**پرسشنامه افکار اضطراب سخنرانی (SATI)**

نسخه اولیه پرسشنامه افکار خودکار اضطراب سخنرانی (SAAT) شامل ۳۲ عبارت اصلی طرح شده از افکار منفی است که بر اساس نمونه های بالینی که از هراس اجتماعی رنج می برند و دانشجویان غیر مضطرب تهیه شده است. نسخه اصلی این پرسشنامه به زبان کره ای تهیه شده است و مطالعات اندکی به زبان انگلیسی در این مورد انجام شده است. با توجه به محدودیت های پرسشنامه یاد شده و مطالعات روانسنجی انجام شده در این زمینه، پرسشنامه جدیدی برای ارزیابی ویژگی های شناختی مرتبط با اضطراب سخنرانی تهیه شد. به عبارت دیگر، نسخه اخیر، نسخه معتبری از پرسشنامه افکار خودکار اضطراب سخنرانی (SAATQ)، به نام پرسشنامه افکار اضطراب سخنرانی (SATI) است که پس از بازنگری به ۲۳ عبارت کاهش یافته است. از تحلیل عوامل انجام شده بر روی ۲۳ عبارت باقی مانده، ۲ عامل به دست آمد که همبستگی بین این دو عامل نیز 64/0 محاسبه شده است. ۱۳ عبارت مربوط به عامل (پیشبینی عملکرد ضعیف در سخنرانی) و ۱۰ عبارت برای سنجش عامل (ترس از ارزیابی منشی شنوندگان) است.

**ویژگی های روانسنجی**

ضریب همبستگی بین مجموع عبارات در طیفی از 50/0 تا 70/0 قرار دارد که نشانگر اعتبار مناسب آزمون است.

آلفای ۹۴/. برای کل پرسشنامه، زیر مقیاس یک یعنی پیشبینی عملکرد ضعیف در سخنرانی 91/0 و زیر مقياس دو یعنی ترس از ارزیابی منفی شنوندگان 89/0 بیانگر ثبات درونی بالا در کل آزمون و زیر مقیاس های آن است.(خوش نما،1397)

از اجرای مجدد پرسشنامه در فاصله ۴ هفته ای، پایایی قابل قبولی به دست آمد. برای کل مقیاس(r=0/71) برای زیر مقیاس یک (r=0/73) و برای زیر مقیاس دو (r=0/64). (خوش نما،1397)

**شیوه نمره گذاری**

نمره کل افراد در آزمون در کمترین حالت ۲۳ و بیشترین ۱۱۵ خواهد بود.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| گزينة | اصلا قبول ندارم | کمی قبول ندارم | نظری ندارم | کمی قبول دارم | کاملا قبول دارم |
| امتیاز | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

زیر مقیاس های عامل یک : ۱-۲-۳-۴-۱۰-۱۲-۱۵-۱۷-۱۸-۱۹ - ۲۰-۲۲-23

زیر مقیاس های عامل دو : ۵-۶-۷-۸-۹-۱۱-۱۳-۱۴-۱۶-۲۱

**تعریف نظری**

**اضطراب سخنرانی در جمع**

عبارت است از میزانی که فرد به هنگام ارائه یک سخنرانی با صحبت در مقابل یک جمع دچار اضطراب می گردد (با سولومی و هولیهان ، ۲۰۱۶). گردد (بارسولومی و هولیهان[[1]](#footnote-1) ، ۲۰۱۶).

**تعریف عملیاتی**

**افکار اضطراب سخنرانی در جمع**

افکار اضطراب سخنرانی در جمع در این پژوهش میزان نمره یا کمیتی است که آزمودنی با توجه به پاسخ هایش به پرسشنامه افکار اضطراب سخنرانی (SATI) کسب می کند.

