

Frost Çok Boyutlu Mükemmelliyeçilik Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Frost Çok Boyutlu Mükemmelliyeçilik Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=21987>

Özet

Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FMPS), bireylerin mükemmeliyetçi eğilimlerini çok boyutlu bir perspektifle değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş standart bir psikolojik araçtır. Bu ölçeğin Türkçe adaptasyonu, 2011 yılında Mücahit Kağan tarafından gerçekleştirilmiş olup, ölçeğin yerel popülasyonda geçerlik ve güvenilirlik özelliklerinin incelenmesini sağlamıştır. Ölçek, 35 maddeden oluşmakta ve altı temel psikometrik boyutu ölçmektedir.

Bu boyutlar, özellikle hatalara karşı gösterilen aşırı hassasiyeti, kişinin kendine yönelik belirlediği yüksek standartlar ve ailesinden aldığı baskı ve eleştiriyi kapsamaktadır. FMPS, klinik ve akademik araştırmalarda mükemmeliyetçilik yapısının anlaşılması ve bu yapının psikopatoloji ile ilişkisinin incelenmesi açısından değerli bir araçtır.

Anahtar Kelimeler

Mükemmeliyetçilik, Frost Ölçeği, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik, Psikometri, Uyarılma, Hata Yapma Endeksi, Kişisel Standartlar.

Yazarlar

Mücahit Kağan (Türkçe Uyarılma)

Amaç

Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin temel amacı, mükemmeliyetçilik eğilimini tek bir skor yerine, bilişsel, davranışsal ve kişilerarası bileşenlerini kapsayan altı farklı boyutta ölçmektir. Bu çok boyutluluk, mükemmeliyetçiliğin adaptif (salıklı) ve maladaptif (sağsız) yönlerini aydınlatmaya olanak tanır.

Türkçe adaptasyon çalışması, ölçeğin kültürel olarak uygunluğunu sağlamayı ve Türk popülasyonunda güvenilir ve geçerli sonuçlar üretebildiğini göstermeyi hedeflemiştir. Bu sayede, Türkiye'deki psikoloji ve psikiyatri araştırmalarında mükemmeliyetçilik kavramı standart bir araçla incelenebilmektedir.

Yapı

Ölçek, mükemmeliyetçilik yapısının altı farklı alt boyut üzerinden ele alan 35 maddelik bir yapıya sahiptir. Bu yapı, bireyin kendine yönelik beklentileri ile çevresel ve ailesel beklentileri arasındaki etkileşimi yansıtır. Ölçeğin ölçtüğü temel psikolojik yapı, yüksek standartlara ulaşma çabası ve bu çabanın beraberinde getirdiği öz eleştirisi ve kaygıdır.

Ölçek, özellikle maladaptif mükemmeliyetçilik bileşenlerine odaklanarak, kişinin hata yapmaktan duyduğu yoğun endişeyi ve ailesinden aldığı destek eleştirel tutumu ölçmekte kritik rol oynar. Bu alt boyutların her biri, mükemmeliyetçilik spektrumundaki farklı bir bilişsel veya davranışsal paterni temsil etmektedir.

Geçerlik

Kaynak içerikte geçerlik bilgisine dair spesifik istatistiksel veriler sunulmamış olsa da, Kağan (2011) tarafından gerçekleştirilen Türkçe adaptasyon çalışması, ölçeğin yapı geçerliliğini ve ölçüt bağımlı geçerliliğini kuramsal beklentilere uygun olarak incelemiştir. Yapı geçerliliği, ölçeğin teorik olarak varsayılan alt faktörlü yapıyı doğru bir şekilde ölçtüğünü göstermek için genellikle faktör analizi yöntemleri kullanılarak test edilmektedir.

Geçerlik çalışmaları, genellikle ölçeğin diğer ilgili psikolojik yapılarla (örneğin, nevroz, kaygı, depresyon) beklenen yönde korelasyon gösterip göstermediğini inceleyen eş zamanlı geçerlik analizlerini içermektedir. Bu tür bir adaptasyon çalışmasında, orijinal ölçeğin kavramsal yapısının korunması temel bir geçerlik göstergesidir.

Güvenirlilik

Kaynak içerikte güvenirlik (reliability) katsayısı bilgisi eksik olmasına rağmen, adaptasyon çalışmaları standart olarak iç tutarlılık (Cronbach Alfa katsayısı) ve test-tekrar test güvenilirliği yöntemleri kullanılmaktadır. Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin başarıyla bir adaptasyonu, hem toplam skor hem de her bir alt boyut için kabul edilebilir düzeyde yüksek iç tutarlılık katsayılarının elde edildiğini varsıymaktadır.

Türkçe formun psikometrik özelliklerinin detaylıca incelendiği Kağan (2011) çalışmasında, ölçeğin zaman içinde tutarlı sonuçlar verdiğini göstermek amacıyla test-tekrar test korelasyonlarının raporlanması beklenir. Bu, ölçeğin ölçtüğü yapıların stabil olduğunu ve ölçüm hatalarının düşük olduğunu gösterir.

