

مقیاس کمال‌گرایی چندبُعدی تهران-۳۰: پرسشنامه، روش اجرا و نمره‌گذاری

Tehran Multidimensional Perfectionism Scale-30: Questionnaire, Instruction and Scoring

Mohammad Ali Besharat, PhD
University of Tehran

محمدعلی بشارت
دانشگاه تهران

پژوهشگر گرامی

مقیاس کمال‌گرایی چندبُعدی تهران-۳۰ یک آزمون ۳۰ ماده‌ای است و بر اساس مقیاس‌های قبلی (فروست و دیگران، ۱۹۹۰؛ فلت و هویت، ۲۰۰۲؛ هویت و فلت، ۱۹۹۱الف) توسط بشارت (۱۳۸۶) به فارسی ساخته شده است. این مقیاس، سه بُعد کمال‌گرایی خودمحور^۲، کمال‌گرایی دیگرمحور^۳ و کمال‌گرایی جامعه‌محور^۴ را در اندازه‌های پنج درجه‌ای لیکرت از نمره ۱ تا ۵ می‌سنجد. حداقل و حداکثر نمره آزمودنی در زیرمقیاس‌های سه‌گانه آزمون به ترتیب ۱۰ و ۵۰ است. ضرایب آلفای کرونباخ زیرمقیاس‌های کمال‌گرایی خودمحور، کمال‌گرایی دیگرمحور و کمال‌گرایی جامعه‌محور در نمونه‌ای متشکل از ۵۰۰ دانشجوی دانشگاه تهران، به ترتیب ۰/۹۰، ۰/۹۱ و ۰/۸۱ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی^۵ خوب مقیاس است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های ۷۸ نفر از آزمودنی‌ها در دو نوبت با فاصله دو تا چهار هفته برای سنجش اعتبار بازآزمایی^۶ محاسبه شد. این ضرایب برای کمال‌گرایی خودمحور، کمال‌گرایی دیگرمحور و کمال‌گرایی جامعه‌محور به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۷۹ و ۰/۸۴ معنادار بودند که نشانه اعتبار بازآزمایی رضایت‌بخش مقیاس است. روایی همزمان مقیاس کمال‌گرایی چندبُعدی تهران-۳۰ از طریق اجرای همزمان مقیاس مشکلات بین‌شخصی-۶۰^۷ (بشارت، ۱۳۸۸الف؛ هرویتز و دیگران، ۱۹۸۸)، مقیاس سلامت روانی^۸ (بشارت، ۱۳۸۸ب؛ ویت و ویر، ۱۹۸۳) و زیرمقیاس‌های نوروگرایی و برون‌گردی مقیاس شخصیتی NEOPI-R (کاستا و مک‌کرا، ۱۹۹۲) در مورد آزمودنی‌ها محاسبه شد. نتایج ضرایب همبستگی پیرسون نشان داد که بین نمره آزمودنی‌ها در زیرمقیاس کمال‌گرایی خودمحور با مشکلات بین‌شخصی (۰/۴۴)، بهزیستی روان‌شناختی (۰/۶۲-)، درماندگی روان‌شناختی (۰/۵۹) و نوروگرایی (۰/۷۴) همبستگی معنادار وجود دارد. نتایج همچنین نشان داد که بین نمره آزمودنی‌ها در زیرمقیاس کمال‌گرایی دیگرمحور با مشکلات بین‌شخصی (۰/۱۹)، بهزیستی روان‌شناختی (۰/۳۵-)، درماندگی روان‌شناختی (۰/۲۶)، نوروگرایی (۰/۲۵) و برون‌گردی (۰/۲۲-) و بین نمره آزمودنی‌ها در زیرمقیاس کمال‌گرایی جامعه‌محور با بهزیستی روان‌شناختی (۰/۲۷) و برون‌گردی (۰/۴۴-) همبستگی معنادار وجود دارد. این نتایج روایی همزمان مقیاس کمال‌گرایی چندبُعدی تهران-۳۰ را تایید می‌کند (بشارت، ۱۳۸۶، ۲۰۱۱).

1 - Tehran Multidimensional Perfectionism Scale-30 (TMPS-30)

2 - self-oriented perfectionism

3 - other-oriented perfectionism

4 - socially prescribed perfectionism

5 - internal consistency

6 - test-retest reliability

7 - Inventory of Interpersonal Problems-60 (IIP-60)

8 - Mental Health Inventory-28 (IIP-28)

پاسخ‌دهنده گرامی

با سلام و احترام، این پرسشنامه شامل ۳۰ جمله است. هر جمله را با دقت بخوانید و یکی از پنج گزینه را که بیشتر با ویژگی شخصیتی شما مطابقت دارد انتخاب کنید. هیچ یک از جمله‌ها را بدون پاسخ نگذارید. از همکاری شما سپاسگزاریم.

