

# APS Mükemmeliyetçilik Ölçeği

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *APS Mükemmeliyetçilik Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=16952>

## Özet

APS Mükemmeliyetçilik Ölçeği, özgün bir mükemmeliyetçilik ölçüm aracının Türkçe'ye uyarlama çalışmasıdır. Bu uyarlama, F. Sapmaz tarafından 2006 yılında Sakarya Üniversitesi'nde hazırlanan bir yüksek lisans tezi kapsamında gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin temel amacı, bireylerdeki mükemmeliyetçilik eğilimlerini uyumlu (adaptive) ve uyumsuz (maladaptive) boyutlar açısından incelemek ve bu özelliklerin psikolojik belirti düzeyleri ile olan ilişkisini araştırmaktır.

Ölçek, özellikle üniversite öğrencilerinin psikososyal gelişim süreçlerinde mükemmeliyetçiliğin olumlu ve olumsuz etkilerini tespit etmeye yardımcı olmak üzere tasarlanmıştır. Bu çalışma, Türk kültürüne özgü popülasyonlarda mükemmeliyetçilik yapısının anlaşılmasına önemli bir katkı sunmaktadır. Orijinal ölçeğin detaylı psikometrik özellikleri, uyarlama çalışmasının yapıldığı yüksek lisans tezi içerisinde yer almaktadır.

## Anahtar Kelimeler

Mükemmeliyetçilik, Uyumlu Mükemmeliyetçilik, Uyumsuz Mükemmeliyetçilik, Ölçek Uyarlama, Üniversite Öğrencileri, Psikopatoloji, Psikolojik belirti, Ölçek.

## Yazarlar

F. Sapmaz (Uyarlayan)

## Amaç

APS Mükemmeliyetçilik Ölçeği uyarlamasının temel amacı, üniversite öğrencilerinin sahip olduğu uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilik özelliklerinin, genel psikolojik belirti düzeyleri üzerindeki etkilerini ve ilişkilerini bilimsel olarak incelemektir. Bu, mükemmeliyetçiliğin sadece tek boyutlu bir yapı değil, aynı zamanda hem olumlu hem de olumsuz sonuçlar olabilen çok boyutlu bir yapı olduğunu göstermeyi hedeflemektedir.

Ölçek, klinisyenler ve araştırmacılar için bireylerin mükemmeliyetçilik profillerini belirleyerek, özellikle uyumsuz mükemmeliyetçilikle ilişkili olabilecek kaygı, depresyon veya diğer psikolojik sorunların erken teşhis etme potansiyeli sunmaktadır.

## Yapı

APS Mükemmeliyetçilik Ölçeği, mükemmeliyetçilik yapısının çok boyutlu bir çerçevede ele almaktadır. Genellikle orijinal APS ölçekleri, yüksek kişisel standartlar belirleme (uyumlu boyut) ve hatalara karşı tepki gösterme veya beklentileriyle ilgili endişe duyma (uyumsuz boyut) gibi alt boyutlar ölçer.

Uyarlama çalışması, mükemmeliyetçilik özelliklerini uyumlu ve uyumsuz olarak kategorize ederek, bu iki boyutun ruh sağlığı üzerindeki farklı etkilerini araştırmaya odaklanmıştır. Uyumlu mükemmeliyetçilik genellikle başarı motivasyonu ve hedef odaklılıkla ilişkilendirilirken, uyumsuz mükemmeliyetçilik kaygı, erteleme ve düşük benlik saygısı gibi sorunlarla ilişkilendirilmektedir.

## Geçerlik

Uyarlama çalışmasının geçerlik analizlerine dair spesifik istatistiksel değerler bu kaynakta mevcut değildir. Ancak, ölçeğin geçerlik çalışmaları, Sapmaz (2006) tarafından hazırlanan yüksek lisans tezi içerisinde detaylı olarak sunulduğunu varsayılmaktadır. Geçerlik incelemeleri genellikle yapı geçerliliği (faktör analizi) ve ölçüt bağımlı geçerliliği (diğer psikolojik belirti ölçekleri ile korelasyonlar) içermektedir.

