

## آزمون‌های روان‌شناختی

## فهرست به ترتیب حروف الفبا

|            |  |     |  |
|------------|--|-----|--|
| ۱۴۵        | فصل چهارم: ت.....  | ۷   | مقدمه  |
| ۱۴۷        | مقیاس تاب‌آوری   | ۹   | پیشگفتار                                     |
| ۱۵۰        | پرسشنامه تصویر بدنی ایده‌آل                                | ۱۱  | فصل اول: الف.....                            |
| ۱۵۵        | پرسشنامه تعهد سازمانی                                      | ۱۳  | مقیاس احساس تنهایی                           |
| ۱۵۷        | پرسشنامه تعهد سازمانی                                      | ۱۶  | پرسشنامه افکار اضطراب سخنرانی                |
| ۱۶۰        | آزمون تصور از خود بک                                       | ۲۰  | اضطراب اجتماعی نوجوانان                      |
| ۱۶۳        | پرسشنامه تصمیم‌گیری عمومی                                  | ۲۳  | احساس فشار روانی مارکهام                     |
| ۱۶۶        | پرسشنامه تکلیف انتخاب واسون                                | ۲۵  | پرسشنامه انگیزش درونی                        |
| ۱۶۸        | پرسشنامه تله‌های زندگی                                     | ۳۱  | مقیاس افسردگی، اضطراب، استرس                 |
| ۱۷۰        | مقیاس تعلق (TPS)   | ۳۴  | پرسشنامه استرس شغلی                          |
| ۱۷۵        | تمایل جنسی هالپرت  | ۳۸  | مقیاس اضطراب اجتماعی جسمانی                  |
| ۱۷۷        | مقیاس تعادل عاطفه  | ۴۱  | پرسشنامه استدلال اخلاقی رست و همکاران (۱۹۷۳) |
| ۱۸۰        | پرسشنامه تفکر ارجاعی                                       | ۴۶  | پرسشنامه استرس ادراک شده                     |
| ۱۸۳        | پرسشنامه تجدیدنظر شده تاکتیک‌های حل تعارض                  | ۴۹  | ابزار پیوند والدینی پارکر                    |
| ۱۸۷        | فصل پنجم: ج.....   | ۵۴  | مقیاس افسردگی زونگ                           |
| ۱۸۹        | پرسشنامه جبران افراطی یانگ                                 | ۵۷  | مقیاس افسردگی نوجوانان کوتچر                 |
| ۱۹۵        | فصل ششم: ح.....  | ۶۱  | پرسشنامه افسردگی بک                          |
| ۱۹۷        | پرسشنامه حل مسأله پارکر                                    | ۶۶  | مقیاس ارزیابی تصویر بدنی                     |
| ۱۹۹        | آزمون حل مسئله خلاق CPS باسادر                             | ۶۷  | پرسشنامه احساس مثبت به همسر                  |
| ۲۰۱        | پرسشنامه حمایت اجتماعی فلمینگ و باوم                       | ۶۹  | مقیاس تجدیدنظر شده اضطراب آشکار کودکان       |
| ۲۰۴        | پرسشنامه حالت-رگه اضطراب اشپیل برگر                        | ۷۳  | مقیاس تجدیدنظر شده اضطراب و افسردگی چورپیتا  |
| ۲۰۸        | پرسشنامه حس انسجام آتونوسکی                                | ۷۶  | پرسشنامه استفاده وسواسی از اینترنت           |
| ۲۱۵        | پرسشنامه حل تعارض  | ۷۸  | پرسشنامه اعتیاد به اینترنت                   |
| ۲۱۸        | مقیاس استرس و حمایت اجتماعی دوک (DUSOCS)                   | ۸۱  | مقیاس انتظار از ازدواج                       |
| ۲۲۷        | فصل هفتم: خ.....   | ۸۵  | پرسشنامه اضطراب هامیلتون                     |
| ۲۲۹        | خودکارآمدی شرر   | ۸۸  | پرسشنامه استرس شغلی                          |
| ۲۳۲        | خلاقیت تورنس   | ۹۱  | پرسشنامه انگیزه پیشرفت هرمنس                 |
| ۲۴۱        | مقیاس خود نظارت‌گری (SMS، اشنایدر، ۱۹۷۴)                   | ۹۵  | پرسشنامه اضطراب بک                           |
| ۲۴۴        | مقیاس خوداثربخشی تحصیلی                                    | ۹۷  | مقیاس امید استنایدر                          |
| ۲۴۷ (۲۰۰۰) | پرسشنامه خوداثربخشی اجتماعی ادراک شده (PSSE، اسمیت و بتز)  | ۱۰۰ | پرسشنامه افسردگی سالمندان                    |
| ۲۵۰        | پرسشنامه خودارزشیابی‌های محوری                             | ۱۰۲ | پرسشنامه الگوهای ارتباطی زوجین               |
| ۲۵۳        | پرسشنامه خودارزشیابی سه عاملی غذا خوردن                    | ۱۰۶ | پرسشنامه اعتماد در روابط بین‌فردی            |
| ۲۶۰        | پرسشنامه خودپنداره ساراسوت                                 | ۱۰۸ | پرسشنامه اعتماد در روابط بین‌فردی            |
| ۲۶۵        | خودپنداره چندوجهی جنسی ویلیام اتسل                         | ۱۱۱ | فهرست ارزیابی حمایت بین‌فردی                 |
| ۲۷۱        | پرسشنامه تنظیم خلق منفی                                    | ۱۱۶ | پرسشنامه اضطراب پیشرفت                       |
| ۲۷۳        | پرسشنامه خودکنترلی تانجی                                   | ۱۱۹ | انتخاب مواد غذایی                            |
| ۲۷۶        | پرسشنامه خودکنترلی تانجی                                   | ۱۲۱ | فصل دوم: ب.....                              |
| ۲۷۸        | پرسشنامه خوداثربخشی درد                                    | ۱۲۲ | بخشش رنجش خاص زناشویی                        |
| ۲۸۰        | مقیاس خشنودی شغلی  | ۱۲۶ | بهزیستی شخصی                                 |
| ۲۸۲        | مقیاس خودکارآمدی ادراک شده در تعامل‌های اجتماعی با همسالان | ۱۲۹ | فصل سوم: پ.....                              |
| ۲۸۴        | پرسشنامه خوردن وسواس گونه                                  | ۱۳۱ | پرسشنامه پیمایش سلامت                        |
| ۲۸۷        | فصل هشتم: د.....   | ۱۳۷ | مقیاس پذیرش اجتماعی مارلو-کراون              |
| ۲۸۹        | پرسشنامه دلبستگی نوجوانان به والدین و همسالان              | ۱۳۹ | پرسشنامه پرخاشگری باس و پری                  |
| ۲۹۵        | پرسشنامه سبک‌های دلبستگی کولینز و رید                      | ۱۴۱ | پرسشنامه پرخاشگری                            |
| ۲۹۸        | پرسشنامه سبک دلبستگی                                       |     |  |
| ۳۰۰        | پرسشنامه دلزدگی زناشویی                                    |     |  |

### فصل نهم: ۳۰۳

|     |  |
|-----|--|
| ۳۰۵ | پرسشنامه رضایت از زندگی.....                       |
| ۳۰۹ | پرسشنامه رضایت شغلی یا شاخص توصیفی شغلی (JDI)..... |
| ۳۱۴ | پرسشنامه رویدادها و تغییرات زندگی (FILE).....      |
| ۳۱۸ | پرسشنامه رضایت شغلی هرزبرگ.....                    |
| ۳۲۲ | پرسشنامه رضایت زناشویی انریج.....                  |
| ۳۳۲ | پرسشنامه رضایت زناشویی فلچر.....                   |
| ۳۳۵ | مقیاس رگه‌های فراخلقی.....                         |
| ۳۳۸ | پرسشنامه چند بعدی روابط بدن - خود (MBSRQ).....     |
| ۳۴۱ | پرسشنامه راهبردهای یادگیری خودتنظیمی.....          |
| ۳۴۵ | پرسشنامه رضایت شغلی مینه‌سوتا.....                 |
| ۳۴۸ | پرسشنامه رویدادهای مهم زندگی.....                  |
| ۳۵۱ | پرسشنامه رضایت زندگی.....                          |
| ۳۵۴ | پرسشنامه رفتارهای کنترل‌گرایانه زوجین.....         |
| ۳۵۸ | مقیاس رضایتمندی خانواده-(FSS).....                 |

### فصل دهم: ۳۶۳

|     |  |
|-----|--|
| ۳۶۵ | سبک زندگی کارآمد وزن.....                          |
| ۳۶۸ | پرسشنامه سبک‌های مقابله‌ای لازاروس و فولکمن.....   |
| ۳۷۳ | پرسشنامه سبک‌های شوخ‌طبعی.....                     |
| ۳۷۸ | پرسشنامه سلامت عمومی (GHQ).....                    |
| ۳۸۱ | پرسشنامه سخت‌روی - کوباسا.....                     |
| ۳۸۵ | پرسشنامه سبک‌های دفاعی - (DSQ).....                |
| ۳۹۰ | پرسشنامه تجدیدنظر شده نشانه‌های روانی SCL90-R..... |
| ۳۹۵ | پرسشنامه سبک‌های یادگیری کلب.....                  |
| ۳۹۹ | پرسشنامه سنجش هویت بنیون و آدامز.....              |
| ۴۰۶ | پرسشنامه سبک هویت برزونسکی.....                    |
| ۴۰۹ | پرسشنامه سازگاری بل.....                           |
| ۴۱۶ | پرسشنامه سازگاری دانش آموزان دبیرستانی.....        |
| ۴۲۱ | پرسشنامه سازگاری زناشویی لاک-والاس.....            |
| ۴۲۳ | پرسشنامه سبک‌های تفکر.....                         |
| ۴۳۰ | پرسشنامه سازگاری زناشویی گراهام بی اسپنیر.....     |
| ۴۳۳ | پرسشنامه سبک اسنادی.....                           |
| ۴۴۰ | پرسشنامه سنجش احساس و عاطفه زندگی.....             |
| ۴۴۵ | مقیاس سازگاری اجتماعی.....                         |

