هنجاریابی عاطفه‌ی مثبت و منفی و اعتبار یابی همزمان آن با مقیاس سلامت ذهن و سرزندگی در دانشجویان دانشگاه اصفهان از پرسشنامه مقیاس سرزندگی استفاده کرد و پایایی درونی این پرسشنامه بار دیگر در پژوهش ابوالقاسمی با احتساب آلفای کرونباخ کل پرسشنامه 84/0 بدست آمد.

ابوالقاسمی، فرحناز (1382). هنجاریابی عاطفه مثبت و منفی و اعتباریابی همزمان آن با مقیاس سلامت ذهن و سرزندگی در دانشجویان دانشگاه اصفهان. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه اصفهان.

ابوالقاسمی، فرحناز (1382). هنجاریابی عاطفه مثبت و منفی و اعتباریابی همزمان آن با مقیاس سلامت ذهن و سرزندگی در دانشجویان دانشگاه اصفهان. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه اصفهان.

1. .Vitality Index [↑](#footnote-ref-1)