

Vragenlijst over acceptatie en actie bij het lichaamsbeeld (BI-AAQ)

De BI-AAQ is een zelfrapportagevragenlijst om de acceptatie van het lichaamsbeeld te beoordelen in relatie tot psychologische flexibiliteit. De vragenlijst meet in hoeverre iemand gedachten en emoties over het eigen uiterlijk kan accepteren en in lijn met de eigen waarden kan handelen ondanks zorgen over het lichaam. Hij wordt vooral gebruikt bij eetstoornissen en in acceptance and commitment therapy (ACT).

Aantal vragen	12 vragen
Geschatte duur	5 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Body Image Acceptance and Action Questionnaire
Doelgroep	Volwassenen
Auteurs	Emily K. Sandoz, Kelly G. Wilson, Rhonda M. Merwin, Karen Kate Kellum (2013)
Categorie	Lichaamsbeeld

Voorbeeld van de 12 vragen

Doordat ik me zorgen maak over mijn gewicht, is het moeilijk om te leven op een manier die ik waardevol vind.

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

Ik hecht te veel belang aan mijn gewicht en lichaamsvorm.

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

Ik sluit me af als ik me slecht voel over mijn lichaamsvorm of gewicht.

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

Mijn gedachten en gevoelens over mijn gewicht en lichaamsvorm moeten veranderen voordat ik belangrijke stappen in mijn leven kan zetten.

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

Me zorgen maken over mijn lichaam kost me te veel tijd.

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 beoordeeld op een Likertschaal met 7 punten (van 1 = “nooit waar” tot 7 = “altijd waar”). Bij sommige items worden de scores omgekeerd, zodat een hoge totaalscore wijst op weinig acceptatie en weinig psychologische flexibiliteit ten aanzien van het lichaamsbeeld. Interpreteer een hoge score als een grotere worsteling met het accepteren van het eigen lichaamsbeeld.

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

★★★★★

“Ik gebruik het platform inmiddels dagelijks, zo compleet, betrouwbaar en gebruiksvriendelijk is het.”

Julie V. - Online psycholoog