### فصل یازدهم: ۴۵۷

|     |                                       |
|-----|---------------------------------------|
| ۴۵۹ | پرسشنامه شادکامی آکسفورد (OHI).....   |
| ۴۶۳ | پرسشنامه شخصیتی آیزنک.....            |
| ۴۷۰ | پرسشنامه شخصیتی گری - ویلسون.....     |
| ۴۷۷ | پرسشنامه پنج عاملی شخصیت NEO-FFI..... |

### فصل دوازدهم: ۴۸۱

|     |                                   |
|-----|-----------------------------------|
| ۴۸۳ | پرسشنامه صمیمیت اجتماعی میلر..... |
|-----|-----------------------------------|

### فصل سیزدهم: ۴۸۷

|     |  |
|-----|--|
| ۴۸۹ | طرحواره یانگ.....                        |
| ۵۰۱ | طرحواره‌های ناسازگار اولیه.....          |
| ۵۰۹ | طرحواره‌های مربوط به ظاهر - (ASI).....   |
| ۵۱۲ | طرحواره‌های مربوط به ظاهر - (ASI-R)..... |

### فصل چهاردهم: ۵۱۵

|     |                      |
|-----|----------------------|
| ۵۱۷ | مقیاس عشق آتشین..... |
|-----|----------------------|

|     |   |
|-----|---|
| ۵۲۲ | عزت‌نفس.....  |
| ۵۲۴ | پرسشنامه عملکرد شغلی - پاترسون.....                   |
| ۵۲۶ | پرسشنامه عزت‌نفس هری.....                             |
| ۵۲۸ | پرسشنامه عزت‌نفس کوپر اسمیت.....                      |
| ۵۳۲ | شاخص عملکرد جنسی زنان.....                            |
| ۵۳۷ | پرسشنامه عزت‌نفس الیس پوپ.....                        |
| ۵۴۰ | پرسشنامه عادت‌های مطالعه.....                         |
| ۵۴۳ | پرسشنامه عزت‌نفس روزنبرگ.....                         |
| ۵۴۶ | پرسشنامه عادت‌های غذا خوردن و فعالیت‌های خانواده..... |

### فصل پانزدهم: ۵۵۳

|     |  |
|-----|--|
| ۵۵۵ | فرم اولیه پرسشنامه فراشناخت.....               |
| ۵۵۸ | مقیاس فرزندپروری یانگ.....                     |
| ۵۶۳ | پرسشنامه فرزندپروری آلاباما (فرم والدین).....  |
| ۵۶۷ | شیوه‌های فرزند پروری بامریند.....              |
| ۵۷۰ | پرسشنامه فرسودگی شغلی مسلش.....                |
| ۵۷۴ | پرسشنامه فعالیت و غذا خوردن اعضای خانواده..... |

### فصل شانزدهم: ۵۷۹

|     |  |
|-----|--|
| ۵۸۱ | پرسشنامه کیفیت زندگی.....                        |
| ۵۸۵ | پرسشنامه کنترل عواطف - (ACS).....                |
| ۵۸۸ | پرسشنامه کیفیت زندگی بیماران مبتلا به دیابت..... |
| ۵۹۱ | پرسشنامه کیفیت ارتباط ادراک شده.....             |

### فصل هفدهم: ۵۹۳

|     |  |
|-----|--|
| ۵۹۵ | پرسشنامه مثلث شناختی بکهام و همکاران (CTI).....  |
| ۶۰۰ | پرسشنامه مقابله با استرس.....                    |
| ۶۰۶ | مقابله با موقعیت استرس‌زا - (CISS).....          |
| ۶۱۰ | پرسشنامه مسئولیت‌پذیری.....                      |
| ۶۱۳ | پرسشنامه میزان مهارت ارتباطی بزرگسالان.....      |
| ۶۱۶ | چک لیست مهارت‌های مقابله‌ای: (COPE).....         |
| ۶۲۱ | مقیاس منبع کنترل.....                            |
| ۶۲۵ | پرسشنامه منبع کنترل سلامت.....                   |
| ۶۲۹ | پرسشنامه شاخص مقابله خانواده.....                |
| ۶۳۳ | پرسشنامه شرایط شرم‌آور و پاسخ‌های مقابله‌ای..... |

### فصل هجدهم: ۶۳۷

|     |   |
|-----|---|
| ۶۳۹ | مقیاس ناسازگاری در ازدواج.....                |
| ۶۴۲ | مقیاس ناامیدی بک.....                         |
| ۶۴۷ | مقیاس ناتوانی کم‌درد کبک.....                 |
| ۶۴۹ | پرسشنامه نیازهای صمیمیت زناشویی باگاروزی..... |
| ۶۵۶ | پرسشنامه نظم‌جویی شناختی هیجان.....           |
| ۶۶۰ | پرسشنامه نگرش به خوردن.....                   |
| ۶۶۲ | شاخص ناپایداری ازدواج.....                    |

### فصل نوزدهم: ۶۶۵

|     |                                      |
|-----|--------------------------------------|
| ۶۶۷ | مقیاس وسواس فکری عملی ییل براون..... |
|-----|--------------------------------------|

### فصل بیستم: ۶۶۹

|     |                                |
|-----|--------------------------------|
| ۶۷۱ | هوش هیجانی بار - آن.....       |
| ۶۷۶ | مقیاس هیجان‌خواهی زاگرمین..... |
| ۶۸۲ | پرسشنامه هراس اجتماعی.....     |
| ۶۸۵ | پرسشنامه هوش هیجانی شرینگ..... |
| ۶۸۹ | پرسشنامه هوش اخلاقی.....       |
| ۶۹۳ | پرسشنامه هوش اجتماعی.....      |

## فهرست آزمون‌ها طبق حروف الفبا

### فصل اول: الف

| کد      | نام آزمون                                    | گویه‌ها | طراح                       |
|---------|--|---------|----------------------------|
| الف/۱۰۱ | احساس تنهایی (UCLA)                          | ۲۰      | راسل - ۱۹۹۶                |
| الف/۱۰۲ | افکار اضطراب سخنرانی (SATI)                  | ۲۳      | کو و همکاران - ۲۰۰۴        |
| الف/۱۰۳ | اضطراب اجتماعی نوجوانان (SASA)               | ۲۸      | پاکلک و ویدک - ۲۰۰۸        |
| الف/۱۰۴ | احساس فشارروانی مارکهام                      | ۳۶      | اورسولا مارکهام - ۱۹۹۲     |
| الف/۱۰۵ | انگیزش درونی                                 | ۴۵      | راین - ۱۹۸۲                |
| الف/۱۰۶ | افسردگی، اضطراب، استرس (DASS)                | ۲۱      | لاوبوند - ۱۹۹۵             |
| الف/۱۰۷ | استرس شغلی (HSE)                             | ۳۵      | سازمان بهداشت جهانی انگلیس |
| الف/۱۰۸ | اضطراب اجتماعی جسمانی                        | ۱۲      | هارت و همکاران - ۱۹۸۹      |
| الف/۱۰۹ | پرسشنامه استدلال اخلاقی رست و همکاران (۱۹۷۳) | ۳۶      | رست و همکاران ۱۹۷۳         |
| الف/۱۱۰ | استرس ادراک شده (PSS)                        | ۱۴      | کوهن - ۱۹۸۳                |
| الف/۱۱۱ | ابزار پیوند والدینی پارکر                    | ۲۵      | پارکر و همکاران - ۱۹۸۹     |
| الف/۱۱۲ | افسردگی زونگ                                 | ۲۰      | زونگ - ۱۹۷۲                |
| الف/۱۱۳ | افسردگی نوجوانان کوتچر                       | ۱۱      | کوتچر - ۲۰۰۲               |
| الف/۱۱۴ | اضطراب امتحان فریدبن                         | ۲۳      | فریدبن و جاکوب - ۱۹۹۷      |
| الف/۱۱۵ | افسردگی بک                                   | ۲۱      | بک و همکاران ۱۹۶۱          |
| الف/۱۱۶ | ارزیابی تصویر بدنی                           | ۹       | تامپسون و همکاران ۱۹۹۵     |
| الف/۱۱۷ | احساس مثبت نسبت به همسر                      | ۱۷      | البیری و همکاران ۱۹۷۵      |
| الف/۱۱۸ | اضطراب آشکار کودکان                          | ۴۲      | کاستندا و همکاران ۱۹۶۵     |
| الف/۱۱۹ | اضطراب و افسردگی کودکان                      | ۴۷      | چورپیتا ۲۰۰۰               |
| الف/۱۲۰ | استفاده وسواسی از اینترنت                    | ۱۴      | میرکرک و همکاران ۲۰۰۷      |
| الف/۱۲۱ | اعتیاد به اینترنت                            | ۲۰      | یانگ ۱۹۹۶                  |
| الف/۱۲۲ | انتظار از ازدواج                             | ۴۰      | جونز و نلسون ۱۹۹۶          |
| الف/۱۲۳ | اضطراب                                       | ۱۴      | هامیلتون ۱۹۵۹              |
| الف/۱۲۴ | استرس شغلی                                   | ۳۶      | استاینمر ۱۹۷۷              |
| الف/۱۲۵ | انگیزه پیشرفت                                | ۲۹      | هرمنس ۱۹۷۷                 |
| الف/۱۲۶ | اضطراب                                       | ۲۱      | بک ۱۹۸۸                    |
| الف/۱۲۷ | امید   | ۱۲      | استایدر ۱۹۹۱               |

| کد      | نام آزمون                | گویه‌ها | طراح                     |
|---------|--------------------------|---------|--------------------------|
| الف/۱۲۸ | افسردگی سالمندان         | ۱۵      | یاسا.اکیو و همکاران ۱۹۸۲ |
| الف/۱۲۹ | الگوهای ارتباطی زوجین    | ۳۵      | کریستین و سولاوای ۱۹۸۴   |
| الف/۱۳۰ | اعتماد در روابط بین فردی | ۱۸      | رمپل و همکاران ۱۹۸۶      |
| الف/۱۳۱ | اعتماد در روابط بین فردی | ۱۷      | رمپل و همکاران ۱۹۸۶      |
| الف/۱۳۲ | ارزیابی حمایت بین فردی   | ۴۰      | کوهن و همکاران ۱۹۸۵      |
| الف/۱۳۳ | اضطراب پیشرفت            | ۱۹      | آپرت و هابر ۱۹۶۰         |
| الف/۱۳۴ | انتخاب مواد غذایی        | ۳۶      | استپتو و همکاران ۱۹۹۵    |

