MPFI-24

Inventaire multidimensionnel de flexibilité psychologique (MPFI-24)

Le MPFI-24 est un questionnaire d'auto-évaluation bref issu du MPFI en 60 items, conçu pour mesurer de façon multidimensionnelle la flexibilité psychologique et l'inflexibilité psychologique selon le modèle hexaflex de la thérapie d'acceptation et d'engagement. Il couvre 12 processus, soit 6 dimensions de flexibilité et 6 dimensions d'inflexibilité, avec deux items par sous-échelle. L'outil est utile pour le repérage clinique, l'élaboration d'un profil fonctionnel, le suivi de l'évolution en psychothérapie et l'évaluation des processus de changement. Son intérêt principal est d'offrir une mesure courte mais relativement complète des mécanismes ciblés en ACT, notamment l'acceptation, le contact avec le moment présent, le soi comme contexte, la défusion, le contact avec les valeurs, l'action engagée, ainsi que leurs versants d'inflexibilité.

Nombre de questions	24 questions
Durée estimée	10 minutes
Langue	Français
Nom original	Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (Short Form)
Public cible	Adulte
Auteurs	Jaci L. Rolffs, Ronald D. Rogge, Kelly G. Wilson (2018)
Catégorie	Global

Aperçu des 24 questions

J'étais disposé(e) à observer mes pensées et émotions désagréables sans intervenir sur elles

Jamais vrai | Très rarement vrai | Rarement vrai | Parfois vrai | Fréquemment vrai | Toujours vrai

J'ai essayé de faire la paix avec mes pensées et émotions négatives plutôt que de leur résister

Jamais vrai | Très rarement vrai | Rarement vrai | Parfois vrai | Fréquemment vrai | Toujours vrai

J'étais attentif(ve) à mes émotions et conscient(e) de celles-ci

Jamais vrai | Très rarement vrai | Rarement vrai | Parfois vrai | Fréquemment vrai | Toujours vrai

J'étais à l'écoute de mes pensées et de mes émotions d'un moment à l'autre

Jamais vrai | Très rarement vrai | Rarement vrai | Parfois vrai | Fréquemment vrai | Toujours vrai

Même quand je me sentais blessé(e) ou contrarié(e), j'essayais de garder une perspective plus large

Jamais vrai | Très rarement vrai | Rarement vrai | Parfois vrai | Fréquemment vrai | Toujours vrai

Faites passer vos questionnaires en ligne

Envoyez un lien à votre patient : il répond depuis son téléphone ou son ordinateur, et vous recevez les résultats cotés par email.

Voir le questionnaire sur mentaal.org ›

Cotations & interprétations

Chaque item est coté de 1 à 6, de jamais vrai à toujours vrai. Calculer la moyenne des 2 items de chaque sous-échelle. Les 6 sous-échelles de flexibilité peuvent ensuite être moyennées pour obtenir un score global de flexibilité, et les 6 sous-échelles d'inflexibilité pour un score global d'inflexibilité. Des scores plus élevés indiquent un niveau plus élevé du construit mesuré pour la sous-échelle concernée. L'interprétation est dimensionnelle, centrée sur le profil relatif des sous-domaines et sur l'évolution des scores dans le temps.

Vous êtes psychologue ?

Avec Mentaal, disposez d'informations pertinentes pour accompagner vos patients.

- Tests standardisés
- Cotation automatique
- Résultats reçus par e-mail

Essayer gratuitement | Voir tous les questionnaires

★★★★★

"Sceptique au départ, je ne peux finalement plus me passer de cet outil dans ma pratique."

Elodie C. - Psychologue TCC