**پرسشنامه افکار اضطراب سخنرانی در جمع (STAI)**

با سلام

**راهنمایی**

این پرسشنامه نگرانی های شما درباره سخرانی کردن در جمع را مورد بررسی قرار می دهد، لطفا عبارات زیر

را به دقت مطالعه کنید و میزان موافقت یا مخالفت خود را با هر یک از عبارات در پاسخنامه ضربدر بزنید.

1. در هنگام سخرانی به لكنت خواهم افتاد.

۲. سخنرانیم تأثیری بر حاضران ندارد

٣. سخنرانیم بی ربط خواهد بود.

۴. به خوبی دیگران قادر به سخرانی نیستم

5. وقتی دیگران به سخرانيم توجه ندارند. فکر می کنم دیگران در مورد من بد فکر می کنند.

6.اگر در سخنرانیم عملکرد ضعیفی داشته باشم، حاضران از من به بدی باد خواهند کرد

۷. خیلی بد می شود. اگر در هنگام سخنرانی، صدایم بلرزد

۸. اگر در هنگام سخرانی اشتباه کنم. حاضران فکر می کنند، احمقم.

9.اگر در این شرایط مضطرب شوم. شنوندگان مرا دوست نخواهد داشت.

۱۰. اگر مرا برای صحبت کردن دعوت کنند، نمی دانم چه بگویم.

۱۱. اگر خوب سخنرانی نکنم، حاضران مرا طرد می کنند

۱۲. آنچه در هنگام سخنرانی می گویم. احمقانه به نظر می رسد.

۱۳. وحشتناک است، اگر دیگران فکر کنند من باهوش نیستم.

۱۴. اگر در حین سخنرانیم اشتباه کنم، خیلی بد می شود

۱۵. در هنگام سخنرانی، قادر به کنترل اضطرابم، نخواهم بود

۱۶. خیلی بد می شود اگر مردم بفهمند، در حین سخنرانی، مضطرب هستم

۱۷. رقتارم حين سخرانی، در نظر شنوندگان ناشیانه خواهد بود.

۱۸- در سخنرانی کردن، ناتوان خواهم بود

۱۹. قادر به اتمام سخنرانیم نخواهم بود

۲۰- در هنگام سخنرانی، ذهنم خالی می شود

۲۱- برای به دست آوردن تأیید دیگران، باید سخنرانی خوبی ارائه دهم

۲۲. اگر از من بخواهند سخنرانی کنم، نگران می شوم

۲۳. در هنگام سخنرانی، قادر به پاسخگویی به سوالات حاضران نخواهم بود

**نام و نام خانوادگی: سن: تحصیلات: جنسیت:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ردیف** | **اصلا قبول ندارم** | **کمی قبول ندارم** | **نظری ندارم** | **کمی قبول دارم** | **کاملا قبول دارم** |
| **1** |  |  |  |  |  |
| **2** |  |  |  |  |  |
| **3** |  |  |  |  |  |
| **4** |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |
| **10** |  |  |  |  |  |
| **11** |  |  |  |  |  |
| **12** |  |  |  |  |  |
| **13** |  |  |  |  |  |
| **14** |  |  |  |  |  |
| **15** |  |  |  |  |  |
| **16** |  |  |  |  |  |
| **17** |  |  |  |  |  |
| **18** |  |  |  |  |  |
| **19** |  |  |  |  |  |
| **20** |  |  |  |  |  |
| **21** |  |  |  |  |  |
| **22** |  |  |  |  |  |
| **23** |  |  |  |  |  |

**منابع**

خوش نما، ابوالفضل(1397). اثربخشی درمان مواجهه ای مبتنی بر واقعیت مجازی بر کاهش اضطراب سخنرانی در جمع در دانشجویان دانشگاه علامه طباطبائی. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه علامه طباطبائی

Bartholomay, E. M., & Houlihan, D. D. (2016). Public Speaking Anxiety Scale: Preliminary psychometric data and scale validation. Personality and Individual Differences, 94, 211-215.

1. . Bartholomay. E. M., & Houlihan, D.D. [↑](#footnote-ref-1)