AAQ-II

Cuestionario de Aceptación y Acción (AAQ-II)

El AAQ-II es un instrumento autoaplicado que mide el nivel de flexibilidad psicológica, un concepto central de la terapia de aceptación y compromiso (ACT). Evalúa la capacidad de una persona para aceptar sus emociones y pensamientos difíciles mientras lleva a cabo acciones coherentes con sus valores personales.

Número de preguntas	7 preguntas
Duración estimada	3 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Acceptance and Action Questionnaire-II
Población destinataria	Adultos
Autores	Frank Bond, Steven C. Hayes, Dermot Barnes-Holmes (2011)
Categoría	General

Vista previa de las 7 preguntas

Mis experiencias y recuerdos dolorosos hacen que me sea difícil vivir la vida que querría.

Nunca es verdad | Muy raramente es verdad | Raramente es verdad | A veces es verdad | Frecuentemente es verdad | Casi siempre es verdad | Siempre es verdad

Tengo miedo de mis sentimientos.

Nunca es verdad | Muy raramente es verdad | Raramente es verdad | A veces es verdad | Frecuentemente es verdad | Casi siempre es verdad | Siempre es verdad

Me preocupa no ser capaz de controlar mis preocupaciones y sentimientos.

Nunca es verdad | Muy raramente es verdad | Raramente es verdad | A veces es verdad | Frecuentemente es verdad | Casi siempre es verdad | Siempre es verdad

Mis recuerdos dolorosos me impiden llevar una vida plena.

Nunca es verdad | Muy raramente es verdad | Raramente es verdad | A veces es verdad | Frecuentemente es verdad | Casi siempre es verdad | Siempre es verdad

Mis emociones interfieren en cómo me gustaría que fuera mi vida.

Nunca es verdad | Muy raramente es verdad | Raramente es verdad | A veces es verdad | Frecuentemente es verdad | Casi siempre es verdad | Siempre es verdad

Administra tus cuestionarios en línea

Envía un enlace a tu paciente: responde desde el móvil o el ordenador, y recibes los resultados corregidos por email.

Ver el cuestionario en mentaal.org ›

Corrección e interpretación

Cada ítem se puntúa en una escala tipo Likert de 7 puntos (de 1 = «nunca es verdad» a 7 = «siempre es verdad»). Las puntuaciones se suman; una puntuación más alta refleja una mayor inflexibilidad psicológica. Una puntuación total baja sugiere una buena capacidad de aceptación y acción.

¿Eres profesional de la psicología?

Con Mentaal, obtén información útil para acompañar a tus pacientes.

- Tests estandarizados
- Corrección automática
- Resultados por correo electrónico

Probar gratis | Ver todos los cuestionarios

★★★★★

“La corrección automática me ahorra muchísimo tiempo y mis pacientes están mucho más dispuestos a responder los cuestionarios.”

Natalia A. - Psicóloga online