(56) 适应性/不适应性完美主义量表：对错误的敏感度量表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 请细读下列句子，并圈上最能形容你的答案。 | 真的  很不像我 | 有点  不像我 | 有点  像我 | 真的  很像我 |
| 1. | 我害怕做错事。 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2. | 尽管做错事，我也不会大发脾气。 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3. | 我一做错事就会不开心，很想躲起来。 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4. | 当我看见自己做错了功课，我会大发脾气。 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5. | 当我看见自己做错功课，我会不开心。 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6. | 我留意自己做对的事比做错的事多。 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7. | 如果我做错一件事，我会怀疑自己是否可以做好其他事。 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8. | 做错一次和做错十次都是同样不好。 | 1 | 2 | 3 | 4 |