PSS

Skala persönlicher Standards (PSS)

Die Skala persönlicher Standards ist Teil der von Frost und Marten entwickelten Perfektionismusskala. Sie misst das Ausmaß des Perfektionismus einer Person, insbesondere in Bezug auf die persönlichen Standards, die sie sich selbst setzt.

Anzahl der Fragen	7 Fragen
Geschätzte Dauer	15 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Personal Standards Scale
Zielgruppe	Erwachsene
Autor:innen	Randy O. Frost, Patricia Marten, Cathleen Lahart, Robin Rosenblate (1990)

Vorschau der 7 Fragen

Wenn ich mir nicht die höchsten Maßstäbe setze, werde ich wahrscheinlich ein zweitklassiger Mensch.

1 - Stimme überhaupt nicht zu | 2 | 3 | 4 | 5 - Stimme voll und ganz zu

Es ist mir wichtig, in allem, was ich tue, durch und durch kompetent zu sein.

1 - Stimme überhaupt nicht zu | 2 | 3 | 4 | 5 - Stimme voll und ganz zu

Ich setze mir höhere Ziele als die meisten Menschen.

1 - Stimme überhaupt nicht zu | 2 | 3 | 4 | 5 - Stimme voll und ganz zu

Ich bin sehr gut darin, meine Anstrengungen auf das Erreichen eines Ziels zu konzentrieren.

1 - Stimme überhaupt nicht zu | 2 | 3 | 4 | 5 - Stimme voll und ganz zu

Ich habe extrem hohe Ziele.

1 - Stimme überhaupt nicht zu | 2 | 3 | 4 | 5 - Stimme voll und ganz zu

Auswertung und Interpretation

Jede Frage wird auf einer Likert-Skala von 1 (stimme überhaupt nicht zu) bis 5 (stimme völlig zu) bewertet. Der Gesamtwert ergibt sich aus der Summe der Werte der einzelnen Fragen. Höhere Werte weisen auf einen stärker ausgeprägten persönlichen Perfektionismus hin.