AAQ-II

Kwestionariusz akceptacji i działania II (AAQ-II)

AAQ-II to narzędzie samoopisowe mierzące poziom elastyczności psychologicznej, kluczowego pojęcia terapii akceptacji i zaangażowania (ACT). Ocenia zdolność osoby do akceptowania trudnych emocji i myśli przy jednoczesnym podejmowaniu działań zgodnych z jej osobistymi wartościami.

Liczba pytań	7 pytań
Szacowany czas	3 minuty
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Acceptance and Action Questionnaire-II
Grupa docelowa	Dorośli
Autorzy	Frank Bond, Steven C. Hayes, Dermot Barnes-Holmes (2011)
Kategoria	Ogólne

Podgląd 7 pytań

Moje bolesne doświadczenia i wspomnienia utrudniają mi prowadzenie życia, które byłoby dla mnie wartościowe.

Nigdy nieprawdziwe | Bardzo rzadko prawdziwe | Rzadko prawdziwe | Czasami prawdziwe | Często prawdziwe | Prawie zawsze prawdziwe | Zawsze prawdziwe

Boję się swoich uczuć.

Nigdy nieprawdziwe | Bardzo rzadko prawdziwe | Rzadko prawdziwe | Czasami prawdziwe | Często prawdziwe | Prawie zawsze prawdziwe | Zawsze prawdziwe

Martwię się, że nie potrafię zapanować nad swoimi zmartwieniami i uczuciami.

Nigdy nieprawdziwe | Bardzo rzadko prawdziwe | Rzadko prawdziwe | Czasami prawdziwe | Często prawdziwe | Prawie zawsze prawdziwe | Zawsze prawdziwe

Moje bolesne wspomnienia nie pozwalają mi prowadzić satysfakcjonującego życia.

Nigdy nieprawdziwe | Bardzo rzadko prawdziwe | Rzadko prawdziwe | Czasami prawdziwe | Często prawdziwe | Prawie zawsze prawdziwe | Zawsze prawdziwe

Emocje powodują problemy w moim życiu.

Nigdy nieprawdziwe | Bardzo rzadko prawdziwe | Rzadko prawdziwe | Czasami prawdziwe | Często prawdziwe | Prawie zawsze prawdziwe | Zawsze prawdziwe

Przeprowadzaj swoje kwestionariusze online

Wyślij pacjentowi link: odpowiada na telefonie lub komputerze, a ty otrzymujesz obliczone wyniki e-mailem.

Zobacz kwestionariusz na mentaal.org ›

Obliczanie wyników i interpretacja

Każda pozycja jest oceniana na 7-stopniowej skali Likerta (od 1 = „nigdy nieprawdziwe” do 7 = „zawsze prawdziwe”). Wyniki się sumuje; wyższy wynik odzwierciedla większą nieelastyczność psychologiczną. Niski wynik ogólny wskazuje na dobrą zdolność do akceptacji i działania.

Jesteś psychologiem?

Mentaal dostarcza ci wartościowych informacji, które pomagają wspierać twoich pacjentów.

- Standaryzowane testy
- Automatyczne obliczanie wyników
- Wyniki przesyłane e-mailem

Wypróbuj za darmo | Zobacz wszystkie kwestionariusze

★★★★★

“Korzystam teraz z platformy na co dzień, bo jest kompleksowa, rzetelna i wyjątkowo prosta w obsłudze.”

Julie V. - Psycholog online