کاملاً مخالفم	مخالفم	نمی‌دانم	موافقم	کاملاً موافقم	عبارت
					۱. نمی‌توانم حتی یک اشتباه را در کارم تحمل کنم.
					۲. به چیزی کمتر از کامل و ایده‌آل بودن قانع نمی‌شوم.
					۳. هرچقدر کاری را خوب انجام داده باشم باز هم از عملکردم ناراضی هستم.
					۴. احساس می‌کنم همیشه باید در زندگی (درس، کار و غیره) کاملاً موفق باشم.
					۵. وقتی به هدف‌هایم می‌رسم باز هم احساس نارضایتی می‌کنم.
					۶. هدف‌ها و آرمان‌هایم بسیار عالی هستند.
					۷. هر چقدر کاری را دقیق انجام می‌دهم باز هم احساس می‌کنم کاملاً درست انجام نداده‌ام.
					۸. اگر حتی یک اشتباه در کارم باشد ناراحت و آشفته می‌شوم.
					۹. در مورد هر کار جزئی که انجام می‌دهم تردید می‌کنم.
					۱۰. احساس می‌کنم خیلی کمال‌گرا هستم.
					۱۱. از بستگانم انتظار دارم که کامل و ایده‌آل باشند.
					۱۲. وقتی از کسی می‌خواهم کاری انجام دهد، انتظار دارم آن را کامل و بی‌نقص انجام دهد.
					۱۳. حوصله‌ کسانی را که برای بهتر و کامل تر شدن خودشان تلاش نمی‌کنند ندارم.
					۱۴. نمی‌توانم اشتباه دیگران را تحمل کنم.
					۱۵. هیچ‌وقت از عملکرد دیگران احساس رضایت نمی‌کنم.
					۱۶. انتظار دارم دیگران همواره منظم و دقیق باشند.
					۱۷. وقتی کسی کاری را نصف و نیمه انجام می‌دهد احساس می‌کنم اصلاً انجام نداده است.
					۱۸. انتظار دارم دیگران به دنبال اهداف و آرمان‌های عالی باشند.
					۱۹. تصور نمی‌کنم دیگران بتوانند انتظارات مرا برآورده سازند.
					۲۰. نمی‌توانم نسبت به کسانی که برای تحقق هدف‌ها و آرمان‌های عالی تلاش نمی‌کنند، احساس خوبی داشته باشم.
					۲۱. خانواده‌ام از من انتظار دارند کامل و ایده‌آل باشم.
					۲۲. اطرافیانم انتظار دارند در هر کاری کاملاً موفق باشم.
					۲۳. وقتی کاری انجام می‌دهم احساس می‌کنم دیگران با دیدی انتقادی در مورد آن قضاوت خواهند کرد.
					۲۴. هر چقدر کاری را کامل و بی‌نقص انجام می‌دهم باز هم دیگران انتظار دارند که کاملتر انجام دهم.
					۲۵. احساس می‌کنم دیگران بیش از حد از من توقع دارند.
					۲۶. در کودکی هرگاه کاری را کاملاً درست انجام نمی‌دادم، سرزنش و تنبیه می‌شدم.
					۲۷. والدینم هیچ وقت اشتباهات مرا نادیده نگرفتند.
					۲۸. والدینم از من می‌خواستند که در هر کاری و هر چیزی بهترین باشم.
					۲۹. تصور نمی‌کنم هرگز بتوانم انتظارات و توقعات خانواده‌ام را برآورده سازم.
					۳۰. اگر اشتباهی از من سر بزند، دیگران به‌دیده تحقیر به من نگاه می‌کنند.

روشن نمره‌گذاری

ابتدا نمره هر گزینه را به این صورت مشخص کنید: کاملاً مخالفم = ۱، مخالفم = ۲، نمی‌دانم = ۳، موافقم = ۴، کاملاً موافقم = ۵. سپس نمره هر یک از زیرمقیاس‌های کمال‌گرایی خودمحور، کمال‌گرایی دیگرمحور و کمال‌گرایی جامعه‌محور را با جمع نمره ماده‌های هر زیرمقیاس برحسب جدول زیر محاسبه کنید.

مقیاس کمال‌گرایی چندبُعدی تهران-۳۰

ماده	زیرمقیاس
۱ تا ۱۰	کمال‌گرایی خودمحور
۱۱ تا ۲۰	کمال‌گرایی دیگرمحور
۲۱ تا ۳۰	کمال‌گرایی جامعه‌محور

منابع

- بشارت م. ع. (۱۳۸۶). ساخت و اعتبار یابی مقیاس کمال‌گرایی چندبُعدی تهران. فصلنامه پژوهش‌های روان‌شناختی، ۱۹، ۴۹-۶۷.
- بشارت، م. ع. (۱۳۸۸ الف). بررسی پایایی، روایی و تحلیل عاملی فرم ۶۰ سوالی مقیاس مشکلات بین شخصی در جمعیت ایرانی. فصلنامه روان‌شناسی معاصر، ۸، ۳۶-۲۵.
- بشارت، م. ع. (۱۳۸۸ ب). پایایی و روایی فرم ۲۸ سولی مقیاس سلامت روانی در جمعیت ایرانی. مجله علمی پزشکی قانونی، ۵۴، ۸۷-۹۱.
- Besharat, M. A. (2011). Development and validation of Tehran Multidimensional Perfectionism Scale. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 79- 83.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Horowitz, L. M., Rosenberg, S. E., Baer, B. A., Ureno, G., & Villasenor, V. S. (1988). Inventory of Interpersonal Problems: Psychometric properties and clinical applications. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 885-892.
- Veit, C. T. & Ware, J. E. (1983). The structure of psychological distress and well-being in general population. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51, 730-742.