## مقیاس احساس تنهایی

مقیاس احساس تنهایی<sup>۱</sup> در سال ۱۹۸۰ توسط راسل، پیلاو و کورتانو در دانشگاه لوس آنجلس کالیفرنیا ساخته شد. پرسشنامه احساس تنهایی (نسخه سوم) به عنوان اولین آزمون احساس تنهایی در سال ۱۹۷۸ توسط راسل، پیلاو و فرگوسن در دانشگاه کالیفرنیا ساخته شد. علیرغم اعتبار و پایایی مناسبی که برای این مقیاس گزارش شده بود، برای رفع برخی نواقص، راسل و همکاران در سال ۱۹۸۰، نسخه تجدیدنظر شده‌ای از فرم اولیه را ارائه دادند. این مقیاس، بار دیگر توسط راسل در سال ۱۹۹۶ مورد تجدیدنظر قرار گرفت. او در نسخه سوم عبارت‌های آزمون و نحوه پاسخ‌گویی به آن را ساده‌تر کرد و محتوای ماده چهارم آزمون را از منفی به مثبت تغییر داد. همچنین مواد آزمون را به گونه‌ای طراحی کرد که بتوان آن را از طریق مصاحبه نیز اجرا و گزارش نمود. نحوه بیان یکسان گویه‌ها در آزمون اول که احتمال سوگیری در پاسخ‌دهی را به وجود می‌آورد، سازندگان را واداشت تا آزمون را مورد تجدیدنظر قرار دهند. نسخه نهایی بر اساس ضرایب همبستگی هر ماده با نمره کلی آزمون که بالاتر از ۰/۴۰ بود، تهیه شد. مقیاس شامل ۱۰ گویه مثبت و ۱۰ گویه منفی می‌باشد که در طیف لیکرت ۴ درجه‌ای (هرگز تا همیشه) پاسخ داده می‌شود. آزمودنی به صورت گزارش فردی تطابق هر یک از مواد آزمون را با حالت‌های خود در مقیاس چهار گزینه‌ای از نوع لیکرت مشخص می‌کند.

### ویژگی‌های روان‌سنجی

سازندگان در هر بار در یک گروه نمونه دانشجویی، ضریب آلفای برابر با ۰/۹۴ برای مقیاس به دست آورده‌اند. در بررسی طراحی مقیاس، میان نمره احساس تنهایی و نمره آزمون افسردگی بک، ضریب همبستگی ۰/۶۲ با نمره زیرمقیاس اضطراب کاستلو و کومری، ۰/۳۲ و با زیرمقیاس افسردگی مقیاس ۰/۵۵ به دست آمده است. این مقیاس در چهار گروه دانشجویان، پرستاران، معلمان و افراد مسن اجرا شده است، و دامنه آلفا از ۰/۸۹ تا ۰/۹۴ به دست آمده است و ضریب اعتبار بازآزمایی به فاصله یک سال برابر ۰/۷۳ گزارش شده است (راسل، ۱۹۹۶). همچنین راسل، پیلاو و کورتانو (۱۹۸۰) پایایی این آزمون را در بازآزمایی مجدد ۰/۷۸ گزارش کردند.

لتیسا و همکاران (۱۹۸۰)، به نقل از میردریکوند، (۱۳۷۸) برای ارزیابی پایایی، این مقیاس را روی ۲۳۷ دانشجوی اجرا کردند که دارای پایایی ۰/۹۴ بود. در مطالعات لتیسا و همکاران (۱۹۸۰)، به نقل از میردریکوند، (۱۳۷۸) همبستگی مقیاس‌های جدید و اصلی ۰/۹۱ گزارش شد. همچنین با توجه به ارتباط معناداری که مقیاس اصلی با اضطراب و افسردگی داشت و روی آزمودنی‌ها به اجرا درآمد، همبستگی‌های قابل ملاحظه‌ای بین نمرات احساس تنهایی و سیاهه افسردگی بک (۰/۴۰ و ۰/۵۰) و آزمون کوپراسمیت، جونز و دیگران یافت شده است. از سویی در بررسی‌های جونز (۱۹۸۳) به نقل از حق‌شناس (۱۳۸۸) احساس تنهایی با افسردگی  $r=0/41$  و اضطراب  $r=0/35$  ارتباط معنی‌داری دارد.

ضریب پایایی مقیاس در پژوهش دهشیری، برجعلی، شیخی و حبیبی عسکرآباد (۱۳۸۷) ۰/۷۵ گزارش شد. در پژوهش داورپناه (۱۳۷۲) ضریب همسانی درونی ۰/۷۸ گزارش شد. همچنین در این پژوهش وجود ۴ عامل در مقیاس تشخیص داده شد. این عوامل "انزوا" (شامل گویه‌های ۱۸، ۱۴، ۱۳، ۱۱)، "اجتماعی بودن" (شامل گویه‌های ۱، ۵، ۶، ۹، ۱۰، ۱۵، ۱۶، ۱۹، ۲۰)، "نداشتن فردی صمیمی" (گویه‌های ۲، ۳، ۷) و "نداشتن احساس تنهایی" (گویه ۴) نام‌گذاری شدند.

1. UCLA Loneliness Scale

## نمره‌گذاری

روش نمره‌گذاری مقیاس تجدیدنظر شده UCLA به صورت مقیاس لیکرت می‌باشد که از هرگز (نمره ۱) تا اغلب (نمره ۴) نمره‌گذاری می‌شود. قبل از نمره‌گذاری، نمره پاسخ‌های داده شده به گویه‌های ۱، ۴، ۵، ۶، ۹، ۱۰، ۱۵، ۱۶، ۱۹ و ۲۰ معکوس می‌شود. نمره فرد به وسیله مجموع اعداد گویه‌ها در تمامی موارد به دست می‌آید. حداقل نمره ممکن ۲۰ و حداکثر آن ۸۰ می‌باشد و نمره بیشتر بر شدت احساس تنهایی دلالت می‌کند.

## منابع

حق‌شناس، فریبا. (۱۳۸۸). اعتباریابی مقیاس تکانشگری بارت و رابطه تکانشگری و احساس تنهایی با میزان استفاده از تلفن همراه در دانشجویان (دختر و پسر) دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی.

داورپناه، فروزنده. (۱۳۷۲). هنجاریابی نسخه تجدیدنظر شده مقیاس احساس تنهایی برای دختران ۱۲ تا ۱۸ ساله در تهران پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، تهران، دانشگاه علامه طباطبایی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی.

دهشیری، غلامرضا، برجعلی، احمد، شیخی، منصوره، حبیبی عسگرآبادی، مجتبی. (۱۳۸۶). ساخت و اعتباریابی مقیاس احساس تنهایی در بین دانشجویان. مجله روانشناسی، ۴۷، ۲۸۲-۲۹۶.

میردریکوند، فضل‌اله. (۱۳۷۸). بررسی احساس تنهایی با عملکرد تحصیلی، اضطراب، افسردگی و عزت‌نفس در دانش‌آموزان پسر مدرسه راهنمایی شهرستان پلدخت. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه شهید چمران اهواز.

Russell, D, Peplau, L. A., & Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42, 290-294.

Russell, D, Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminate validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.

Russell, D. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66, 20-40

## پرسشنامه مقیاس احساس تنهایی

| ردیف | گویه  | هرگز | به ندرت | گاهی | اغلب |
|------|---|------|---------|------|------|
| ۱    | آیا احساس می‌کنید با افراد دوروبرتان خودمانی و سازگار هستید.                |      |         |      |      |
| ۲    | آیا احساس می‌کنید دوست و همدلی ندارید.                                      |      |         |      |      |
| ۳    | آیا احساس می‌کنید کسی را ندارید که به او رو بیاورید.                        |      |         |      |      |
| ۴    | آیا احساس می‌کنید، تنها هستید.  |      |         |      |      |
| ۵    | آیا خود را جزئی از گروه دوستان احساس می‌کنید.                               |      |         |      |      |
| ۶    | آیا احساس می‌کنید با افراد دوروبرتان نقطه مشترک زیادی دارید.                |      |         |      |      |
| ۷    | آیا احساس می‌کنید به هیچ‌کس نزدیک نیستید.                                   |      |         |      |      |
| ۸    | آیا احساس می‌کنید با اطرافیان‌تان، علایق و افکار مشترکی ندارید.             |      |         |      |      |
| ۹    | آیا با دیگران راحت می‌جوшید.  |      |         |      |      |
| ۱۰   | آیا خودتان را به دیگران نزدیک احساس می‌کنید.                                |      |         |      |      |
| ۱۱   | آیا احساس می‌کنید کنار گذاشته شده‌اید.                                      |      |         |      |      |
| ۱۲   | روابط اجتماعی من سطحی می‌باشد.  |      |         |      |      |
| ۱۳   | آیا احساس می‌کنید هیچ‌کس واقعاً شما را درک نمی‌کند.                         |      |         |      |      |
| ۱۴   | آیا احساس می‌کنید منزوی شده‌اید.  |      |         |      |      |
| ۱۵   | آیا احساس می‌کنید هر وقت بخواهید، می‌توانید برای خودتان هم‌صحبتی پیدا کنید. |      |         |      |      |
| ۱۶   | آیا احساس می‌کنید کسانی هستند که واقعاً شما را درک کنند.                    |      |         |      |      |
| ۱۷   | آیا احساس کمرویی می‌کنید.   |      |         |      |      |
| ۱۸   | آیا احساس می‌کنید دوروبرتان پر از آدم است، ولی کسی با شما صمیمی نیست.       |      |         |      |      |
| ۱۹   | آیا احساس می‌کنید کسانی هستند که بتوانید با آنها صحبت کنید                  |      |         |      |      |
| ۲۰   | آیا احساس می‌کنید افرادی هستند که بتوانید به آنها رو بیاورید.               |      |         |      |      |



