**مقیاس خود کارآمدی شرر**

این پرسشنامه توسط شرر و همکارانش درسال 1982 ساخته شدو دارای 23 ماده است که 17 ماده آن مربوط به خودکارآمدی عمومی و 6 ماده دیگرمربوط به تجارب خودکارآمدی در موقعیت های اجتماعی است(نجفی و فولادچنگ،1386) .

در تحقیق حاضر از مقیاس 17 ماده ای استفاده شد. آزمون خودکارآمدی، عقاید فردی مربوط به توانایی اش برای غلبه برموقعیت های مختلف را اندازه گیری می کند.این آزمون برپایه ی مقیاس پنج رتبه ای لیکرت تنظیم شده است،بدین صورت که پاسخ کاملا مخالف،نمره 1 و پاسخ کاملا موافق،نمره 5 می گیرد. نمرات بالا نشان دهنده ی احساس خودکارآمدی بالادرفرد است .درنمره گذاری این آزمون،سوالهای 15،13،9،8،3 در جهت موافق و مابقی سوالها به صورت وارونه نمره گذاری می شوند.

 شرر و همکارانش(1982)آلفای کرونباخ این پرسشنامه را 86/. بدست آوردند و برای سنجش اعتبارسازه مقیاس خودکارآمدی از همبستگی آن بامقیاس کنترل درونی-بیرونی راتر، مقیاس درجه قابلیت اجتماعی مارلو و کراو(1964)، مقیاس بیگانگی از خود بارآن در(1953) و مقیاس شایستگی فردی روزنبرگ در(1965) استفاده کردند(براتی،1376،به نقل ازنجفی وفولادچنگ،1386). براساس بررسی های انجام شده بین نمرات خودکارآمدی ومقیاس کنترل درونی-بیرونی،همبستگی منفی متوسط،بین مقیاس درجه قابلیت اجتماعی و خودکارآمدی همبستگی مثبت متوسط وبین بیگانگی از خود و شایستگی با خودکارآمدی، همبستگی مثبت متوسط بدست آمده است(نجفی و فولاد چنگ، 1386).

همچنین مطالعات آنها نشان دادکه بین نمرات این پرسشنامه و موفقیت در شغل و تحصیل، همبستـگی مثبت وجود دارد. کـرامتی،(1380)آلفـای کرونبـاخ آن را در نمونه های ایرانی 86/. بدست آورد .

براتی(1376، به نقل از نجفی و فولادچنگ،1386) برای به دست آوردن روایی سازه آزمون همبستگی آن را بامقیاس عزت نفس برابر61/. گزارش داده است. وی پایایی آزمون خودکارآمدی رادر دانش آموزان سال سوم دبیرستان باروش اسپیرمن–براون باطول برابر 76/.و با طول نابرابر 76/.و از روش دونیمه کردن گاتمن نیز 76/.به دست آورده است. وی برای اطمینان از پایایی،آلفای کرونباخ رادر نمونه برابر با80/. به دست آورد. نجفی و فولادچنگ(1386)نیزآلفای کرونباخ این پرسشنامه را80/.گزارش کردند.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| رديف | عنوان | كاملاً موافقم | موافقم | نظري ندارم (حدوسط) | مخالفم | كاملاً مخالفم |
| 1 | وقتي طرحي مي ريزم ، مطمئن هستم مي توانم آن را انجام دهم.  |  |  |  |  |  |
| 2 | يكي از مشكلات من اين است كه وقتي مي بايست كار را انجام دهم، نمي توانم از عهده آن برآيم . |  |  |  |  |  |
| 3 | اگر نتوانم كاري را بار اول انجام دهم ، به تلاشم براي انجام آن ادامه مي دهم. |  |  |  |  |  |
| 4 | وقتي كه اهداف مهم براي خود تعيين مي كنم ، بندرت به آنها دست مي يابم. |  |  |  |  |  |
| 5 | قبل از تمام كردن كارهايم، آن را رها مي كنم . |  |  |  |  |  |
| 6 | از روبرو شدن با مشكلات اجتناب مي كنم. |  |  |  |  |  |
| 7 | در صورتيكه كاري خيلي پيچيده بنظر برسد حتي زحمت امتحانش را به خود نمي دهم . |  |  |  |  |  |
| 8 | هنگامي كه كاري را كه بايد انجام دهم نا مناسب است ، آنقدر پايداري مي كنم تا آن را تمام کنم. |  |  |  |  |  |
| 9 | وقتي تصميم به انجام كاري گرفتم ، بطور جدي و دقيق روي انجام همان كار تمركز مي كنم. |  |  |  |  |  |
| 10 | هنگامي كه سعي مي كنم چيز جديدي بياموزم ،اگر در ابتدا موفق نشوم بزودي آن را رها مي كنم. |  |  |  |  |  |
| 11 | وقتي مشكلات غير مترقبه اي برايم رخ مي دهد به خوبي از پس آن برنمي آيم . |  |  |  |  |  |
| 12 | از يادگيري مطالب جديد هنگامي كه به نظرم مشكل بيايند اجتناب مي كنم. |  |  |  |  |  |
| 13 | شكست باعث تلاش بيشتر من مي شود.  |  |  |  |  |  |
| 14 | به توانايي خود براي كارها اعتماد ندارم. |  |  |  |  |  |
| 15 | به خودم متكي هستم. |  |  |  |  |  |
| 16 | به سادگي تسليم مي شوم. |  |  |  |  |  |
| 17 | توانايي برخورد با اغلب مشكلاتي را كه در زندگي برايم پيش مي آيد ، ندارم. |  |  |  |  |  |