MPFI-24

Multidimensionales Inventar zur psychologischen Flexibilität, Kurzform (MPFI-24)

Das MPFI-24 ist ein kurzer Selbstbeurteilungsfragebogen, der aus dem MPFI mit 60 Items abgeleitet ist und eine mehrdimensionale Messung psychologischer Flexibilität und Inflexibilität nach dem Hexaflex-Modell der Akzeptanz- und Commitment-Therapie ermöglicht. Es umfasst 12 Prozesse, d. h. 6 Flexibilitäts- und 6 Inflexibilitätsdimensionen, mit zwei Items je Subskala. Das Verfahren ist nützlich für das klinische Screening, die Erstellung eines funktionellen Profils, die Verlaufskontrolle in der Psychotherapie und die Erfassung von Veränderungsprozessen. Sein Hauptnutzen besteht darin, ein kurzes, aber relativ umfassendes Maß der in der ACT adressierten Mechanismen zu bieten, darunter Akzeptanz, Kontakt mit dem gegenwärtigen Moment, Selbst als Kontext, Defusion, Kontakt mit Werten und engagiertes Handeln, sowie ihrer inflexiblen Gegenstücke.

Anzahl der Fragen	24 Fragen
Geschätzte Dauer	10 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (Short Form)
Zielgruppe	Erwachsene
Autor:innen	Jaci L. Rolffs, Ronald D. Rogge, Kelly G. Wilson (2018)
Kategorie	Allgemein

Vorschau der 24 Fragen

Ich war offen dafür, unangenehme Gedanken und Gefühle zu beobachten, ohne in sie einzugreifen

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

Ich habe versucht, Frieden mit meinen negativen Gedanken und Gefühlen zu schließen, statt mich gegen sie zu wehren

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

Ich war aufmerksam und mir meiner Gefühle bewusst

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

Ich war von Moment zu Moment im Einklang mit meinen Gedanken und Gefühlen

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

Selbst wenn ich verletzt oder aufgewühlt war, habe ich versucht, den Blick für das Ganze zu bewahren

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

Auswertung und Interpretation

Jedes Item wird von 1 bis 6 bewertet, von „trifft nie zu“ bis „trifft immer zu“. Berechnen Sie den Mittelwert der 2 Items jeder Subskala. Die 6 Flexibilitätssubskalen können anschließend zu einem Gesamtwert für Flexibilität gemittelt werden, die 6 Inflexibilitätssubskalen zu einem Gesamtwert für Inflexibilität. Höhere Werte weisen auf eine stärkere Ausprägung des von der jeweiligen Subskala erfassten Konstrukts hin. Die Interpretation erfolgt dimensional und stützt sich auf das relative Profil der Teilbereiche und die Veränderung der Werte im Zeitverlauf.