Inventario multidimensionale della flessibilità psicologica, forma breve (MPFI-24)

MPFI-24

L'MPFI-24 è un breve questionario di autovalutazione derivato dall'MPFI di 60 item, pensato per fornire una misura multidimensionale della flessibilità e dell'inflessibilità psicologica secondo il modello Hexaflex della terapia dell'accettazione e dell'impegno (ACT). Copre 12 processi, cioè 6 dimensioni di flessibilità e 6 dimensioni di inflessibilità, con due item per sottoscala. Lo strumento è utile per lo screening clinico, la costruzione di un profilo funzionale, il monitoraggio dei progressi in psicoterapia e la valutazione dei processi di cambiamento. Il suo principale valore è offrire una misura breve ma relativamente completa dei meccanismi su cui lavora l'ACT, tra cui accettazione, contatto con il momento presente, sé come contesto, defusione, contatto con i valori e azione impegnata, oltre ai loro corrispettivi di inflessibilità.

Numero di domande	24 domande
Durata stimata	10 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (Short Form)
Destinatari	Adulti
Autori	Jaci L. Rolffs, Ronald D. Rogge, Kelly G. Wilson (2018)
Categoria	Generale

Anteprima delle 24 domande

Sono stato/a aperto/a a osservare pensieri ed emozioni spiacevoli senza interferire con essi

Mai vero | Molto raramente vero | Raramente vero | A volte vero | Frequentemente vero | Sempre vero

Ho cercato di fare pace con i miei pensieri ed emozioni negativi invece di opporvi resistenza

Mai vero | Molto raramente vero | Raramente vero | A volte vero | Frequentemente vero | Sempre vero

Sono stato/a attento/a e consapevole delle mie emozioni

Mai vero | Molto raramente vero | Raramente vero | A volte vero | Frequentemente vero | Sempre vero

Sono stato/a in sintonia con i miei pensieri e le mie emozioni momento per momento

Mai vero | Molto raramente vero | Raramente vero | A volte vero | Frequentemente vero | Sempre vero

Anche quando mi sono sentito/a ferito/a o turbato/a, ho cercato di mantenere una prospettiva più ampia

Mai vero | Molto raramente vero | Raramente vero | A volte vero | Frequentemente vero | Sempre vero

Scoring e interpretazione

Ogni item viene valutato da 1 a 6, da mai vero a sempre vero. Calcola la media dei 2 item di ciascuna sottoscala. Si può poi fare la media delle 6 sottoscale di flessibilità per ottenere un punteggio globale di flessibilità e delle 6 sottoscale di inflessibilità per ottenere un punteggio globale di inflessibilità. Punteggi più elevati indicano un livello più alto del costrutto misurato dalla sottoscala considerata. L'interpretazione è dimensionale e si concentra sul profilo relativo dei sottodomini e sull'evoluzione dei punteggi nel tempo.