AAQ-II

Fragebogen zu Akzeptanz und Handeln II (AAQ-II)

Der AAQ-II ist ein Selbstbeurteilungsinstrument zur Erfassung der psychischen Flexibilität, eines Kernkonzepts der Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT). Er erfasst die Fähigkeit einer Person, schwierige Gefühle und Gedanken anzunehmen und gleichzeitig Handlungen im Einklang mit ihren persönlichen Werten zu verfolgen.

Anzahl der Fragen	7 Fragen
Geschätzte Dauer	3 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Acceptance and Action Questionnaire-II
Zielgruppe	Erwachsene
Autor:innen	Frank Bond, Steven C. Hayes, Dermot Barnes-Holmes (2011)
Kategorie	Allgemein

Vorschau der 7 Fragen

Meine schmerzhaften Erfahrungen und Erinnerungen machen es mir schwer, ein Leben zu führen, das mir wertvoll wäre.

Nie zutreffend | Sehr selten zutreffend | Selten zutreffend | Manchmal zutreffend | Häufig zutreffend | Fast immer zutreffend | Immer zutreffend

Ich habe Angst vor meinen Gefühlen.

Nie zutreffend | Sehr selten zutreffend | Selten zutreffend | Manchmal zutreffend | Häufig zutreffend | Fast immer zutreffend | Immer zutreffend

Ich mache mir Sorgen, meine Sorgen und Gefühle nicht unter Kontrolle zu haben.

Nie zutreffend | Sehr selten zutreffend | Selten zutreffend | Manchmal zutreffend | Häufig zutreffend | Fast immer zutreffend | Immer zutreffend

Meine schmerzhaften Erinnerungen hindern mich daran, ein erfülltes Leben zu führen.

Nie zutreffend | Sehr selten zutreffend | Selten zutreffend | Manchmal zutreffend | Häufig zutreffend | Fast immer zutreffend | Immer zutreffend

Gefühle verursachen Probleme in meinem Leben.

Nie zutreffend | Sehr selten zutreffend | Selten zutreffend | Manchmal zutreffend | Häufig zutreffend | Fast immer zutreffend | Immer zutreffend

Führen Sie Ihre Fragebögen online durch

Senden Sie einen Link: Ihre Patient:innen antworten am Handy oder Computer, und Sie erhalten die ausgewerteten Ergebnisse per E-Mail.

Fragebogen auf mentaal.org ansehen ›

Auswertung und Interpretation

Jedes Item wird auf einer 7-stufigen Likert-Skala bewertet (von 1 = „nie zutreffend“ bis 7 = „immer zutreffend“). Die Werte werden summiert; ein höherer Wert spiegelt eine stärkere psychische Inflexibilität wider. Ein niedriger Gesamtwert spricht für eine gute Fähigkeit zu Akzeptanz und Handeln.

Sind Sie Psycholog:in?

Mit Mentaal erhalten Sie aussagekräftige Informationen, um Ihre Patient:innen zu begleiten.

- Standardisierte Tests
- Automatische Auswertung
- Ergebnisse per E-Mail

Kostenlos testen | Alle Fragebögen ansehen

★★★★★

“Ich nutze Mentaal jetzt seit 2 Monaten, und dieses Tool hat meine Sicht auf die Behandlung und meinen Terminkalender revolutioniert!”

Romane L. - Online-Psychologin (KVT)