Multidimensionellt inventorium för psykologisk flexibilitet, kortversion (MPFI-24)



MPFI-24 är ett kort självskattningsformulär som härstammar från MPFI med 60 påståenden och ger ett multidimensionellt mått på psykologisk flexibilitet och psykologisk inflexibilitet enligt hexaflexmodellen i Acceptance and Commitment Therapy. Det omfattar 12 processer, det vill säga 6 flexibilitetsdimensioner och 6 inflexibilitetsdimensioner, med två påståenden per delskala. Instrumentet är användbart för klinisk screening, framtagning av en funktionell profil, uppföljning av utvecklingen i psykoterapi och bedömning av förändringsprocesser. Det största värdet är att det erbjuder ett kort men relativt heltäckande mått på de mekanismer som ACT riktar in sig på, däribland acceptans, kontakt med nuet, själv-som-kontext, defusion, kontakt med värderingar och engagerat handlande samt deras motsvarigheter inom inflexibilitet.

Antal frågor	24 frågor
Beräknad tid	10 minuter
Språk	Svenska
Originalnamn	Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (Short Form)
Målgrupp	Vuxna
Författare	Jaci L. Rolffs, Ronald D. Rogge, Kelly G. Wilson (2018)
Kategori	Allmänt

Förhandsgranskning av de 24 frågorna

Jag var öppen för att iaktta obehagliga tankar och känslor utan att ingripa i dem

Aldrig sant | Mycket sällan sant | Sällan sant | Ibland sant | Ofta sant | Alltid sant

Jag försökte sluta fred med mina negativa tankar och känslor i stället för att kämpa emot dem

Aldrig sant | Mycket sällan sant | Sällan sant | Ibland sant | Ofta sant | Alltid sant

Jag var uppmärksam på och medveten om mina känslor

Aldrig sant | Mycket sällan sant | Sällan sant | Ibland sant | Ofta sant | Alltid sant

Jag var i kontakt med mina tankar och känslor från stund till stund

Aldrig sant | Mycket sällan sant | Sällan sant | Ibland sant | Ofta sant | Alltid sant

Även när jag kände mig sårad eller upprörd försökte jag behålla ett bredare perspektiv

Aldrig sant | Mycket sällan sant | Sällan sant | Ibland sant | Ofta sant | Alltid sant

Låt dina patienter fylla i formulären online

Skicka en länk till din patient: hen svarar i mobilen eller på datorn, och du får de poängsatta resultaten via e-post.

Se formuläret på mentaal.org ›

Poängsättning och tolkning

Varje påstående poängsätts från 1 till 6, från stämmer aldrig till stämmer alltid. Beräkna medelvärdet av de 2 påståendena i varje delskala. Medelvärdet av de 6 flexibilitetsdelskalorna kan sedan beräknas för att ge en övergripande flexibilitetspoäng och medelvärdet av de 6 inflexibilitetsdelskalorna för att ge en övergripande inflexibilitetspoäng. Högre poäng tyder på en högre nivå av det konstrukt som den aktuella delskalan mäter. Tolkningen är dimensionell och fokuserar på delområdenas relativa profil och på förändringar i poängen över tid.

Är du psykolog?

Med Mentaal får du relevant information som hjälper dig att stödja dina patienter.

- Standardiserade test
- Automatisk poängsättning
- Resultaten via e-post

Prova kostnadsfritt | Se alla formulär

★★★★★

“Jag var skeptisk i början, men nu kan jag inte vara utan det här verktyget i mitt arbete.”

Elodie C. - KBT-psykolog