APS-R

Bijna-perfectschaal, herziene versie (APS-R)

De APS-R is een zelfrapportageschaal die de dimensies van perfectionisme meet, met name hoge normen, ervaren wanorde en ongemak met verwachtingen. De schaal heeft tot doel adaptief en maladaptief perfectionisme van elkaar te onderscheiden.

Aantal vragen	23 vragen
Geschatte duur	10 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Almost Perfect Scale — Revised
Doelgroep	Volwassenen, adolescenten
Auteurs	Robert B. Slaney, Stephen A. Rice, R. Sue Mobley, Steven T. Trippi, Jennifer S. Ashby (2001)
Categorie	Algemeen

Voorbeeld van de 23 vragen

Ik hanteer hoge standaarden voor mijn prestaties op het werk of op school.

Helemaal mee oneens | Grotendeels mee oneens | Enigszins mee oneens | Niet mee eens en niet mee oneens | Enigszins mee eens | Grotendeels mee eens | Helemaal mee eens

Ik ben een orderlijk persoon.

Helemaal mee oneens | Grotendeels mee oneens | Enigszins mee oneens | Niet mee eens en niet mee oneens | Enigszins mee eens | Grotendeels mee eens | Helemaal mee eens

Ik voel me vaak gefrustreerd omdat ik mijn doelen niet kan halen.

Helemaal mee oneens | Grotendeels mee oneens | Enigszins mee oneens | Niet mee eens en niet mee oneens | Enigszins mee eens | Grotendeels mee eens | Helemaal mee eens

Netheid is belangrijk voor mij.

Helemaal mee oneens | Grotendeels mee oneens | Enigszins mee oneens | Niet mee eens en niet mee oneens | Enigszins mee eens | Grotendeels mee eens | Helemaal mee eens

Als je niet veel van jezelf verwacht, dan zul je ook nooit slagen.

Helemaal mee oneens | Grotendeels mee oneens | Enigszins mee oneens | Niet mee eens en niet mee oneens | Enigszins mee eens | Grotendeels mee eens | Helemaal mee eens

Scoring en interpretatie

Elk item wordt beoordeeld op een Likertschaal met 7 punten, van “helemaal oneens” tot “helemaal eens”. De scores worden opgeteld tot de subschaalscores (normen, wanorde, ongemak). Hoge scores op de subschaal “normen” in combinatie met lage scores op “wanorde” wijzen op adaptief perfectionisme.