QP-R

Revidert spørreskjema om perfeksjonisme (QP-R)

QP-R er et selvrapporteringsskjema med 20 ledd om perfeksjonisme, organisert i to utfyllende delskalaer. Den første måler streben etter høye personlige standarder, mens den andre vurderer de negative konsekvensene av perfeksjonisme, som ligger nær de perfeksjonistiske bekymringene som beskrives i litteraturen. Verktøyet er nyttig for å skille høye personlige standarder fra en perfeksjonisme som har større emosjonell og kognitiv kostnad. Det kan brukes i klinisk praksis og forskning for å nyansere kartleggingen av perfeksjonistisk fungering. Tilgjengelige data viser tilfredsstillende til utmerket indre konsistens avhengig av delskala, og en validert faktorstruktur.

Antall spørsmål	20 spørsmål
Estimert tid	4 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Revised Perfectionism Questionnaire
Målgruppe	Voksne
Forfattere	Langlois, Rhéaume og Gosselin (2009)

Forhåndsvisning av de 20 spørsmålene

Jeg prøver alltid å gjøre det bra i alt jeg tar fatt på.

Beskriver meg ikke i det hele tatt | Beskriver meg litt | Beskriver meg ganske godt | Beskriver meg svært godt | Beskriver meg helt

Jeg fortsetter å arbeide med noe til jeg føler at det er riktig.

Beskriver meg ikke i det hele tatt | Beskriver meg litt | Beskriver meg ganske godt | Beskriver meg svært godt | Beskriver meg helt

Jeg liker at det jeg gjør, er perfekt.

Beskriver meg ikke i det hele tatt | Beskriver meg litt | Beskriver meg ganske godt | Beskriver meg svært godt | Beskriver meg helt

Uansett om andre mener at jeg har lyktes, er det til syvende og sist mine egne kriterier for suksess som teller.

Beskriver meg ikke i det hele tatt | Beskriver meg litt | Beskriver meg ganske godt | Beskriver meg svært godt | Beskriver meg helt

Jeg kan ikke være lenge uten å sette meg høye mål å nå.

Beskriver meg ikke i det hele tatt | Beskriver meg litt | Beskriver meg ganske godt | Beskriver meg svært godt | Beskriver meg helt

Bruk spørreskjemaene dine på nett

Send pasienten en lenke: de svarer på mobil eller datamaskin, og du får de skårede resultatene på e-post.

Se spørreskjemaet på mentaal.org ›

Skåring og tolkning

Hvert ledd skåres fra 1 til 5. Ledd 1 til 7 utgjør delskalaen for høye personlige standarder. Ledd 8 til 20 utgjør delskalaen for negative konsekvenser eller perfeksjonistiske bekymringer. Det anbefales å beregne en egen skår for hver delskala ved å summere leddene eller beregne gjennomsnittet. Høy skår på den første gjenspeiler høye personlige standarder; høy skår på den andre indikerer mer problematisk perfeksjonisme. Tolkningen bygger hovedsakelig på den relative profilen for de to dimensjonene, siden det ikke finnes noen universell diagnostisk cut-off-verdi.

Er du psykolog?

Med Mentaal får du nyttig informasjon som hjelper deg i arbeidet med pasientene dine.

- Standardiserte tester
- Automatisk skåring
- Resultater på e-post

Prøv gratis | Se alle spørreskjemaene

★★★★★

"Det er et virkelig pluss i timene når jeg skal vurdere pasienten, og et svært rikt grunnlag for samtaler som utdyper det kliniske arbeidet."

 Ingrid M. - KAT-psykolog