

NEREDEYSE MÜKEMMEL ÖLÇEĞİ KISA FORMU: TÜRKÇEYE UYARLAMA, GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

İrem ÖZER

Marmara University, Institute of Educational Sciences, Department Of Guidance And Psychological Counseling

ORCID ID: 0009-0001-4148-1213

Prof. Dr. Halil EKŞİ

Marmara University, Institute of Educational Sciences, Department Of Guidance And Psychological Counseling

ORCID ID: 0000-0001-7520-4559

Dr. Öğr. Üyesi İbrahim Halil DEMİR

Van Yüzüncü Yıl University, Faculty of Science, Department of Guidance and Psychological Services in Education

ÖZET

Bu çalışmada bireylerde mükemmeliyetçilik düzeylerini ölçmek için geliştirilen Daha Kısa Neredeyse Mükemmel Ölçeği'nin 5 maddelik formunun Türk kültürüne uyarlanması amaçlanmaktadır. Bireylerde mükemmeliyetçilik düzeylerini ölçmek için geliştirilen Short Almost Perfect Scale 5 maddelik formunun ulusal literatürümüze katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Kenneth G.Rice ve arkadaşları tarafından geliştirilen Almost Perfect Scale 23 maddeden oluşmaktadır. Sonrasında ise yine Kenneth G.Rice ve arkadaşları tarafından bu formun 8 maddelik ve 5 maddelik versiyonları da oluşturulmuştur. Kısa Neredeyse Mükemmel Ölçeği 5 maddelik formu 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Standartlar alt boyutunda 2 madde bulunurken Tutarsızlık alt boyutunda 3 madde bulunmaktadır. Yapılacak bu uyarlama çalışması doğrultusunda ölçeğin 5 maddelik kısa formunda yer alan maddeler uzmanlar tarafından Türkçeye çevrilmiş ve kontrol amacıyla seçilen ölçek maddelerinin Türkçe hali başka uzmanlar tarafından İngilizceye çevrilerek kontrolü sağlanmıştır. Maddelerin geçerliliğini ölçmek için Nisan 2024 tarihinde 18-65 yaş aralığında 300 kadar yetişkine uygulanması hedeflenmektedir. Ölçek maddelerin uyum geçerliğini sağlamak için ölçeğin uzun formununun Türkçeye uyarlanmış hali kullanılacaktır. Elde edilen veriler doğrultusunda verilerin analizi için faktör analizi yapılacaktır.

Anahtar Kelimeler: Mükemmeliyetçilik, Ölçek

ABSTRACT

This study aims to adapt the 5-item form of the Shorter Almost Perfect Scale developed to measure perfectionism levels in individuals to Turkish culture. Perfectionism has been a topic that many researchers have studied in both national and international literature. Perfectionism can be explained as a compelling or superior effort to achieve results above one's own standards.

Perfectionist individuals are hardly satisfied or unsatisfied with the results they achieve. Perfectionist individuals may experience illnesses such as anxiety and depression because they constantly expose themselves to difficult conditions. In addition, the concept of perfectionism is not only negative but also has a multifaceted structure. In addition to individuals setting high expectations and being dissatisfied with the results by showing excessive effort, perfectionism can also lead to high performance and more meaningful satisfaction as a result. Perfectionism is a common trait that can be observed in many people from an early age. Therefore, it is thought that the Short Almost Perfect Scale 5-item form developed to measure perfectionism levels in individuals will contribute to our national literature. The Almost Perfect Scale developed by Kenneth G. Rice and colleagues consists of 23 items. Later, Kenneth G. Rice et al. also developed 8-item and 5-item versions of this form. The 5-item Short Almost Perfect Scale consists of 2 sub-dimensions. There are 2 items in the Standards sub-dimension and 3 items in the Inconsistency sub-dimension. In line with this adaptation study, the items in the 5-item short form of the scale were translated into Turkish by experts and the Turkish version of the selected scale items was translated into English by other experts for control purposes. In order to measure the validity of the items, it is aimed to be administered to 300 adults between the ages of 18-65 in April 2024. To ensure the convergent validity of the scale items, the Turkish version of the long form of the scale will be used. In line with the data obtained, factor analysis will be performed to analyze the data.

Key Words: Perfectionism, Scale

1.GİRİŞ

Mükemmeliyetçilik kavramı yıllardır birçok araştırmacı tarafından incelenen ama ortak bir tanımı olmayan bir kavramdır. Genel olarak mükemmeliyetçilik negatif, tek yönlü ve patolojik bir özellik olarak dikkate alınmıştır.(Burns, 1980; Hewitt ve Flett, 1991) Mükemmeliyetçilik genel olarak kişilerin kendilerine yüksek standartlar koyması ve bu standartlara ulaşmak için aşırı çaba gösterirken olumsuz algılarının olmasıdır. (Frost ve diğ.,1990) Mükemmeliyetçi kişiler beklentilerini karşılamak için yoğun çaba gösterdikten sonra da sonuçlardan tatmin olmamaktadır. Mükemmeliyetçilik kavramı araştırıldığı ilk zamanlarda olumsuz bir kavram olarak değerlendirilse de Hamachek (1978) yaptığı araştırmalarla mükemmeliyetçiliğin normal ve nevrotik olmak üzere iki boyutunu ortaya koymuştur. Ona göre normal mükemmeliyetçiler, daha gerçekçi standartlar belirleyerek hedeflerine ulaşma konusunda daha fazla doyum yaşarlar. Nevrotik mükemmeliyetçi bireyler ise çok daha yüksek standartlar belirleyerek daha fazla yetersizlik duygusu yaşarlar. Slaney ve diğerleri (2001), mükemmeliyetçiliği uyumlu ve

uyumsuz olmak üzere ikiye ayırmaktadır. Uyumsuz mükemmeliyetçilik bireyin gerçekdışı hedeflerine yönelik endişeleri ve kendisine yönelik sert eleştirel tutumunu ifade ederken uyumlu mükemmeliyetçilik ise bireylerin hedefe ulaşma konusunda mükemmeliyetçiliğin motive kaynağı olarak bireyin tatmin yaşamasına yardımcı bir etkidir.

Bireylerde mükemmeliyetçilik düzeylerini ve mükemmeliyetçiliğin boyutunu ölçmek için çeşitli ölçekler geliştirilmiştir. (Hewitt, Flett, Turnbull-Donovan, Mikail, 1991; Frost, Marten, Lahart, Rosenblate, 1990; Smith, Saklofske, Stoeber, Sherry, 2016) Slaney ve diğerleri (2001) tarafından geliştirilen Almost Perfect Scale'in ilk ve uzun formunda uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilik düzeylerini belirlemek için kullanılmaktadır. Bu ölçekte mükemmeliyetçilik düzeylerinin belirlenmesi için 3 alt boyut ve 23 madde bulunmaktadır. Bu 3 alt boyut standartlar, düzen ve tutarsızlık boyutlarıdır. Standartlar ve düzen uyumlu mükemmeliyetçilik düzeyini ölçmeye yarararken tutarsızlık alt boyutu uyumsuz mükemmeliyetçilik düzeyini ölçmektedir. Ölçeğin Çinceye, Felemenkçeye, Almancaya, Fransızcaya, Yunancaya, İtalyancaya, Koreceye, Letoncaya, Litvancaya, Portekizceye, Rusçaya, Slovakçaya, İspanyolcaya, Urduçaya, Tayçaya, Arapçaya ve Türkçeye uyarlamaları yapılmıştır.

Rice, Richardson ve Tueller(2013) tarafından Almost Perfect Scale-Revise kısa formu oluşturulmuştur. Uzun formda yer alan maddeler 8 maddeye düşürülmüş; standartlar ve tutarsızlık olmak üzere iki boyutla değiştirilmiştir. Ölçeğin geliştirilen bu kısa formunun ardından Rice, Wang ve diğerleri(2024) tarafından kısa formunun daha kısa bir hali oluşturulmuştur. Ölçeğin son kısa formunda 5 madde ile standartlar ve tutarsızlık alt boyutları yer almaktadır.

2.YÖNTEM

2.1.Evren ve Örneklem /Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu 18-65 yaş arası farklı illerde yaşayan 406 kişi oluşturmaktadır. Katılımcıların 256'sı (%63,05) kadın 148'i (%36,45) erkektir. Katılımcıların yaş ortalaması 33,63'tür. Araştırmanın yapı geçerliliğini sağlamak için 120 kişiye ulaşılmıştır. Katılımcıların belirlenmesinde kartopu örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Kartopu örnekleme yöntemi, araştırmacının katılımcılardan diğer katılımcıları belirlemesini isteyerek oluşturulur. (Creswell,2017)

2.2.Veri Toplama Araçları

Neredeyse Mükemmel Ölçeği-Revize: Bu ölçek yapı geçerliliğini test etmek amacıyla kullanılmıştır. Neredeyse Mükemmel Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması Ulu, Tezer ve

Slaney(2012) tarafından yapılmıştır. Ölçekte uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilik düzeyleri belirlenmektedir. Ölçek 7’li likert, 23 madde ve yüksek standartlar, düzen ve tutarsızlık olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutların Cronbach alpha puanları .85 ve .92 arasında değişmektedir. Ölçekte alt boyutlara göre alınan yüksek puanlar uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilik düzeylerini göstermektedir.

2.3.İşlem

Neredeyse Mükemmel Ölçeği Daha Kısa Formu’nun Türkçe’ye uyarlanması için ölçeği geliştiren araştırmacılar ile elektronik posta aracılığıyla iletişime geçilerek gerekli izinler alınmıştır. Ölçekte yer alan maddeler çeviri tekrar çeviri yapılarak Türkçe form hazırlanmış ve dil uzmanları tarafından onaylanmıştır. Oluşturulan Türkçe form Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanında yer alan uzmanlar tarafından incelenmiş ve öneriler doğrultusunda ölçeğin son hali oluşturulmuştur.

Neredeyse Mükemmel Ölçeği Kısa formunun geçerlik çalışmaları için doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizinin yapılması için AMOS programı kullanılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi ile test edilen modelin uyum iyiliğini belirlemek Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (RMSEA), Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI), İyilik Uyum İndeksi (GFI), Normlaştırılmış Uyum İndeksi (NFI), Standartlaştırılmış Ortalama Hataların Karekökü (SRMR) kullanılmıştır.

Neredeyse Mükemmel Ölçeği Kısa Formu’nun ölçüt geçerliliğini test etmek amacıyla Neredeyse Mükemmel Ölçeği Türkçe Formu ile ilişkisine bakılmıştır. Neredeyse Mükemmel Ölçeği Daha Kısa Formu’nun ölçüt geçerliliğini sağlamak adına Ulu ve Tezer (2012) tarafından Türkçe’ye uyarlanması yapılan uzun formunun kullanılması tercih edilmiştir.

3.BULGULAR

3.1.Doğrulayıcı Faktör Analizine İlişkin Bulgular

Yapılan birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum indeksi verileri aşağıdaki tabloda verilmiştir.

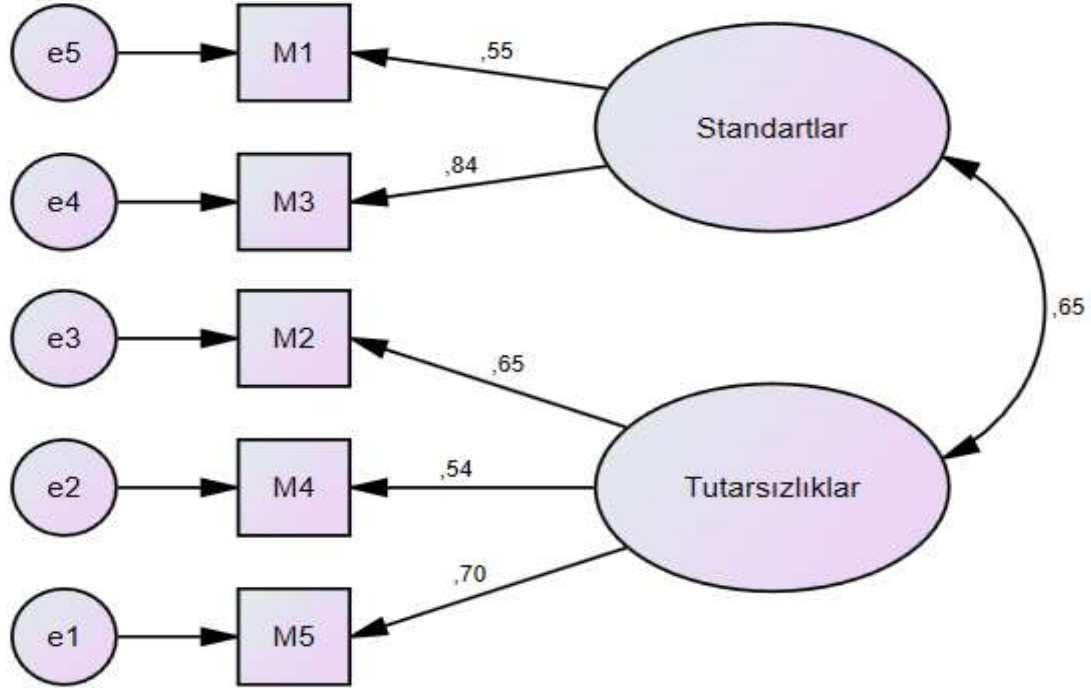
Tablo 1

Düzye	X ²	df	X ² /df	RMSEA	NFI	GFI	CFI	SRMR
1. Düzey	12,837	4	3,20	0,07	0,97	0,99	0,98	0,03

Tablo 1 incelendiğinde RMSEA, NFI, GFI, CFI ve SRMR değerleri iyi uyum değerleri arasındadır. DFA sonuçları ölçeğin verilerle iyi bir uyum sağladığını göstermektedir. Ki-kare/df oranı kabul edilebilir bir sınırdan olsa da diğer uyum indeksleri (RMSEA, NFI, GFI, CFI,

SRMR) oldukça iyi sonuçlar göstermektedir. Bu da ölçeğin genel olarak verilerle iyi bir uyum sağladığını ve güvenilir olduğunu göstermektedir.

Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi Diyagramı



Bu DFA diyagramı, ölçeğin genel yapısını ve her bir maddenin faktörlerle olan ilişkisini açıklamaktadır. Diyagramda, iki ana faktörün (Standartlar ve Tutarsızlıklar) her birinin farklı maddeler tarafından ölçüldüğü ve bu maddelerin her birinin kendi hata terimlerine sahip olduğu gösterilmektedir. Faktör yüklerinin çoğu 0.50'nin üzerinde bu da her bir maddenin kendi faktörünü iyi derecede temsil ettiğini göstermektedir.

Yapılan ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum indeksleri aşağıdaki tabloda verilmiştir.

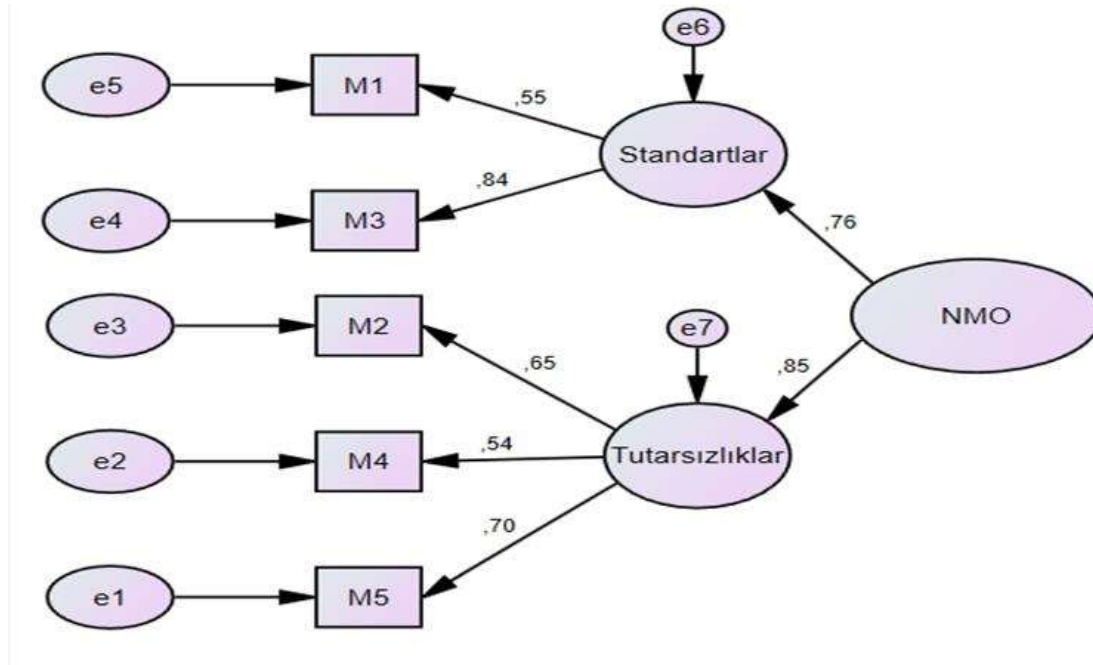
Tablo 2

Düzey	X ²	df	X ² /df	RMSEA	NFI	GFI	CFI	SRMR
2. Düzey	12,837	4	3,20	0,070	0,97	0,99	0,98	0,03

Bu ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi sonuçları, modelin verilerle çok iyi bir uyum sağladığını göstermektedir. Ki-kare/df oranı kabul edilebilir sınırlar içindedir, diğer uyum indeksleri (RMSEA, NFI, GFI, CFI, SRMR) ise mükemmel veya çok iyi uyum göstermektedir. Bu, modelin hem birinci düzey faktörler (alt faktörler) hem de bu faktörlerin ikinci düzey bir

yapı tarafından iyi bir şekilde açıklandığını göstermektedir. Sonuç olarak, modelin genel olarak verilerle iyi bir uyum sağladığı ve güvenilir olduğu söylenebilir.

İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi Diyagramı



Bu ikinci düzey DFA modeli, NMO'nun Standartlar ve Tutarsızlıklar faktörleri aracılığıyla nasıl ölçüldüğünü ortaya koymaktadır. Standartlar ve Tutarsızlıklar faktörlerinin her biri, kendi gözlem maddeleriyle iyi bir şekilde temsil edilmekte olup, bu faktörlerin NMO ile olan ilişkisi güçlü ve anlamlıdır. Bu sonuçlar, modelin genel yapısının geçerliliğini ve güvenilirliğini desteklemektedir.

3.2. Güvenirlik

Ölçeğin geliştirilen Türkçe formunun güvenilirliğini sınamak için iç tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır. Neredeyse Mükemmel Ölçeği Daha Kısa Formu'nun alt boyutlarına ait Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 3

Faktör	Cronbach Alpha Değeri
Standartlar	,72
Tutarsızlıklar	,71
Ölçek Genel	,72

Tablo incelendiğinde ölçeğin faktörlerine ilişkin iç tutarlılık katsayıları 0,71 ve 0,72'dir. Cronbach Alfa katsayısının 0,70 veya daha üzerinde bir değer alması ölçekte yer alan maddelerin tutarlı olarak aynı özelliği ölçtüğünü göstererek güvenilirlik kazandırmaktadır.

(Edmonds & Kennedy, 2017) Tabloda yer alan sonuçlara göre ölçeğin faktörlerinin ve genel iç tutarlılık katsayılarının yeterli olduğu, ölçeğin Türkçe formunun güvenilir sonuçlar verdiği görülmektedir.

4.TARTIŞMA ve SONUÇ

Yapılan bu araştırmanın amacı Rice ve arkadaşları (2024) tarafından geliştirilen Neredeyse Mükemmel Ölçeği Daha Kısa Formu'nun Türkçeye uyarlaması ve geçerlik, güvenirlik çalışmasının yapılmasıdır.

Ölçeğin uyarlanması çalışması için öncelikle orijinal form ve Türkçe formu arasında dil eşdeğerliliği sağlanmıştır. Dil eşdeğerliliği uzmanlar tarafından kontrol edildikten sonra Türkçeye çevrilen 5 maddelik ölçek 406 katılımcıya uygulanmıştır. Ölçeğin uyarlanması için elde edilen veriler Doğrulayıcı Faktör Analizi yapılarak sınanmıştır. Ölçekte “Standartlar” alt boyutunda 2 madde ve “Tutarsızlık” alt boyutunda 3 madde olmak üzere toplamda 5 madde bulunmaktadır. Yapılan Doğrulayıcı Faktör Analizi sonucunda ölçeğin Türkçe formunda uyum indekslerinin iyi düzeyde olduğu görülmüştür.

Uyarlaması gerçekleştirilen Neredeyse Mükemmel Ölçeği Daha Kısa Formu'nun Cronbach's Alfa iç tutarlılık katsayısı 0,71 olduğu görülmüştür. Bu da elde edilen bulgular sonucunda Türkiye'de ölçeğin geçerli ve güvenilir ölçe aracı olarak kullanılabileceğini göstermektedir.

Uyarlaması yapılan ölçeğin orijinal formunun geliştirilmesi için 2 farklı çalışma yapılarak ilk çalışmada 803 katılımcıya, ikinci çalışmada 3921 katılımcıya ulaşılmıştır. Ölçeğin orijinal formunun geliştirilmesinde yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda da iyi düzeyde uyum indeksleri elde edilmiştir.

Mükemmeliyetçilik kavramı ulusal ve uluslararası literatürde sıklıkla araştırma konusu olmaktadır. Mükemmeliyetçiliğin olumsuz etkilerinin yanı sıra son zamanlarda olumlu yönleri olabileceği de vurgulanmaktadır. Hamachek (1978) mükemmeliyetçiliği normal ve nevrotik olmak üzere ikiye ayırmaktadır. Yine mükemmeliyetçiliği uyumlu ve uyumsuz olmak üzere ele alan araştırmalar da bulunmaktadır. (Hewitt ve Feltt, 1991) Neredeyse Mükemmel Ölçeği Daha Kısa Formu uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçiliği ölçmek amacıyla Rice ve arkadaşları (2024) tarafından geliştirilerek alana sunulmuştur. Geliştirilen bu ölçeğin analizinde elde edilen bulgulara göre ölçek uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçiliği ölçmek için güvenilir sonuçlar vermektedir. Yapılan bu çalışma ile Neredeyse Mükemmel Ölçeği Daha Kısa Formu'nun Türkçe formu hazırlanmış ve geçerliliği sınanmıştır. Elde edilen bulgular sonucunda ölçeğin Türk kültürüne uygunluğu yeterli görülmüş, güvenilir sonuçlar vereceği kanıtlanmıştır.

Araştırmanın sınırlılığı olarak ölçeğin uyarlanmasıyla 406 katılımcıya ulaşılmıştır. Daha güvenilir sonuçlar elde etmek için daha fazla katılımcıya ulaşılabilir, bu ölçeğin diğer ülkelerde yapılan araştırmalarındaki bulgularıyla ülkemizde elde edilen bulguların karşılaştırılması yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Altstötter-Gleich, C., & Bergemann, N. (2006). Testgüte einer deutschsprachigen Version der Mehrdimensionalen Perfektionismus Skala von Frost, Marten, Lahart und Rosenblate (MPS-F). *Diagnostica*, 52(3), 105–118. <https://doi.org/10.1026/0012-1924.52.3.105>
- Arana, F. G., Rice, K. G., & Ashby, J. S. (2018). Perfectionism in Argentina and the United States: Measurement structure, invariance, and implications for depression. *Journal of Personality Assessment*, 100(2), 219-230. <https://doi.org/10.1080/00223891.2017.1296845>
- Buliņa, R. (2014). Relations between adaptive and maladaptive perfectionism, self-efficacy, and subjective well-being. *Psychology Research*, 4(10), 835-842.
- Creswell, J. W. (2017). Eğitim araştırmaları: Nicel ve nitel araştırmanın planlanması, yürütülmesi ve değerlendirilmesi. Edam.
- Diamantopoulou, G., & Platsidou, M. (2014). Factorial validity and psychometric properties of the Greek version of the Almost Perfect Scale-Revised (APS-R). *Hellenic Journal of Psychology*, 11, 123–137.
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., & Berg, J. L. (2011). Perfectionism dimensions and the five-factor model of personality. *European Journal of Personality*, 26(3), 233–244. <https://doi.org/10.1002/per.829>
- Edmonds, W. A., & Kennedy, T. D. (2017). An applied guide to research designs: Quantitative, qualitative, and mixed methods (2nd ed.). SAGE.
- Fatima Ali Bokhari, & Shahed, S. (2019). Psychometric properties of the Urdu version of Almost Perfect Scale-R. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 17(2), 84-89.
- Filippello, P., Sorrenti, L., Buzzai, C., & Costa, S. (2016). L'Almost Perfect Scale-Revised: Un contributo all'adattamento italiano. *Giornale Italiano di Psicologia*, 4, 911-930. <https://doi.org/10.1421/85584>
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). Frost Multidimensional Perfectionism Scale (FMPS) [Database record]. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t05500-000>
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15(1), 27–33.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456–470. <https://doi.org/10.1037/00223514.60.3.456>
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Turnbull-Donovan, W., & Mikail, S. F. (1991). The Multidimensional Perfectionism Scale: Reliability, validity, and psychometric properties in psychiatric samples. *Psychological Assessment*, 3(3), 464–468. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.3.3.464>
- Kira, I., Shuwiekh, H., Rice, K., & Ashby, J. (2018). Is the “Almost Perfect Scale” almost perfect? The psychometric properties of the Arabic version of APS-R and its short form. *Psychology*, 9(7), 1875–1897. <https://doi.org/10.4236/psych.2018.97109>
- Kontrimienė, S. (2014). Relationships between adaptive and maladaptive perfectionism and perceived parenting styles in a sample of university students. *Acta Paedagogica Vilnensia*, 33, 96–115. <https://doi.org/10.15388/actpaed.2014.33.4389>
- Nanthasarn, S., Intraprasert, D., & Prayai, N. (2023). The measurement development of the Almost Perfect Scale-Revised Thai Version for academically gifted students of Mahidol Wittayanusorn School and Kamnoetvidya Science Academy. *Journal of Behavioral Science for Development*, 15(1), 125–146.

- Park, H. J. (2009). Validation of the Almost Perfect Scale-Revised. *Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 21(1), 131–149.
- Smith, M. M., Saklofske, D. H., Stoeber, J., & Sherry, S. B. (2016). The Big Three Perfectionism Scale: A new measure of perfectionism. *Journal of Psychoeducational Assessment*.
<https://doi.org/10.1177/0734282916651539>
- Rice, K. G., Richardson, C. M. E., & Tueller, S. (2014). The short form of the Revised Almost Perfect Scale. *Journal of Personality Assessment*, 96(3), 368-379.
<https://doi.org/10.1080/00223891.2013.838172>
- Rice, K. G., Wang, Q., Wetstone, H., Bulbulia, J., Sibley, C. G., & Davis, D. E. (2024). The Even Shorter Almost Perfect Scale: Psychometric evaluation and cross-national implications for psychological outcomes. *Journal of Personality Assessment*.
<https://doi.org/10.1080/00223891.2024.2310010>
- Soares, F. H. R., Carvalho, A. V., Keegan, E., Neufeld, C. B., & Mansur-Alves, M. (2020). Adaptação e validação da Escala de Perfeccionismo Almost Perfect Scale – Revised para o Português Brasileiro. *Revista Avaliação Psicológica*, 19(3), 310-321.
<http://dx.doi.org/10.15689/ap.2020.1903.17282.09>
- Ulu, I. P. (2007). An investigation of adaptive and maladaptive dimensions of perfectionism in relation to adult attachment and Big Five personality traits [Unpublished doctoral dissertation]. Middle East Technical University.
- Van Yperen, N. W., & Hagedoorn, M. (2008). Living up to high standards and psychological distress. *European Journal of Personality*, 22(4), 337–346.
<https://doi.org/10.1002/per.681>
- Yang, L., Liang, B. Y., Zhang, X. G., & Wu, Y. C. (2007). The Chinese version of the Almost Perfect Scale-Revised. *Acta Phytotaxonomica Sinica*, 5, 139-144.
- Wang, K. T., Permyakova, T. M., & Sheveleva, M. S. (2016). Assessing perfectionism in Russia: Classifying perfectionists with the short Almost Perfect Scale. *Personality and Individual Differences*, 92, 174–179. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.12.044>