APS-R

Scala del quasi perfetto, versione rivista (APS-R)

L'APS-R è una scala di autovalutazione che misura le dimensioni del perfezionismo, in particolare gli standard elevati, il disordine percepito e il disagio rispetto alle aspettative. La scala mira a distinguere tra perfezionismo adattivo e disadattivo.

Numero di domande	23 domande
Durata stimata	10 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	Almost Perfect Scale — Revised
Destinatari	Adulti, adolescenti
Autori	Robert B. Slaney, Stephen A. Rice, R. Sue Mobley, Steven T. Trippi, Jennifer S. Ashby (2001)
Categoria	Generale

Anteprima delle 23 domande

Ho standard elevati per le mie prestazioni al lavoro o a scuola.

Fortemente in disaccordo | In disaccordo | Leggermente in disaccordo | Neutro | Leggermente d'accordo | D'accordo | Fortemente d'accordo

Sono una persona ordinata.

Fortemente in disaccordo | In disaccordo | Leggermente in disaccordo | Neutro | Leggermente d'accordo | D'accordo | Fortemente d'accordo

Mi sento spesso frustrato/a perché non riesco a raggiungere i miei obiettivi.

Fortemente in disaccordo | In disaccordo | Leggermente in disaccordo | Neutro | Leggermente d'accordo | D'accordo | Fortemente d'accordo

L'ordine e la cura sono importanti per me.

Fortemente in disaccordo | In disaccordo | Leggermente in disaccordo | Neutro | Leggermente d'accordo | D'accordo | Fortemente d'accordo

Se non ti aspetti molto da te stesso, non avrai mai successo.

Fortemente in disaccordo | In disaccordo | Leggermente in disaccordo | Neutro | Leggermente d'accordo | D'accordo | Fortemente d'accordo

Scoring e interpretazione

Ogni item è valutato su una scala Likert a 7 punti, da 'fortemente in disaccordo' a 'fortemente d'accordo'. I punteggi vengono sommati per ottenere i punteggi delle sottoscale (standard, disordine, disagio). Punteggi elevati nella sottoscala 'standard' associati a punteggi bassi in 'disordine' indicano un perfezionismo adattivo.