AAQ-II

Vragenlijst acceptatie en actie (AAQ-II)

De AAQ-II is een zelfrapportage-instrument dat de mate van psychologische flexibiliteit meet, een kernbegrip in acceptance and commitment therapy (ACT). Het instrument beoordeelt in hoeverre iemand moeilijke emoties en gedachten kan accepteren en tegelijk kan blijven handelen in lijn met de eigen persoonlijke waarden.

Aantal vragen	7 vragen
Geschatte duur	3 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Acceptance and Action Questionnaire-II
Doelgroep	Volwassenen
Auteurs	Frank Bond, Steven C. Hayes, Dermot Barnes-Holmes (2011)
Categorie	Algemeen

Voorbeeld van de 7 vragen

Mijn pijnlijke ervaringen en herinneringen maken het moeilijk voor mij om een leven te leiden dat ik waardevol zou vinden.

Nooit waar | Zeer zelden waar | Zelden waar | Soms waar | Vaak waar | Bijna altijd waar | Altijd waar

Ik ben bang voor mijn gevoelens.

Nooit waar | Zeer zelden waar | Zelden waar | Soms waar | Vaak waar | Bijna altijd waar | Altijd waar

Ik maak me zorgen dat ik mijn zorgen en gevoelens niet onder controle kan houden.

Nooit waar | Zeer zelden waar | Zelden waar | Soms waar | Vaak waar | Bijna altijd waar | Altijd waar

Mijn pijnlijke herinneringen weerhouden me ervan een bevredigend leven te leiden.

Nooit waar | Zeer zelden waar | Zelden waar | Soms waar | Vaak waar | Bijna altijd waar | Altijd waar

Emoties veroorzaken problemen in mijn leven.

Nooit waar	Zeer zelden waar	Zelden waar	Soms waar	Vaak waar	Bijna altijd waar	Altijd waar

Neem je vragenlijsten online af

Stuur je patiënt een link: die antwoordt via telefoon of computer, en jij ontvangt de gescoorde resultaten per e-mail.

Bekijk de vragenlijst op mentaal.org ›

Scoring en interpretatie

Elk item wordt gescoord op een 7-punts likertschaal (van 1 = “nooit waar” tot 7 = “altijd waar”). De scores worden opgeteld; een hogere score weerspiegelt meer psychologische inflexibiliteit. Een lage totaalscore wijst op een goed vermogen tot acceptatie en actie.

Ben je psycholoog?

Met Mentaal krijg je relevante informatie om je patiënten te begeleiden.

- Gestandaardiseerde tests
- Automatische scoring
- Resultaten per e-mail

Probeer het gratis

Bekijk alle vragenlijsten

★★★★★

“Betrouwbare en relevante metingen om de psychische toestand van mijn patiënten beter in kaart te brengen”

Jeroen S. - Arbeidspsycholoog