

Version originale : Hook, Smith, & Valentiner (2008)

Version francophone : Heeren, Ceschi, Valentiner, Dethier, & Philippot (2013)

Version Francophone de la Personal Report of Confidence as a Speaker

Ce questionnaire est composé de 12 questions examinant vos émotions lors de situations de prise de parole en public (par exemple, présentation professionnelle, discours à un mariage). Pour chaque question, en vous remémorant ce que vous avez ressenti lors de votre dernière présentation en public, veuillez déterminer si la phrase a plutôt tendance à vous correspondre (vrai ; V) ou non (faux, F). Répondez aux questions rapidement, sans trop y réfléchir. C'est votre première impression qui nous intéresse.

1. Mes mains tremblent quand j'essaie de manipuler des objets sur l'estrade / face à l'audience.	V	F
2. Je suis dans la crainte constante d'oublier mon discours.	V	F
3. Lorsque je prépare un discours, je suis dans un état d'anxiété constant.	V	F
4. Mes pensées deviennent confuses et se mélangent quand je parle devant une audience.	V	F
5. Même si je parle facilement avec des amis, je cherche mes mots sur l'estrade / face à l'audience.	V	F
6. Les visages de mon audience sont flous quand je les regarde.	V	F
7. Je me sens dégoûté(e) de moi-même après avoir essayé de m'adresser à un groupe de personnes.	V	F
8. Je transpire et tremble juste avant de me lever pour parler.	V	F
9. Ma posture paraît tendue et anormale.	V	F
10. J'ai peur et je suis tendu(e) pendant tout le temps où je parle devant un groupe de personnes.	V	F
11. C'est difficile pour moi de chercher calmement dans ma tête les bons mots pour exprimer mes pensées.	V	F
12. Je suis terrifié(e) à l'idée de parler devant un groupe de personnes.	V	F
