

مقیاس سرسختی ذهنی در نوجوانان (MTSOA)

هدف: ارزیابی سرسختی ذهنی در نوجوانان از ابعاد مختلف (توانایی در حفظ تعهد، چالش، اعتماد بین فردی، اعتماد به توانایی در کنترل بر زندگی، کنترل هیجانی)

ردیف	عبارات	خیلی کم	کم	زیاد	خیلی زیاد
1	رها کردن چیزهای تمام نشده				
2	رها کردن هنگام رویارویی با مشکلات				
3	رها کردن امور تحت فشار				
4	عدم کنترل بر آنچه در آینده اتفاق خواهد افتاد				
5	اعتماد کم به توانایی				
6	خوشحال شدن از تکلیفهای چالش برانگیز و جدید				
7	خوب بودن در کارهای چالش برانگیز				
8	نمایان شدن مشخصه ها بخاطر چالش				
9	احساس اعتماد به نفس هنگام صحبت رو به روی مردم				
10	احساس اعتماد به نفس در موقعیتهای اجتماعی				
11	اضطراب هنگام بودن در کنار افراد جدید				
12	اعتقاد به تواناییها				
13	اعتماد کافی به تواناییها				
14	ساختن آینده در صورت سخت کوشی				
15	احساس کنترل بر آنچه در زندگی اتفاق می افتد				
16	خوب بودن در مدیریت هیجانهای منفی				
17	خارج شدن کنترل بخاطر هیجانها				
18	دشواری کنترل بر هیجانهای مثل عصبانیت، استرس و آشفتگی				

روش نمره گذاری

این پرسشنامه دارای 18 سوال بوده و هدف ارزیابی سرسختی ذهنی در نوجوانان از ابعاد مختلف (توانایی در حفظ تعهد، چالش، اعتماد بین فردی، اعتماد به توانایی در کنترل بر زندگی، کنترل هیجانی) می باشد. نمره گذاری پرسشنامه بصورت طیف لیکرت 5 نقطه ای می باشد که امتیاز مربوط به هر گزینه در جدول زیر ارائه شده است:

عنوان	۱	۲	۳	۴	۵
امتیاز	1	2	3	4	5

این پرسشنامه دارای 5 بعد است که در جدول زیر ابعاد و نیز شماره سوالات مربوط به هر بعد ارائه گردیده است:

شماره سوالات	بعد
5-1	توانایی در حفظ تعهد
8-6	چالش
11-9	اعتماد بین فردی
15-12	اعتماد به توانایی در کنترل بر زندگی
18-16	کنترل هیجانی

برای بدست آوردن امتیاز هر بعد، مجموع امتیازات مربوط به تک تک سوالات آن بعد را با هم محاسبه نمائید.

روایی و پایایی

در پژوهش طامه و همکاران (1399) روایی صوری و محتوایی این مقیاس توسط اساتید دانشگاه مورد تایید قرار گرفت. برای بررسی اعتبار مقیاس از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که مقدار این ضریب 0/77 بدست آمد.

منبع: طامه، بتول ؛ درتاج، فریبرز ؛ سعادت‌ی شامیر، ابوطالب ؛ فرخی، نورعلی ، (1399)، بررسی ساختار عاملی و اعتبار یابی مقیاس سرسختی ذهنی در دانش‌آموزان دبیرستان، فصلنامه علمی پژوهشی روان‌سنجی، دوره 9، شماره 34، پاییز 1399، صفحه 144-1

McGeown, S. P., St.Clair-Thompson, H., Putwain, DW. (2016). The Development and Validation of a Mental Toughness Scale for Adolescents. Journal of Psychoeducational Assessment, 36 (2), 148 - 161.