## پرسشنامه افکار اضطراب سخنرانی

ادراک فرد نقش مهمی در گسترش، پایداری و درمان اضطراب سخنرانی دارد. کو و همکاران (۲۰۰۴) بر این باورند که در حال حاضر ابزارهای کمی وجود دارند که بتواند افکار مرتبط با اضطراب سخنرانی را ارزیابی کند. نظریه‌های موجود در فرضیه اختلال اجتماعی نیز تأکید دارند که این اختلال با ارزیابی منفی ادراک شده از سوی دیگران، خودارزیابی منفی و سوگیری در پردازش اطلاعات ارتباط دارد (کلارک و مک مانوس، ۲۰۰۲؛ فوآ، فرانکلین و کوزاک، ۲۰۰۱). بنابراین گزارش شده است که میزان شیوع آن از ۲۰٪ (کو و وان، ۱۹۹۷) تا ۳۴٪ (استین و همکاران، ۱۹۹۶) می‌باشد. بنابراین با وجود شواهد بسیار در تأیید اهمیت ارزیابی شناخت در اضطراب سخنرانی ابزارهای کمی برای ارزیابی مولفه‌های شناختی مرتبط با اضطراب سخنرانی در دسترس است. سیاه افکار اضطراب سخنرانی<sup>۱</sup> یک ابزار ۲۳ گویه‌ای است که توسط کو، اسمیت و تلچ (۲۰۰۴) برای ارزیابی ادراک ناسازگارانه مرتبط با اضطراب سخنرانی در کشور کره طراحی شده است. از پاسخ‌دهندگان خواسته می‌شود میزان اضطراب خود را هنگام سخنرانی در یک مکان عمومی بیان کنند. این ابزار دو زیر مقیاس دارد که عبارتند از "پیش‌بینی عملکرد ضعیف" و "ترس از ارزیابی منفی" که زیر مقیاس اول شامل ۱۳ گویه و زیر مقیاس دوم شامل ۱۰ گویه می‌باشد. به منظور طراحی گویه‌ها ابزار ۳۲ گویه‌ای طراحی شد. این گویه‌ها مربوط به افکار ناکارآمد ۳۵ بیمار مبتلا به هراس اجتماعی در طول درمان شناختی رفتاری (کو، وان و یو، ۲۰۰۰) و افکار گزارش شده توسط ۱۴۰ دانشجوی مبتلا به اضطراب سخنرانی (کو، ۲۰۰۱) می‌شدند. پس از بررسی اولیه گویه‌هایی که مبهم بودند، ویرایش یا حذف شدند. در نهایت ۲۳ گویه مورد تحلیل قرار گرفت که دو عامل به دست آمد که هر دو با هم ۱/۳۰ (۰/۵) از واریانس را تبیین می‌کردند. ارزش ویژه عوامل به ترتیب ۹/۸۱ و ۱/۹۹ به دست آمد. همبستگی بین دو عامل نیز ۰/۶۴ بود.

### ویژگی‌های روان‌سنجی

همبستگی تصحیح شده کل آزمون از ۰/۵ تا ۰/۷ (همگی  $PS < ۰/۰۰۱$ ) حاکی از اعتبار بالای گویه‌ها است. همسانی درونی برای کل مقیاس ( $R = ۰/۹۴$ ) و برای زیر مقیاس ۱ ( $R = ۰/۹۱$ ) و زیر مقیاس ۲ ( $R = ۰/۸۹$ ) به دست آمده و بالا بود. میانگین کل مقیاس ۵۳/۴۴ (انحراف استاندارد = ۱۶/۶۰) است. میانگین زیر مقیاس ۱ و ۲ به ترتیب ۳۰/۱۲ (انحراف استاندارد = ۱۰/۳۲) و ۲۳/۳۳ (انحراف استاندارد = ۷/۷۹) گزارش شد. ضریب اعتبار بازآزمایی برای هر دو زیر مقیاس ۰/۷۳ و ۰/۶۴ در یک فاصله ۴ هفته‌ای بود. روایی و پایایی این پرسشنامه در ایران توسط ملیحه علی‌آقایی و گلچین (۱۳۹۳)، مورد بررسی قرار گرفت که نتایج به قرار زیر می‌باشد. همانگونه که ملاحظه می‌شود، در جدول ۱ مشخصه‌های آماری ۲۳ گویه آزمون و نمره کل و همبستگی هر گویه با نمره کل و تأثیر حذف هر یک از گویه‌ها در آلفای کرونباخ نشان داده شده است.

مشخصه‌های آماری گویه‌ها و نمره کل آزمون، همبستگی گویه‌ها با نمره کل و تأثیر حذف هر یک از گویه‌ها در آلفای کرونباخ (n= ۱۷۲)

| شماره | میانگین | انحراف استاندارد | همبستگی با نمره کل | آلفای کرونباخ در صورت حذف گزاره | شماره | میانگین | انحراف استاندارد | همبستگی با نمره کل | آلفای کرونباخ در صورت حذف گزاره |
|-------|---------|------------------|--------------------|---------------------------------|-------|---------|------------------|--------------------|---------------------------------|
| ۱     | ۲/۳۸    | ۱/۳۸             | ۰/۵۴۵              | ۰/۹۰                            | ۱۳    | ۱/۹۸    | ۱/۲۱             | ۰/۴۳۵              | ۰/۹۱                            |
| ۲     | ۱/۸۶    | ۱/۰۴             | ۰/۳۶۷              | ۰/۹۱                            | ۱۴    | ۲/۷۵    | ۱/۴۳             | ۰/۵۸۴              | ۰/۹۰                            |
| ۳     | ۱/۴۴    | ۰/۸۴             | ۰/۴۰۷              | ۰/۹۱                            | ۱۵    | ۲/۳۷    | ۱/۳۳             | ۰/۶۵۸              | ۰/۹۰                            |
| ۴     | ۲/۳۳    | ۱/۲۷             | ۰/۶۹۹              | ۰/۹۰                            | ۱۶    | ۲/۶۲    | ۱/۳۷             | ۰/۵۸۶              | ۰/۹۰                            |
| ۵     | ۲/۳۰    | ۱/۳۳             | ۰/۵۴۹              | ۰/۹۰                            | ۱۷    | ۱/۹۱    | ۱/۱۸             | ۰/۶۱۲              | ۰/۹۰                            |
| ۶     | ۲/۵۵    | ۱/۴۱             | ۰/۶۴۰              | ۰/۹۰                            | ۱۸    | ۲/۰۲    | ۱/۲۵             | ۰/۵۷۸              | ۰/۹۰                            |
| ۷     | ۳/۲۳    | ۱/۵۳             | ۰/۶۳۹              | ۰/۹۰                            | ۱۹    | ۱/۶۸    | ۱/۰۸             | ۰/۴۴۱              | ۰/۹۱                            |
| ۸     | ۱/۷۴    | ۱/۱۱             | ۰/۵۳۴              | ۰/۹۰                            | ۲۰    | ۲/۲۷    | ۱/۲۸             | ۰/۵۱۸              | ۰/۹۰                            |
| ۹     | ۲/۱۳    | ۱/۲۴             | ۰/۴۶۶              | ۰/۹۱                            | ۲۱    | ۳/۴۶    | ۱/۵۷             | ۰/۳۷۹              | ۰/۹۱                            |
| ۱۰    | ۲/۴۲    | ۱/۳۵             | ۰/۵۵۹              | ۰/۹۰                            | ۲۲    | ۲/۹۸    | ۱/۵۴             | ۰/۵۶۷              | ۰/۹۰                            |
| ۱۱    | ۲/۰۹    | ۱/۱۸             | ۰/۵۳۹              | ۰/۹۰                            | ۲۳    | ۲/۱۶    | ۱/۲۹             | ۰/۶۵۹              | ۰/۹۰                            |
| ۱۲    | ۱/۴۵    | ۰/۸۹             | ۰/۲۸۴              | ۰/۹۱                            |       |         |                  |                    |                                 |

ضریب آلفای کرونباخ کل برای مقیاس برابر با ۰/۹۱ با میانگین ۵۲/۲۳ و انحراف استاندارد ۱۷/۲۷ به دست آمد. همچنین ضرایب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس پیش‌بینی عملکرد ضعیف ۰/۸۸ با میانگین ۲۷/۳۳ و انحراف استاندارد ۱۰/۲۲ و برای زیرمقیاس ترس از ارزیابی منفی ۰/۸۵ با میانگین ۲۶/۴۷ و انحراف استاندارد ۹/۲۷ می‌باشد. درستی محتوای پرسشنامه نیز پس از ترجمه توسط متخصصان روان‌شناس در این حوزه مورد تأیید قرار گرفت. به منظور بررسی تعیین درستی سازه پرسشنامه از همبستگی مقیاس افکار اضطراب سخنرانی با خودآدربخشی ادراک شده اجتماعی استفاده شد که ضریب همبستگی پیرسون برابر با ۰/۸۱ ( $P < ۰.۰۵$ )، بود که تأییدکننده روایی همگرایی آن می‌باشد.

