Zrewidowany kwestionariusz perfekcjonizmu (QP-R)

QP-R

QP-R to kwestionariusz samoopisowy dotyczący perfekcjonizmu, złożony z 20 pozycji i podzielony na dwie uzupełniające się podskale. Pierwsza mierzy dążenie do wysokich standardów osobistych, druga ocenia negatywne konsekwencje perfekcjonizmu, bliskie opisywanym w literaturze perfekcjonistycznym obawom. Narzędzie pomaga odróżnić wysokie standardy osobiste od perfekcjonizmu, który jest bardziej kosztowny emocjonalnie i poznawczo. Może być stosowane w praktyce klinicznej i w badaniach w celu dokładniejszej oceny perfekcjonistycznego funkcjonowania. Dostępne dane wskazują na zgodność wewnętrzną od zadowalającej do bardzo dobrej, zależnie od podskali, oraz na potwierdzoną strukturę czynnikową.

Liczba pytań	20 pytań
Szacowany czas	4 minuty
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Revised Perfectionism Questionnaire
Grupa docelowa	Dorośli
Autorzy	Langlois, Rhéaume i Gosselin (2009)

Podgląd 20 pytań

Zawsze staram się dobrze wykonać wszystko, czego się podejmuję.

Zupełnie mnie nie opisuje | Trochę mnie opisuje | Dość dobrze mnie opisuje | Bardzo dobrze mnie opisuje | Całkowicie mnie opisuje

Pracuję nad czymś tak długo, aż poczuję, że jest dobrze.

Zupełnie mnie nie opisuje | Trochę mnie opisuje | Dość dobrze mnie opisuje | Bardzo dobrze mnie opisuje | Całkowicie mnie opisuje

Lubię, kiedy to, co robię, jest doskonałe.

Zupełnie mnie nie opisuje | Trochę mnie opisuje | Dość dobrze mnie opisuje | Bardzo dobrze mnie opisuje | Całkowicie mnie opisuje

Bez względu na to, czy inni uważają, że odniosłem(-am) sukces, ostatecznie liczą się moje własne kryteria sukcesu.

Zupełnie mnie nie opisuje | Trochę mnie opisuje | Dość dobrze mnie opisuje | Bardzo dobrze mnie opisuje | Całkowicie mnie opisuje

Nie potrafię długo wytrzymać bez wyznaczania sobie wysokich celów do osiągnięcia.

Zupełnie mnie nie opisuje | Trochę mnie opisuje | Dość dobrze mnie opisuje | Bardzo dobrze mnie opisuje | Całkowicie mnie opisuje

Przeprowadzaj swoje kwestionariusze online

Wyślij pacjentowi link: odpowiada na telefonie lub komputerze, a ty otrzymujesz obliczone wyniki e-mailem.

Zobacz kwestionariusz na mentaal.org ›

Obliczanie wyników i interpretacja

Każdą pozycję punktuje się od 1 do 5. Pozycje od 1 do 7 tworzą podskalę wysokich standardów osobistych. Pozycje od 8 do 20 tworzą podskalę negatywnych konsekwencji (perfekcjonistycznych obaw). Zaleca się obliczanie osobnego wyniku dla każdej podskali przez zsumowanie lub uśrednienie pozycji. Wysoki wynik w pierwszej podskali odzwierciedla wysokie standardy osobiste; wysoki wynik w drugiej wskazuje na bardziej problematyczny perfekcjonizm. Interpretacja opiera się głównie na względnym profilu obu wymiarów, ponieważ nie istnieje uniwersalny diagnostyczny punkt odcięcia.

Jesteś psychologiem?

Mentaal dostarcza ci wartościowych informacji, które pomagają wspierać twoich pacjentów.

- Standaryzowane testy
- Automatyczne obliczanie wyników
- Wyniki przesyłane e-mailem

Wypróbuj za darmo

Zobacz wszystkie kwestionariusze

★★★★★

“Mentaal stał się dla mnie niezastąpionym sprzymierzeńcem, który pomaga uporządkować proces oceny i pogłębić kliniczne rozumienie moich pacjentów.”

 Joanna P. - Psycholog CBT