Inventário multidimensional de flexibilidade psicológica (versão reduzida) (MPFI-24)

MPFI-24

O MPFI-24 é um questionário breve de autorresposta derivado do MPFI de 60 itens, concebido para fornecer uma medida multidimensional da flexibilidade psicológica e da inflexibilidade psicológica segundo o modelo hexaflex da terapia de aceitação e compromisso. Abrange 12 processos, ou seja, 6 dimensões de flexibilidade e 6 dimensões de inflexibilidade, com dois itens por subescala. O instrumento é útil para o rastreio clínico, a construção de um perfil funcional, o acompanhamento da evolução em psicoterapia e a avaliação dos processos de mudança. O seu principal interesse é oferecer uma medida curta, mas relativamente completa, dos mecanismos visados na ACT, incluindo a aceitação, o contacto com o momento presente, o eu como contexto, a desfusão, o contacto com os valores e a ação comprometida, bem como os seus correspondentes de inflexibilidade.

Número de perguntas	24 perguntas
Duração estimada	10 minutos
Idioma	Português
Nome original	Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (Short Form)
Público-alvo	Adultos
Autores	Jaci L. Rolffs, Ronald D. Rogge, Kelly G. Wilson (2018)
Categoria	Geral

Pré-visualização das 24 perguntas

Estive recetivo/a a observar pensamentos e sentimentos desagradáveis sem interferir com eles

Nunca verdadeiro | Muito raramente verdadeiro | Raramente verdadeiro | Às vezes verdadeiro | Frequentemente verdadeiro | Sempre verdadeiro

Tentei fazer as pazes com os meus pensamentos e sentimentos negativos em vez de lhes resistir

Nunca verdadeiro | Muito raramente verdadeiro | Raramente verdadeiro | Às vezes verdadeiro | Frequentemente verdadeiro | Sempre verdadeiro

Estive atento/a e consciente das minhas emoções

Nunca verdadeiro | Muito raramente verdadeiro | Raramente verdadeiro | Às vezes verdadeiro | Frequentemente verdadeiro | Sempre verdadeiro

Estive em sintonia com os meus pensamentos e sentimentos a cada momento

Nunca verdadeiro | Muito raramente verdadeiro | Raramente verdadeiro | Às vezes verdadeiro | Frequentemente verdadeiro | Sempre verdadeiro

Mesmo quando me senti magoado/a ou perturbado/a, tentei manter uma perspetiva mais ampla

Nunca verdadeiro | Muito raramente verdadeiro | Raramente verdadeiro | Às vezes verdadeiro | Frequentemente verdadeiro | Sempre verdadeiro

Aplique os seus questionários online

Envie um link ao seu paciente: responde no telemóvel ou no computador, e recebe os resultados cotados por email.

Ver o questionário em mentaal.org ›

Cotação e interpretação

Cada item é cotado de 1 a 6, de «nunca verdadeiro» a «sempre verdadeiro». Calcule a média dos 2 itens de cada subescala. Pode depois calcular-se a média das 6 subescalas de flexibilidade, para obter uma pontuação global de flexibilidade, e a das 6 subescalas de inflexibilidade, para obter uma pontuação global de inflexibilidade. Pontuações mais elevadas indicam um nível mais elevado do construto medido pela subescala em causa. A interpretação é dimensional e centra-se no perfil relativo dos subdomínios e na evolução das pontuações ao longo do tempo.

É psicólogo?

Com o Mentaal, obtenha informações relevantes para acompanhar os seus pacientes.

- Testes padronizados
- Cotação automática
- Resultados recebidos por email

Experimentar gratuitamente

Ver todos os questionários

★★★★★

“O Mentaal tornou-se um aliado indispensável para estruturar as minhas avaliações e aprofundar a compreensão clínica dos meus pacientes.”



Nolwenn P. - Psicóloga (TCC)