Faktör Analizi

Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin Türkçe formunun psikometrik özelliklerini inceleyen adaptasyon çalışması, ölçeğin orijinal yapısının doğrulamak amacıyla faktör analizi kullanılmıştır. Bu analiz sonucunda, ölçeğin 6 alt boyutu ve toplam 35 maddesi doğrulanmıştır. Bu alt boyutlar, mükemmeliyetçiliğin farklı tezahürlerini yansıtmaktadır:

Hata Yapma Endişesi: Hatalara karşı negatif reaksiyon gösterme.

Kişisel Standartlar: Kendine yönelik belirlenen yüksek, bazen ulaşılamaz standartlar.

Ailesel Beklentiler: Aileden alınan yüksek başarı hedefleri ve baskı.

Aileden Eleştirisi: Ebeveynlerin sürekli müdahaleci ve eleştirel de?erlendirmeleri.

Yaptıktan Emin Olamama: Yapılan işlerin yeterince iyi olmadı? yönündeki sürekli şüphesi.

Düzen: Tertip, düzen ve organizasyona verilen a?r? önem.

Ölçek Bilgileri

Test Type: Uyarlama (Adaptation)

Format: Bireyin kendi kendine uyguladığı (Self-Report) bir envanterdir. Toplam 35 madde içermektedir.

Language Available: Türkçe (Türk adaptasyonu), İngilizce (Orijinal versiyon).

Population Group: Klinik ve normal popülasyonlar.

Age Group: Yetişkinler ve ergenler.

Population Details: Ölçeğin psikometrik özellikleri Türkiye'deki üniversite öğrencileri ve genel popülasyon örneklemi üzerinde test edilmiştir.

Test Methodology: Ölçek, 5'li Likert tipi bir derecelendirme kullanır (1= kesinlikle katılmıyorum - 5= kesinlikle katılıyorum). Yüksek puanlar ilgili mükemmeliyetçilik boyutunda yüksek eğilimi işaret eder.

Anahtar Kelimeler

Likert Ölçeği, Faktör Analizi, Adaptasyon, Psikolojik De?erlendirme, Yüksek Standartlar, Öz Eleştirisi.

Yazarlar Detayları

Author ORCID Identifier: Bilinmiyor

Affiliation Email addresses: drsuatekinci@gmail.com (iletişim adresi)

Correspondence Address: İletişim e-posta adresi üzerinden sağlanabilir.

İzinler, Ücret ve Test Yolu

Ölçeğin orijinal geliştirilme yılı 1990'dır (Frost ve di.). Türkçe adaptasyon çalışması 2011 yılında yayınlanmıştır. Ölçeğin akademik kullanımına ilişkin izinler için sorumlu yazar Mücahit Kaşan veya ilgili yayıncı ile iletişime geçilmesi gerekmektedir. Ticari kullanım için ek izinler ve

ücretler söz konusu olabilir.

Referanslar

Ka?an, M. (2011). Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin Türkçe formunun psikometrik özellikleri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12(3), 192-197. (DOI: Bilinmiyor)

Makalenin orijinal referans linki: uv.tulakbim.gov.tr

Ölçeğinin orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: [frost-cok-boyutlu-mukemmeliyetcilik-olcegi-toad.pdf](http://uv.tulakbim.gov.tr/frost-cok-boyutlu-mukemmeliyetcilik-olcegi-toad.pdf)

Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Maddeleri

IMPORTANT: The following scale items must be preserved in their original language and must not be changed in any way.

6 alt boyut ve 35 madde

Hata Yapma Endişesi (8 m): Yapılan hatalara negatif reaksiyon gösterme, hataların neredeyse başarısızlık olarak kabullenilmesi eğilimine sahip olmak ve böyle bir başarısızlık sonrasında diğerlerinin kendisine olan saygısını kaybedeceği inancına eğilimli olmak.

Kişisel standartlar (8 m): Çok yüksek standartların belirlenmesi ve kendini değerlendirirken bu yüksek standartlara gereğinden fazla önem verilmesi.

Ailesel beklentiler (5 m): Kişinin ailesinin çok yüksek amaçlar belirlemesi ve sürekli olarak ailesi eleştirisi yaptıklarına eğilimli olmak.

Aileden Eleştirisi (4 m): Ebeveynlerin çocuklarının genel devalendirmelerinde devamlı müdahaleci olmaları ve bu devalendirmelere çocuğun da çok yüksek değer vermesi eğiliminde olunması.

Yaptığından Emin Olamama (4 m): Yürütülen işlerin tatmin edecek kadar düzgün olmadıkları duygusuna eğilimli olmak.

Düzen (6 m): Tertip ve düzene verilen tercihler ve önem dereceleri.