### شیوه نمره‌گذاری

پاسخ‌دهندگان پرسشنامه در یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای میزان باور خود را بین "اصلاً قبول ندارم = ۱"، "کمی قبول ندارم = ۲"، "نظری ندارم = ۳"، "کمی قبول دارم = ۴"، "کاملاً قبول دارم = ۵" بیان می‌کنند. دامنه نمرات این ابزار از ۲۳ تا ۱۱۵ می‌باشد.

|                                    |  |
|------------------------------------|--|
| ۲۳-۲۲-۲۰-۱۹-۱۸-۱۷-۱۵-۱۲-۱۰-۴-۳-۲-۱ | گویه‌های زیر مقیاس پیش‌بینی عملکرد ضعیف در سخنرانی |
| ۲۱-۱۶-۱۴-۱۳-۱۱-۹-۸-۷-۶-۵           | گویه‌های زیر مقیاس ترس از ارزیابی منفی             |

- Cho, Y. (2001). Cognitive assessment of speech anxiety: development and validation of an automatic thoughts questionnaire. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 19, 831–851.
- Cho, Y., & Won, H. (1997). Cognitive assessment of social anxiety: a study on the development and validation of the social interaction self-efficacy scale. *Issues in Psychological Research*, 4, 397–434.
- Cho, Y., Won, H., & Pyo, K. (2000). The effect of group cognitive therapy for social phobia. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 19, 181–206.
- Clark, D. M., & McManus, F. (2002). Information processing in social phobia. *Biological Psychiatry*, 51, 92–100.
- Foa, E. B., Franklin, M. E., & Kozak, M. J. (2001). Social phobia: an information-processing perspective. In S. G. Hofmann, & P. M. DiBartolo (Eds.), *From social anxiety to social phobia: Multiple perspectives* (pp. 268–280). Allyn and Bacon: Boston.
- Cho, Y., Smits., Telch, M.J. (2004). The Speech Anxiety Thoughts Inventory: scale development and preliminary psychometric data. *Behaviour Research and Therapy*. 42, 13–25
- Stein, M. B., Walker, J. R., & Forde, D. R. (1996). Public speaking fears in a community sample: prevalence, impact on functioning, and diagnostic classification. *Archives of General Psychiatry*, 53, 169–174.

## پرسشنامه افکار اضطراب سخنرانی

**دستورالعمل:** این پرسشنامه افکار شما نسبت به سخنرانی کردن در جمع را مورد بررسی قرار می‌دهد. لطفاً هر عبارت را به دقت بخوانید و میزان موافقت یا مخالفت خود را با هر یک از عبارات از ۱ (اصلاً قبول ندارم) تا ۵ (کاملاً قبول دارم) علامت بزنید. تصور کنید در یک مکان در حال سخنرانی هستید.

| ۵                | ۴             | ۳          | ۲              | ۱                |
|------------------|---------------|------------|----------------|------------------|
| کاملاً قبول دارم | کمی قبول دارم | نظری ندارم | کمی قبول ندارم | اصلاً قبول ندارم |

۱. هنگام سخنرانی زبانم بند می‌آید.
۲. سخنرانی‌ام تأثیری بر شنوندگان نمی‌گذارد.
۳. سخنرانی‌ام نامفهوم می‌شود.
۴. نمی‌توانم به خوبی دیگران سخنرانی کنم.
۵. وقتی دیگران به سخنرانی‌ام توجه ندارند، فکر می‌کنم شنوندگان مرا حقیر می‌پندارند.
۶. اگر سخنرانی‌ام ضعیف باشد، شنوندگان از من به بدی یاد خواهند کرد.
۷. اگر هنگام سخنرانی، صدایم بلرزد، خیلی بد می‌شود.
۸. اگر اشتباه کنم، شنوندگان فکر می‌کنند، خنگ هستم.
۹. اگر موقع سخنرانی مضطرب شوم، شنوندگان مرا دوست نخواهند داشت.
۱۰. اگر مرا برای صحبت کردن دعوت کنند، نمی‌دانم چه بگویم.
۱۱. اگر خوب سخنرانی نکنم، شنوندگان مرا طرد می‌کنند.
۱۲. هنگام سخنرانی هرچه بگویم، احمقانه خواهد بود.
۱۳. وحشتناک است، اگر دیگران فکر کنند من باهوش نیستم.
۱۴. اگر هنگام سخنرانی‌ام اشتباه کنم، خیلی بد می‌شود.
۱۵. نمی‌توانم اضطرابم را کنترل کنم.
۱۶. خیلی بد می‌شود اگر مردم بفهمند، مضطرب هستم.
۱۷. به نظر شنوندگان، رفتارم ناشیانه خواهد بود.
۱۸. نمی‌توانم سخنرانی خوبی داشته باشم.
۱۹. نمی‌توانم سخنرانی‌ام را کامل کنم.
۲۰. در هنگام سخنرانی، ذهنم خالی می‌شود.
۲۱. باید برای کسب تأیید شنوندگان سخنرانی خوبی داشته باشم.
۲۲. نگرانم که از من بخواهند سخنرانی کنم.
۲۳. در هنگام سخنرانی، نمی‌توانم به پرسش‌های شنوندگان پاسخ دهم.

## اضطراب اجتماعی نوجوانان

مقیاس اضطراب اجتماعی نوجوانان<sup>۱</sup> (SASA) توسط پاکلک و ویدک (۲۰۰۸) طراحی شده است. این مقیاس شامل ۲۸ گویه است که نگرانی‌ها، ترس‌ها و رفتارهای اجتنابی نوجوانان را در موقعیت‌های اجتماعی مختلف، مانند تعامل با دوستان و تعامل در مدرسه اندازه‌گیری می‌کند. گویه‌ها در یک مقیاس ۵ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شوند. که شامل دو بعد می‌باشد. بعد شناختی ترس از ارزشیابی منفی، ترس‌ها، نگرانی‌ها و انتظار ارزشیابی‌های منفی احتمالی از طریق همسالان را اندازه‌گیری می‌کند. زیر مقیاس تنش و بازداری در برخورد اجتماعی نیز تنش، تنش‌زدایی، صحبت یا بازداری و آمادگی برای مواجهه با موقعیت‌های اجتماعی مختلف مانند برخورد با افراد آشنا و ناآشنا، همسالان، غیرهمجنس و شرکت در بحث‌های کلامی را اندازه‌گیری می‌کند.

### ویژگی‌های روان‌سنجی

پژوهش‌های مختلف به بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی این مقیاس پرداخته‌اند. به طوری که الگوی تک عاملی برازش قابل قبولی با داده‌ها نشان داد، اما الگوی دو عاملی برازش بهتری با داده‌ها داشت. این دو عامل شامل ابعاد شناختی درک و ترس از ارزیابی منفی و رفتاری تنش و بازداری در تماس اجتماعی می‌باشد. بیم و ترس از ارزشیابی منفی (بعد شناختی) شامل ۱۵ گویه و تنش و بازداری در برخورد اجتماعی (بعد رفتاری) ۱۳ گویه می‌باشد.

این مقیاس ابتدا روی نمونه‌ای متشکل از ۳۲۵ نوجوان اسلونیایی انجام شده است (پاکلک و ویدمار، ۲۰۰۰). که در پژوهش آنها دو عامل درک و ترس از ارزیابی منفی (AFNE) و تنش و بازداری در برخوردهای اجتماعی (TISC) به دست آمد. گویه‌های مقیاس اول ترس و نگرانی نوجوانان درباره ارزیابی‌های منفی به وسیله همسالان و حضار شنونده و گویه‌های عامل دوم تنش یا آرمیدگی اجتماعی، صحبت یا بازداری رفتاری در برخوردهای اجتماعی و آمادگی برای مواجهه اجتماعی را در بردارد (پاکلک، ۲۰۰۴). همسانی درونی این زیرمقیاس‌ها در مطالعات مختلف (پاکلک و ویدمار، ۲۰۰۰؛ پاکلک، ۲۰۰۴؛ پاکلک و ویدک، ۲۰۰۸) تأیید شده است. یافته‌های پژوهشی، گارسیا-لوپزف اولیوراس، هیدالگو، بیدل و ترنر (۲۰۰۱)، زو، سو، اینگلز، هیدالگو و لاگراکا (۲۰۰۸)، پاکلک و ویدک (۲۰۰۸)، نشان می‌دهند که SASA برای اندازه‌گیری اضطراب نوجوانان از توان بالایی برخوردار است.

در ایران نیز نتایج پژوهش خدایی، شکری، پاکلک، گراوند، و طولابی (۱۳۹۰) نشان داد که این پرسشنامه از دو عامل تشکیل شده است. نتایج تحلیل عاملی تأییدی نشان داد الگوی تک عاملی برازش قابل قبولی با داده‌ها نشان داد، اما الگوی دو عاملی برازش بهتری با داده‌ها داشت. ضرایب آلفا برای زیر مقیاس‌های بیم و ترس از ارزیابی منفی و تنش و بازداری در برخورد اجتماعی و نمره کلی اضطراب اجتماعی به ترتیب با ۰/۸۴، ۰/۶۸ و ۰/۸۳ به دست آمد. برای بررسی اعتبار بازمایمی ۱۲۰ دانش‌آموز با فاصله زمانی دو هفته پرسشنامه را تکمیل کردند که ضریب همبستگی برای زیرمقیاس‌های درک و ترس از ارزشیابی منفی و تنش و بازداری در برخورد اجتماعی و نمره کلی به ترتیب برابر ۰/۷۷، ۰/۷۱ و ۰/۶۰ به دست آمد. برای بررسی روایی همگرا همبستگی بین نمره کلی ترس از ارزیابی منفی و این پرسشنامه و زیرمقیاس‌ها بررسی شد که به ترتیب ۰/۱۲، ۰/۱۴ و ۰/۱۱ بودند.

1. Social Anxiety Scale for Adolescents

## نمره‌گذاری

گویه‌ها در یک مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شوند. ابتدا گویه‌های ۳-۴-۱۲-۱۷-۲۱-۲۵-۲۶-۲۷ و ۲۸ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. سپس نمرات زیرمقیاس‌ها محاسبه می‌شود. این پرسشنامه شامل دو زیرمقیاس است که نمره‌گذاری آن به صورت زیر می‌باشد:

۱. درک و ترس از ارزشیابی منفی: گویه‌های ۱-۳-۶-۹-۱۱-۱۳-۱۷-۱۹-۲۰-۲۲-۲۳-۲۴-۲۸.
۲. تنش و بازداری در برخورد اجتماعی: گویه‌های ۲-۴-۵-۷-۸-۱۰-۱۲-۱۴-۱۵-۱۶-۱۸-۲۱-۲۵-۲۶-۲۷.