## Güvenirlilik

APS Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin Türkçe uyarlamasına ait güvenirlik katsayıları (örneğin, Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı) bu kaynakta belirtilmemiştir. Güvenirlik çalışmaları sonuçlarına ulaşmak için Sapmaz'ın (2006) tezine başvurulması gerekmektedir. Güvenirlik, ölçeğin farklı zamanlarda veya farklı madde setlerinde tutarlı sonuçlar üretme yeteneğini gösterir.

## Faktör Analizi

Ölçeğin orijinal yapısının Türkçe popülasyonunda korunup korunmadığını belirlemek amacıyla yapılan faktör analizleri (genellikle Açıklayıcı veya Doğrulayıcı Faktör Analizi), uyarlama tezinin kritik bir bölümünü oluşturmaktadır. Ölçeğin uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilik gibi teorik alt boyutlarının Türk örneğinde de başarıyla yapıları olarak ortaya çıkıp çıkmadığını bu analizlerle belirlenmiştir. Bu analizlerin sonuçları da Sapmaz (2006) tarafından hazırlanan tezde yer almaktadır.

## Ölçüm Aracı

**Test Türü:** Uyarlama (Orijinal bir öz bildirim ölçeğinin Türkçe'ye adaptasyonu)

**Format:** Öz bildirim ölçek formatı. Derecelendirme formatı bu kaynakta belirtilmemiştir, ancak genellikle Likert tipi bir ölçek kullanıldığını varsayılmaktadır.

**Mevcut Dil:** Türkçe

**Popülasyon Grubu:** Üniversite Öğrencileri

**Yaş Grubu:** Genç Yetkinlik dönemi (Öğrencilik yaşına uygun)

**Popülasyon Detayları:** Türkiye'deki üniversitelerde eğitim gören öğrenciler örneklem olarak kullanılmaktadır.

**Test Metodolojisi:** Kesitsel araştırma deseni kullanılarak veri toplanmıştır. Katılımcılar, mükemmeliyetçilik düzeylerini ve psikolojik belirti düzeylerini değerlendiren anket formlarını doldurmuşlardır.

## Anahtar Kelimeler

Kişisel Standartlar, Endişe, Adaptif Mükemmeliyetçilik, Maladaptif Mükemmeliyetçilik, Lisans Tezi, Mükemmeliyetçilik, Psikometri.

## Yazarlar

**Yazar ORCID Tanımlayıcıları:** Bilinmiyor

**Kurumsal E-posta Adresleri:** sapmazfatma@gmail.com

**Yazın Adresi:** Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Çalışman yapılı kurum)

## İzinler, Ücret ve Test Yılı

**İzinler:** Ölçeğin kullanım izinleri için doğrudan uyarılma çalışmaları için yazar ile iletişime geçilmesi gerekmektedir (salmazfatma@gmail.com).

**Ücret:** Bilinmiyor (Genellikle akademik tezlerde yer alan ölçekler, ticari olmayan akademik araştırmalar için ücretsizdir).

**Test Yılı:** Uyarılma ve araştırma yılı: 2006.

## Kaynaklar

Sapmaz, F. (2006). *Üniversite öğrencilerinin uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilik özelliklerinin psikolojik belirti düzeyleri açısından incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.

Bu uyarılma çalışmaları tam metnine Yükseköğretim Kurulu (YÖK) Ulusal Tez Merkezi üzerinden erişilebilir: [tez.yok.gov.tr](http://tez.yok.gov.tr).

Ölçeğin orijinal PDF belgesi, ek materyal olarak burada mevcuttur. Orijinal PDF buradan indirilebilir: [aps-mukemmeliyetcilik-olcegi-toad.pdf](http://aps-mukemmeliyetcilik-olcegi-toad.pdf).

## APS Mükemmeliyetçilik Ölçeği Maddeleri

**ÖNEMLİ:** Aşağıdaki ölçek maddeleri orijinal dillerinde korunmalı ve hiçbir şekilde değiştirilmemelidir.

Bu kaynakta APS Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin spesifik maddeleri yer almamaktadır. Maddelerin tam listesi ve derecelendirme talimatları için, Sapmaz (2006) tarafından hazırlanan yüksek lisans tezinin ekler bölümüne başvurulması gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM