

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/357269811>

Perfectionisme (aangepast, Schiphof-Godart 2011)

Research · December 2011

DOI: 10.13140/RG.2.2.34068.01923

CITATIONS

0

READS

2

1 author:



Lieke Schiphof-Godart

Erasmus MC

24 PUBLICATIONS 212 CITATIONS

SEE PROFILE

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



Small Airways Dysfunction in Asthma [View project](#)



Leadership in team sport: an overview [View project](#)

Perfectionisme (aangepast, Schiphof-Godart 2011)

De volgende vragen gaan over jouw perfectionisme.

Om antwoord te geven, omcirkel je het cijfer dat bij jouw antwoord past. Wees eerlijk en serieus: er zijn geen goede of slechte antwoorden.

Voorbeeld: als je het helemaal oneens bent met de zin, moet je het cijfer 1 omcirkelen.

	helemaal oneens	oneens	een beetje oneens	niet eens en niet oneens	een beetje eens	eens	helemaal eens
1 Als ik aan iets werk, kan ik me niet ontspannen als niet alles perfect is.	1	2	3	4	5	6	7
2 Ik vind het moeilijk om aan de verwachtingen die anderen van mij hebben (collega's, vrienden, trainer, trainingsmaatjes...) te voldoen.	1	2	3	4	5	6	7
3 Ik ben alleen tevreden met perfectie in alles wat ik doe.	1	2	3	4	5	6	7
4 De anderen accepteren me zoals ik ben, zelfs als ik iets niet kan.	1	2	3	4	5	6	7
5 Ik stel altijd heel hoge eisen aan mezelf.	1	2	3	4	5	6	7
6 Ik heb het gevoel dat de mensen (collega's, vrienden, trainer, trainingsmaatjes...) te veel van mij vragen.	1	2	3	4	5	6	7
7 Ik moet altijd honderd procent voor iets gaan als ik iets doe.	1	2	3	4	5	6	7
8 Mijn ouders verwachten meestal niet dat ik iets heel goed zal doen.	1	2	3	4	5	6	7
9 De mensen (collega's, vrienden...) verwachten dat ik alles perfect doe.	1	2	3	4	5	6	7
10 Wanneer ik mijn doelen stel, wil ik de dingen helemaal perfect doen.	1	2	3	4	5	6	7

Self-oriented perfectionism: 1, 3, 5, 7, 10

Socially prescribed perfectionism: 2, 4*, 6, 8*, 9

*bij deze vragen moet de score omgedraaid worden (dus 7-score)

bron:

Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1990). Perfectionism and depression: A multidimensional analysis. *Journal of social behavior and personality*, 5(5), 423.

Nederlandse vertaling en aanpassing voor gebruik bij kinderen en volwassenen:

L. Schiphof-Godart (2011). La dépendance à l'exercice comme construit multidimensionnel : étude de ses origines, caractéristiques et conséquences. Thèse de Doctorat (PhD), Sport and Movement Sciences, University of Paris-Sud XI, Orsay, France