## منابع

خدایی، علی. شکری، امید. پاکلک، ملیتا. گراوند، فریبرز. طولابی، سعید. (۱۳۹۰). ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس اضطراب اجتماعی نوجوانان. *مجله علوم رفتاری*. ۵، ۳، ۲۱۶-۲۰۹.

- García-López, L.J., Olivares, J., Hidalgo, M.D., Beidel, D.C., Turner, S. (2001). Psychometric properties of the social phobia and anxiety inventory, the social anxiety scale for adolescents, the fear of negative evaluation scale and the social avoidance and distress scale in an adolescent Spanish-speaking sample. *J Psychopathol Behav Assess*. 23:51-9.
- Puklek, M. (2004). Development of the two forms of social anxiety in adolescence. *Horizons Psychol*. 13:27-40.
- Puklek, M., Videc, M. (2008). Psychometric properties of the social anxiety scale for adolescents (SASA) and its relation to positive imaginary audience and academic performance in Slovene adolescents. *Studia Psychol*. 50(1):49-6.
- Puklek, M., Vidmar, G. (2000). Social anxiety in Slovene adolescence: Psychometric properties of a new measure, age differences and relations with self-consciousness and perceived incompetence. *Eur Rev Appl Psychol*. 50:249-58.
- Zhou, X., Xu, Q., Ingles, C.J., Hidalgo, M.D., La Greca, A.M. (2008). Reliability and validity of the Chinese version of the social anxiety scale for adolescents. *Child Psychiat Hum Dev*. 39(2):185-200.

## پرسشنامه اضطراب اجتماعی نوجوانان

| ردیف | عبارات   | ۱<br>کاملاً نادرست<br>است | ۲ | ۳ | ۴ | ۵<br>کاملاً<br>درست<br>است |
|------|--|---------------------------|---|---|---|----------------------------|
| ۱    | هنگام بحث و گفتگو در مدرسه با معلم و سایر همکلاسی‌ها، نظراتم را راحت بیان می‌کنم.  |                           |   |   |   |                            |
| ۲    | نگران شایعات درباره خودم هستم.   |                           |   |   |   |                            |
| ۳    | در مهمانی به راحتی می‌توانم به فرد ناآشنایی نزدیک شوم.                             |                           |   |   |   |                            |
| ۴    | نگران این هستم که یک فرد ناآشنا، در اولین برخورد چه ارزیابی از من خواهد داشت.      |                           |   |   |   |                            |
| ۵    | نگران این هستم که همسالان مرا دوست نداشته باشند.                                   |                           |   |   |   |                            |
| ۶    | در گفتگو با یک فرد ناآشنا، کمتر از او صحبت می‌کنم.                                 |                           |   |   |   |                            |
| ۷    | درباره انجام تکلیف جدید در حضور همسالان خود، نگران هستم.                           |                           |   |   |   |                            |
| ۸    | پس از انجام کاری، نگران موفقیت آن هستم.  |                           |   |   |   |                            |
| ۹    | در بحث‌های کلاسی، بیشتر از همکلاسی‌هایم صحبت می‌کنم.                               |                           |   |   |   |                            |
| ۱۰   | نگران این هستم که توسط همسالانم پذیرفته نشوم.                                      |                           |   |   |   |                            |
| ۱۱   | می‌توانم برای صحبت با هر یک از همکلاسی‌هایم، موضوع مشترکی بیابم.                   |                           |   |   |   |                            |
| ۱۲   | نگران صحبت کردن همسالانم در مورد خودم هستم.  |                           |   |   |   |                            |
| ۱۳   | دوست دارم در میان گروهی از افراد، مرکز توجه باشم.                                  |                           |   |   |   |                            |
| ۱۴   | احساس می‌کنم که همسالانم، ظاهر و رفتار مرا ارزیابی می‌کنند.                        |                           |   |   |   |                            |
| ۱۵   | در حین انجام کاری، نگران این هستم که موجب کسل شدن مخاطبان شوم.                     |                           |   |   |   |                            |
| ۱۶   | نگران این هستم که به حریم شخصی همسالان آشنا وارد شوم.                              |                           |   |   |   |                            |
| ۱۷   | در برخوردهایم با افراد غیرهمجنس، راحت هستم.  |                           |   |   |   |                            |
| ۱۸   | سعی می‌کنم در مقابل یک همسال ناآشنا، خودم را بهتر از آنچه واقعاً هستم، نشان دهم.   |                           |   |   |   |                            |
| ۱۹   | در برخورد و ایجاد ارتباط با همسالان ناآشنا، دچار مشکل هستم.                        |                           |   |   |   |                            |
| ۲۰   | می‌توانم نظر خود را به یک همسال ناآشنا، بیان کنم.                                  |                           |   |   |   |                            |
| ۲۱   | نگرانم که کارم ناموفق باشد.  |                           |   |   |   |                            |
| ۲۲   | در گروه همسالان آشنا، احساس راحتی می‌کنم.  |                           |   |   |   |                            |
| ۲۳   | در گروه همسالان ناآشنا، ترجیح می‌دهم، شنونده باشم تا گوینده.                       |                           |   |   |   |                            |
| ۲۴   | در مهمانی‌ها، احساس راحتی نمی‌کنم.   |                           |   |   |   |                            |
| ۲۵   | نگران عدم موفقیت‌هایی هستم که ممکن است پس از انجام کار در مقابل دیگران دیده شود.   |                           |   |   |   |                            |
| ۲۶   | نگران عدم موفقیت‌هایی هستم که می‌تواند باعث اذیت و مسخره کردن از سوی همسالانم شود. |                           |   |   |   |                            |
| ۲۷   | نگران این هستم که همسالانم فکر کنند، من بی‌کفایت هستم.                             |                           |   |   |   |                            |
| ۲۸   | حتی با کسانی که با من بسیار تفاوت دارند، راحت هستم.                                |                           |   |   |   |                            |

## احساس فشار روانی مارکهام

پرسشنامه احساس فشار روانی<sup>۱</sup> در سال ۱۹۹۲ توسط اورسولا مارکهام به منظور سنجش تنیدگی روانی و هیجانی ناشی از فشارزاهای محیطی با ۳۶ سؤال دو گزینه‌ای (بلی - خیر) تدوین گردید. در این پرسشنامه، از پاسخگو خواسته می‌شود تا نظر خود را نسبت به سؤال‌هایی که نشانگر وجود برخی از آشفتگی‌های روانی - هیجانی همچون ضعف حافظه، اضطراب و نگرانی، ناتوانی در تصمیم‌گیری، ترس از بیماری و غیره است، در قالب پاسخ‌های بلی - خیر بیان کند.

### ویژگی‌های روان‌سنجی

این پرسشنامه توسط وهابی، تازه آبادی و گنگانی مورد پژوهش قرار گرفته است. روایی و اعتبار این پرسشنامه در سطح جهان مورد تأیید قرار گرفته است (به نقل از گراث، ترجمه پاشا شریفی، نیکخو، ۱۳۷۳). این مقیاس روی گروهی از دانشجویان دوره‌های کارشناسی شهر تهران هنجاریابی شده است. ضریب اعتبار محاسبه شده برای این مقیاس با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ گزارش شده است (پاسالاری فیض‌آباد، ۱۳۸۶). ضریب پایایی این پرسشنامه در نمونه ایرانی با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۴ گزارش شده است (صادقی، ۱۳۸۸).

### نمره‌گذاری

پاسخ‌ها به صورت بلی یا خیر است و پاسخ بلی یک نمره و برای پاسخ خیر نمره‌ای تعلق نمی‌گیرد. میانگین این پرسشنامه نمره ۲۱ و هرچه فرد از نمره ۲۱ بالاتر بیاورد، استرس آن بیشتر خواهد بود.

### منابع

پاسالاری فیض‌آباد، هاجر. (۱۳۸۶). تأثیر مشاوره گروهی راه‌حل محور بر کاهش فشار روانی و نشانگان بر دانش‌آموزان دختر دبیرستان‌های شهر اندیشه. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید بهشتی.

صادقی، الهه (۱۳۸۸). مقایسه اثربخشی درمان شناختی رفتاری و تلفیق دارودرمانی و درمان شناختی رفتاری بر تاب‌آوری و فشار روانی زنان خیانت‌دیده. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی. دانشگاه پیام نور مرکز تهران.

گراث، مارات ماری (۱۳۷۳). راهنمای سنجش روانی برای روان‌شناسان بالینی، مشاوران و روان‌پزشکان، ترجمه حسن پاشا شریفی و محمدرضا نیکخو، تهران: نشر رشد.

1. Markam perceived stress questionnaire



## پرسشنامه احساس فشار روانی مارکهام

| ردیف | عبارات   | بله | خیر |
|------|--|-----|-----|
| ۱    | آیا حافظه شما ضعیف شده است؟  |     |     |
| ۲    | آیا برایتان مشکل است که بتوانید حواستان را برای مدتی روی یک موضوع متمرکز کنید؟ |     |     |
| ۳    | آیا احساس می‌کنید از خودتان بدتان می‌آید؟                                      |     |     |
| ۴    | آیا نسبت به زندگی بی‌تفاوت هستید؟  |     |     |
| ۵    | آیا برایتان مشکل است در خود شوق و علاقه ایجاد کنید؟                            |     |     |
| ۶    | آیا در ارتباط با دیگران کمرو و ناراحت هستید؟                                   |     |     |
| ۷    | آیا ایجاد آرامش برایتان خیلی مشکل یا غیرممکن است؟                              |     |     |
| ۸    | آیا دل و دماغ خود را از دست داده‌اید؟  |     |     |
| ۹    | آیا اغلب نگران و مضطرب هستید؟  |     |     |
| ۱۰   | آیا دچار ترسهای بی‌مورد و غیرمعمول هستید؟                                      |     |     |
| ۱۱   | آیا برایتان سخت است که احساسات و هیجان‌های خود را ابراز کنید؟                  |     |     |
| ۱۲   | آیا نشان دادن احساس و عاطفه به صورت حالت‌های بدنی برایتان سخت است؟             |     |     |
| ۱۳   | آیا برایتان مشکل است، آنچه را که احساس می‌کنید با دیگران در میان بگذارید؟      |     |     |
| ۱۴   | آیا اغلب احساس می‌کنید که کنار آمدن با مشکلات برایتان سخت است؟                 |     |     |
| ۱۵   | آیا اغلب بی‌قرار و ناآرام هستید؟   |     |     |
| ۱۶   | آیا از آینده می‌ترسید؟   |     |     |
| ۱۷   | آیا می‌ترسید که مبادا مریض شوید؟   |     |     |
| ۱۸   | آیا می‌ترسید که مبادا بمیرید؟  |     |     |
| ۱۹   | آیا از مشاهده بیماری دیگران، آشفته می‌شوید؟                                    |     |     |
| ۲۰   | آیا درباره خودتان احساس حقارت می‌کنید؟   |     |     |
| ۲۱   | آیا درباره گذشته احساس گناه می‌کنید؟   |     |     |
| ۲۲   | آیا خود را شخص شکست‌خورده‌ای می‌دانید؟   |     |     |
| ۲۳   | آیا از خشم‌های فروخورده رنج می‌برید؟   |     |     |
| ۲۴   | آیا تصمیم گرفتن برایتان مشکل است؟  |     |     |
| ۲۵   | آیا احساس می‌کنید دیگران، شما را زیر پا گذاشته‌اند؟                            |     |     |
| ۲۶   | آیا دیگران شما را درک می‌کنند؟   |     |     |
| ۲۷   | آیا فکر می‌کنید، دیگران شما را دوست ندارند و یا شما را مسخره می‌کنند؟          |     |     |
| ۲۸   | آیا به طور کلی مضطرب و نگران هستید؟  |     |     |
| ۲۹   | آیا پیش از اینکه کار قبلی را تمام کنید، به طرف کار جدید کشیده می‌شوید؟         |     |     |
| ۳۰   | آیا فاقد اعتماد به نفس هستید؟  |     |     |
| ۳۱   | آیا از برخورد با افراد بیگانه دچار ترس می‌شوید؟                                |     |     |
| ۳۲   | آیا دوست دارید در یک زمان به چند کار دست بزنید؟                                |     |     |
| ۳۳   | آیا مردم بیشتر از آنچه توان دارید، از شما انتظار دارند؟                        |     |     |
| ۳۴   | آیا اغلب قربانی دیگران می‌شوید؟  |     |     |
| ۳۵   | آیا در فضاهای بسته احساس آسفتگی می‌کنید؟                                       |     |     |
| ۳۶   | آیا در فضاهای باز دچار اضطراب می‌شوید؟   |     |     |

## پرسشنامه انگیزش درونی

پرسشنامه انگیزش درونی<sup>۱</sup> شامل ۴۲ گویه می‌باشد که توسط رایین (۱۹۸۲) طراحی شده است. این فهرست شامل ۷ زیرمقیاس علاقه/لذت، صلاحیت (توانش) ادراک شده، تلاش/مهم بودن، ارزش/سودمندی، احساس فشار و تنش، انتخاب ادراک شده در هنگام انجام فعالیت، تجربه‌های وابستگی است. همچنین زیرمقیاس علاقه/لذت بیشترین تعداد گویه را به خود اختصاص می‌دهد. چون مستقیماً به سنجش انگیزش درونی می‌پردازد. زیرمقیاس انتخاب ادراک شده و صلاحیت (توانش) ادراک شده پیش‌بین‌کننده‌های مثبتی برای سنجش خودارزیابی و رفتار انگیزش درونی و زیرمقیاس احساس فشار و تنش پیش‌بین‌کننده منفی برای انگیزش درونی هستند و پاسخ‌ها در مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق تنظیم شده‌اند.

### ویژگی‌های روان‌سنجی

مک‌اولی، داکان و تامن (۱۹۸۷) در یک مطالعه به بررسی تحلیل عاملی این فهرست پرداخته‌اند و قابلیت اعتماد بالایی را برای این فهرست گزارش داده‌اند. دسی، داکان و تامن (۱۹۸۷) در پژوهشی به منظور اعتباریابی این مقیاس آلفای کرونباخ  $0/9$  را گزارش کردند. فهرست انگیزش درونی (IMI) یک ابزار اندازه‌گیری چندوجهی است که تجارب ذهنی شرکت‌کنندگان در ارتباط با فعالیت را می‌سنجد و در بسیاری از پژوهش‌های مرتبط با انگیزش درونی و خودنظم‌دهی (مانند رایین، ۱۹۸۲؛ رایین، میمز و کوئستتر، ۱۹۸۳؛ پلانن و رایین، ۱۹۸۵؛ کانل و پلانن، ۱۹۹۰؛ رایین، کوئستتر و دسی، ۱۹۹۱؛ دسی، اقراری، پاتریک و لئون، ۱۹۹۴) به کار برده شده است. این فهرست شامل ۸ زیرمقیاس است و هر یک از آنها گویه‌هایی را در بر دارند که تحلیل عاملی همسانی درونی بالایی را برای هر یک از این زیرمقیاس‌ها در فعالیتها، شرایط و موقعیتهای مختلف نشان داده است.

این پرسشنامه در ایران توسط گلچین (۱۳۹۰) اعتباریابی شده است. در جدول ۱ مشخصه‌های آماری گویه‌های آزمون و نمره کل و همبستگی هر گویه با نمره کل و تأثیر حذف هر یک از گویه‌ها در آلفای کرونباخ نشان داده شده است. دامنه میانگین گویه‌های مقیاس از  $2/82$  (گویه شماره ۲۰) تا  $5/88$  (گویه شماره ۲۸) گسترده شده بود. انحراف استاندارد گویه‌ها نیز از  $1/54$  (گویه ۱۱) تا  $1/94$  (گویه ۱۹) گسترده شده بود. همبستگی هر یک از گویه‌ها با نمره کل از  $0/114$  تا  $0/718$  گسترده شده است.

1. Intrinsic Motivation Inventory (IMI)

جدول ۱: مشخصه‌های آماری گویه‌ها و نمره کل آزمون، همبستگی گویه‌ها با نمره کل و تأثیر حذف هر یک از گویه‌ها در آلفای کرونباخ (n=۸۹۷)

| شماره | میانگین | انحراف استاندارد | همبستگی با نمره کل | آلفای کرونباخ در صورت حذف گزاره | شماره | میانگین | انحراف استاندارد | همبستگی با نمره کل | آلفای کرونباخ در صورت حذف گزاره |
|-------|---------|------------------|--------------------|---------------------------------|-------|---------|------------------|--------------------|---------------------------------|
| ۱     | ۵/۳۶    | ۱/۶۴۷            | ۰/۷۱۸**            | ۰/۸۹۶                           | ۲۲    | ۲/۸۴    | ۱/۸۵۷            | ۰/۴۱۰**            | ۰/۹۰۷                           |
| ۲     | ۵/۲۶    | ۱/۷۰۲            | ۰/۶۳۸**            | ۰/۸۹۷                           | ۲۳    | ۲/۸۷    | ۱/۷۷۱            | ۰/۴۱۰**            | ۰/۹۰۷                           |
| ۳     | ۵/۵۸    | ۱/۶۵۰            | ۰/۴۵۷**            | ۰/۸۹۹                           | ۲۴    | ۵/۰۷    | ۱/۶۱۰            | ۰/۴۶۵**            | ۰/۸۹۹                           |
| ۴     | ۵/۷۲    | ۱/۶۵۴            | ۰/۵۱۶**            | ۰/۸۹۹                           | ۲۵    | ۵/۵۳    | ۱/۶۵۸            | ۰/۴۴۳**            | ۰/۹۰۰                           |
| ۵     | ۵/۲۷    | ۱/۶۶۸            | ۰/۶۸۶**            | ۰/۸۹۶                           | ۲۶    | ۵/۶۰    | ۱/۶۴۸            | ۰/۴۳۷**            | ۰/۹۰۰                           |
| ۶     | ۵/۲۸    | ۱/۷۱۶            | ۰/۷۰۵**            | ۰/۸۹۶                           | ۲۷    | ۵/۵۳    | ۱/۸۰۵            | ۰/۴۴۹**            | ۰/۹۰۰                           |
| ۷     | ۵/۸۹    | ۱/۸۱۱            | ۰/۶۲۳**            | ۰/۸۹۷                           | ۲۸    | ۵/۸۸    | ۱/۵۹۱            | ۰/۴۶۸**            | ۰/۸۹۹                           |
| ۸     | ۵/۱۰    | ۱/۶۸۷            | ۰/۷۰۰**            | ۰/۸۹۶                           | ۲۹    | ۵/۴۹    | ۱/۷۰۸            | ۰/۵۹۵**            | ۰/۸۹۸                           |
| ۹     | ۴/۹۰    | ۱/۵۷۹            | ۰/۵۸۱**            | ۰/۸۹۸                           | ۳۰    | ۵/۷۶    | ۱/۷۳۲            | ۰/۳۹۵**            | ۰/۹۰۰                           |
| ۱۰    | ۴/۸۵    | ۱/۶۶۱            | ۰/۶۲۰**            | ۰/۸۹۷                           | ۳۱    | ۵/۵۳    | ۱/۵۶۶            | ۰/۶۴۷**            | ۰/۸۹۷                           |
| ۱۱    | ۵/۱۲    | ۱/۵۴۶            | ۰/۶۴۲**            | ۰/۸۹۷                           | ۳۴    | ۵/۰۱    | ۱/۸۸۸            | ۰/۶۶۵**            | ۰/۸۹۶                           |
| ۱۲    | ۴/۷۰    | ۱/۵۶۷            | ۰/۵۰۹**            | ۰/۸۹۹                           | ۳۶    | ۵/۴۴    | ۱/۵۷۶            | ۰/۶۹۳**            | ۰/۸۹۶                           |
| ۱۳    | ۵/۲۰    | ۱/۷۶۱            | ۰/۳۲۹**            | ۰/۹۰۱                           | ۳۷    | ۵/۱۳    | ۱/۶۵۳            | ۰/۶۷۷**            | ۰/۸۹۶                           |
| ۱۴    | ۴/۷۴    | ۱/۷۱۵            | ۰/۵۶۵**            | ۰/۸۹۸                           | ۳۸    | ۴/۹۲    | ۱/۸۴۵            | ۰/۳۱۲**            | ۰/۹۰۲                           |
| ۱۵    | ۵/۲۰    | ۱/۷۵۶            | ۰/۴۶۷**            | ۰/۸۹۹                           | ۳۹    | ۵/۰۵    | ۱/۸۵۲            | ۰/۳۳۶**            | ۰/۹۰۱                           |
| ۱۶    | ۴/۶۲    | ۱/۸۱۸            | ۰/۵۵۴**            | ۰/۸۹۸                           | ۴۰    | ۴/۷۸    | ۱/۷۷۸            | ۰/۴۵۸**            | ۰/۸۹۹                           |
| ۱۷    | ۵/۵۵    | ۱/۵۶۷            | ۰/۶۲۷**            | ۰/۸۹۷                           | ۴۱    | ۴/۹۵    | ۱/۷۲۱            | ۰/۵۵۹**            | ۰/۸۹۸                           |
| ۱۸    | ۴/۹۶    | ۱/۸۳۶            | ۰/۴۳۲**            | ۰/۹۰۰                           | ۴۲    | ۵/۵۱    | ۱/۶۵۲            | ۰/۵۰۲**            | ۰/۸۹۹                           |
| ۱۹    | ۳/۰۷    | ۱/۹۴۴            | ۰/۲۳۶**            | ۰/۹۱۰                           | ۴۳    | ۴/۹۷    | ۱/۸۴۶            | ۰/۲۹۲**            | ۰/۹۰۲                           |
| ۲۰    | ۲/۸۲    | ۱/۸۳۹            | ۰/۱۱۴**            | ۰/۹۰۸                           | ۴۴    | ۵/۱۵    | ۱/۶۸۶            | ۰/۵۶۵**            | ۰/۸۹۸                           |
| ۲۱    | ۳/۱۹    | ۱/۸۴۱            | ۰/۲۲۹**            | ۰/۹۰۹                           | ۴۵    | ۴/۷۲    | ۱/۸۵۳            | ۰/۵۱۹**            | ۰/۸۹۹                           |

ضریب آلفای کرونباخ کل برای فهرست انگیزش درونی برابر با ۰/۹۰ (برای زنان و مردان هم به تفکیک  $\alpha = ۰/۹۰$  محاسبه شد) با میانگین ۲۰۷/۱۰ و انحراف استاندارد ۳۲/۲۸۷ به دست آمد که این میانگین در صورت حذف هر یک از گویه‌های آزمون،  $\alpha$  در حد معنی‌داری افزایش نمی‌یابد، از این رو حذف هیچ یک از گویه‌های آزمون ضرورتی ندارد. روایی محتوای فهرست انگیزش درونی نیز پس از ترجمه توسط ۵ متخصص روان‌شناس در این حوزه مورد تأیید قرار گرفت. همچنین با توجه به مناسب بودن حجم نمونه ۸۹۷ نفر برای انجام تحلیل عاملی در صورتی که تعداد نمونه ۱۰ یا ۲۰ برابر یا بیشتر از تعداد گویه‌ها باشد (کاس و نیزلی، ۱۹۷۹؛ نقل از هومن، ۱۳۸۱) از تحلیل عاملی با روش مؤلفه‌های اصلی استفاده شد. به منظور بررسی اینکه آیا گویه‌های IMI توان عامل شدن را دارند از آزمونهای کفایت KMO و کرویت بارتلت استفاده شده است. مقادیر به دست آمده برای KMO بالاتر از ۰/۵ و سطح معناداری آزمون کرویت بارتلت نیز کمتر از ۰/۵ است، بنابراین داده‌های پژوهش حاضر، توان عامل شدن را دارند (هومن، ۱۳۸۱). برای تحلیل عاملی در پژوهش حاضر مقادیر ویژه بالاتر از ۱ در نظر گرفته شده

است و بر این اساس ۸ عامل استخراج شد که هر یک از عوامل، مقادیر ویژه، درصد واریانس تبیینی و درصد تراکمی واریانس تبیینی عوامل ۸ گانه در جدول ۳ ارائه شده‌اند.

### همبستگی گویه‌های آزمون با عوامل ۸ گانه بعد از چرخش واریماکس و درصد واریانس و درصد تراکمی واریانس و مقادیر ویژه هر یک از عوامل ۸ گانه

| عامل ۷ | گویه | عامل ۶ | عامل ۵ | گویه | عامل ۴ | عامل ۳ | گویه | عامل ۲ | عامل ۱ | گویه |
|--------|------|--------|--------|------|--------|--------|------|--------|--------|------|
| ۰/۶۶۳  | ۱۴   |        | ۰/۶۳۳  | ۱۹   |        | ۰/۳۴۰  | ۱۳   |        | ۰/۵۰۱  | ۷    |
| ۰/۷۸۳  | ۱۵   |        | ۰/۷۲۳  | ۲۰   |        | ۰/۶۷۲  | ۲۵   |        | ۰/۶۷۶  | ۸    |
| ۰/۶۸۶  | ۱۶   |        | ۰/۷۶۱  | ۲۱   |        | ۰/۶۵۵  | ۲۶   |        | ۰/۸۰۵  | ۹    |
| ۰/۷۹۵  | ۱۸   |        | ۰/۷۵۶  | ۲۲   |        | ۰/۷۵۴  | ۲۷   |        | ۰/۸۱۹  | ۱۰   |
|        | ۳۸   |        | ۰/۷۰۹  | ۲۳   |        | ۰/۷۹۳  | ۲۸   |        | ۰/۷۶۸  | ۱۱   |
|        | ۳۹   | ۰/۵۱۶  |        | ۱    |        | ۰/۷۵۶  | ۳۰   |        | ۰/۷۳۱  | ۱۲   |
|        | ۴۲   | ۰/۵۱۴  |        | ۲    | ۰/۷۹۲  |        | ۴۰   | ۰/۵۰۲  |        | ۱۷   |
|        | ۴۳   | ۰/۵۶۹  |        | ۳    | ۰/۷۸۵  |        | ۴۱   | ۰/۴۸۲  |        | ۲۴   |
|        |      | ۰/۵۲۴  |        | ۴    | ۰/۷۰۵  |        | ۴۴   | ۰/۵۵۱  |        | ۲۹   |
|        |      | ۰/۵۵۹  |        | ۵    | ۰/۷۱۸  |        | ۴۵   | ۰/۶۵۶  |        | ۳۱   |
|        |      | ۰/۵۶۲  |        | ۶    |        |        |      | ۰/۶۵۱  |        | ۳۴   |
|        |      |        |        |      |        |        |      | ۰/۷۱۶  |        | ۳۶   |
|        |      |        |        |      |        |        |      | ۰/۶۵۵  |        | ۳۷   |

همبستگی‌های معنی‌دار بعد از چرخش واریماکس و با بار عاملی بالاتر از ۱ برای گویه‌ها آزمون با عوامل ۸ گانه آمده است. علت استفاده از این روش در پژوهش حاضر آن است که چرخش واریماکس عاملهایی را تولید می‌کند که با مجموعه کوچکتری از متغیرها همبستگی قوی و با مجموعه دیگری از متغیرها همبستگی ضعیف دارند. برای انتخاب گویه‌های هر عامل بار عاملی بالاتر از ۰/۳۴ در نظر گرفته شد و ۸ عامل استخراج شد که جمعاً ۶۲/۵۱ درصد از واریانس کل را تبیین کرد.

به منظور بررسی روایی سازه فهرست انگیزش درونی از همبستگی انگیزش درونی با سرسختی روان‌شناختی و NEO استفاده شد. انگیزش درونی با کلیه زیرمقیاس‌های NEO همبستگی معنادار داشت ( $P < 0.05$ ) و ضریب همبستگی پیرسون برای انگیزش درونی و زیرمقیاس مهارگری و تعهد سرسختی معنادار بود ( $P < 0.05$ ) ولی با زیرمقیاس چالش معنادار نبود که این یافته‌ها تأییدکننده روایی همگرایی IMI با NEO به واسطه همبستگی مستقیم و روایی افتراقی IMI با زیرمقیاسها و نمره کلی سرسختی به واسطه همبستگی با موارد مذکور است. نتایج تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که همسانی درونی این فهرست برابر با ۰/۹ است که از همسانی درونی گزارش شده توسط چویی، موگامی و مدالیا (۲۰۰۹) برابر با ۰/۹۲، ویچمن و گارلند (۲۰۰۹) برابر با ۰/۹۱ اندکی کمتر است ولی از سوی و لوپز (۲۰۱۰) برابر با ۰/۷ بیشتر است. همچنین نشان داده شده است که انگیزش درونی همبستگی بالایی با رگه‌های شخصیتی دارد. همچنین تحلیل عاملی این فهرست هشت عامل را نشان داد که همسو با عوامل طراحان این فهرست است. ولی در پژوهشهای مختلف عوامل مختلفی را به دست آوردند. چویی و همکاران (۲۰۰۹) ۳ عامل لذت، انتخاب ادراک شده و ارزش/سودمندی را گزارش کردند همچنین مکاولی و همکاران (۱۹۸۹) در تحلیل عاملی ۴ عامل را به دست آوردند. از سوی دیگر مکاولی و همکاران (۱۹۹۱) و سوی و لوپز در پژوهش خود ۵ عامل را گزارش دادند.