BI-AAQ

Fragebogen zu Akzeptanz und Handeln in Bezug auf das Körperbild (BI-AAQ)

Der BI-AAQ ist ein Selbstbeurteilungsfragebogen zur Erfassung der Akzeptanz des eigenen Körperbilds im Zusammenhang mit psychologischer Flexibilität. Er misst die Fähigkeit einer Person, Gedanken und Gefühle in Bezug auf ihr Aussehen anzunehmen und trotz körperbezogener Sorgen im Einklang mit ihren Werten zu handeln. Er wird insbesondere im Kontext von Essstörungen und der Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT) eingesetzt.

Anzahl der Fragen	12 Fragen
Geschätzte Dauer	5 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Body Image Acceptance and Action Questionnaire
Zielgruppe	Erwachsene
Autor:innen	Emily K. Sandoz, Kelly G. Wilson, Rhonda M. Merwin, Karen Kate Kellum (2013)
Kategorie	Körperbild

Vorschau der 12 Fragen

Die Sorge um mein Gewicht macht es mir schwer, ein Leben zu führen, das mir wichtig ist.

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

Ich mache mir zu viele Gedanken über mein Gewicht und meine Figur.

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

Ich mache innerlich dicht, wenn ich mich wegen meiner Figur oder meines Gewichts schlecht fühle.

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

Meine Gedanken und Gefühle über mein Gewicht und meine Figur müssen sich ändern, bevor ich wichtige Schritte in meinem Leben gehen kann.

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

Die Sorge um meinen Körper nimmt zu viel meiner Zeit in Anspruch.

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 siebenstufigen Likert-Skala bewertet (von 1 = „trifft nie zu“ bis 7 = „trifft immer zu“). Einige Items werden umgepolt, sodass ein hoher Gesamtwert auf eine geringe Akzeptanz und eine geringe psychologische Flexibilität in Bezug auf das Körperbild hinweist. Ein hoher Wert ist als stärkeres Ringen um die Akzeptanz des eigenen Körperbilds zu interpretieren.

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

★★★★★

“In den Sitzungen ist es ein echter Gewinn, um Patient:innen einzuschätzen, und eine sehr ergiebige Gesprächsgrundlage, um die klinische Arbeit zu vertiefen.”

Elodie C. - Psychologin (KVT)