

Flexibiliteits Index Test (FIT-60) – Status anno 2020

Door: Tim Batink

Datum: 20-04-2020

De Flexibiliteits Index Test (FIT-60) is een zelfrapportagelijst die de functionele ACT-processen in kaart brengt. De FIT-60 totaalscore weerspiegelt de psychologische flexibiliteit van een individu. Zes subschalen (acceptatie, defusie, zelf als context, aandacht voor het hier en nu, waarden en toegewijd handelen) brengen de specifieke ACT-processen in kaart. De FIT-60 bestaat uit 60 items die op een zevenpunts Likertschaal worden gescoord (0= helemaal oneens, 6 = helemaal eens). Iedere subschaal bevat 10 items; de minimale score op een subschaal is 0, de maximale score is 60. Voor de totaalschaal is het minimum eveneens 0 en het maximum 360 (Flexibiliteits Index Score). Hoe hoger iemand scoort, hoe meer men deze ACT-vaardigheid beheerst. De items zijn gerandomiseerd, alsook gespiegeld. De scores kunnen worden vergeleken met vier normgroepen (algemeen, student, ambulante & klinisch) en zijn visueel te maken in het flexibiliteitsprofiel. Tevens is een ipsatieve vergelijking mogelijk. De FIT-60 is ontwikkeld voor volwassenen (18-75 jaar) en vraagt 15 minuten afnametijd. De FIT-60 is gratis beschikbaar zowel als download (PDF) als in een online versie (geschikt voor tablet en pc), alsook in meerdere ROM-systemen (o.a. TelePsy, NetQ, Vital Health & Reflectum).

De psychometrische kwaliteiten van de FIT-60 zijn uitgebreid onderzocht in meerdere samples. De interne betrouwbaarheid is als goed te classificeren voor de subschalen (uitgezonderd de subschaal "Zelf als Context") en de totaalschaal van de FIT-60 over de verschillende samples. De test-hertestbetrouwbaarheid van de subschalen en de totaalschaal zijn zelfs zeer goed te noemen. Tevens is de FIT-60 in staat gebleken verandering over tijd te meten en voor de ambulante normgroep is bepaald vanaf wanneer sprake is van een klinisch betrouwbare verandering (Reliable Change Index). Daarnaast is de validiteit voor de verschillende subschalen alsook de totaalschaal van de FIT-60 onderzocht. Er is steun gevonden voor de constructvaliditeit van vijf van de zes subschalen (Acceptatie, Defusie, Aandacht voor het Hier en Nu, Waarden en Toegewijd Handelen) alsook voor de totaalschaal "Psychologische Flexibiliteit". Echter ook hier liet de subschaal "Zelf als Context" een matige constructvaliditeit zien. Tenslotte bleken demografische variabelen zeer beperkt van invloed te zijn op de uitkomsten van de FIT-60.

De FIT-60 is tot op heden het enige meetinstrument in het Nederlands taalgebied dat zowel psychologische flexibiliteit, alsook de zes ACT-componenten in kaart brengt. Tevens beschikt de FIT-60 over vier normgroepen van substantiële grootte (iets wat veelal ontbreekt bij de eerder genoemde ACT-vragenlijsten). De FIT-60 is uitgebreid onderzocht en beschikt over goede psychometrische kwaliteiten; het is een betrouwbare en valide vragenlijst. De visuele weergave van de scores in het flexibiliteitsprofiel maakt de scores inzichtelijk en gemakkelijker te interpreteren. De FIT-60 is gratis beschikbaar en licentievrij te gebruiken. Er is actief samenwerking gezocht met ROM-aanbieders voor een integratie in hun systemen. De FIT-60 heeft zijn weg dus reeds gevonden in de klinische praktijk en in het wetenschappelijk onderzoek.

Er dienen echter ook een aantal kanttekeningen te worden geplaatst. Het bleek niet mogelijk om middels factoranalyse de constructvaliditeit van de FIT-60 aan te tonen; de constructen waren hiervoor te weinig te onderscheiden. Dit sluit echter ook aan bij het ACT-model; de processen zijn niet alleen theoretisch maar ook in de empirie sterk verbonden. De constructvaliditeit is daarom middels correlatief onderzoek verder onderzocht. Tevens bleek de betrouwbaarheid en validiteit van de "Zelf als Context"-schaal matig. Gezien dit ook het meest abstracte onderdeel van ACT is, is dit ook wel te begrijpen. Het feit dat er voor deze schaal nog maar één andere, ongepubliceerde, vragenlijst beschikbaar is illustreert het uitdagende karakter van het operationaliseren van dit thema. Daarbij moet worden vermeld dat de definitie van het zelf in de FIT-60 geijkt is op de

beschrijving uit het handboek uit 1999. In de herziene editie van het handboek is deze verbreed; van contact maken met het observerende zelf (transcendente zelf) naar het leren innemen van een ander perspectief (zowel naar jezelf als naar anderen). Dit omvat o.a. transcendente zelf, maar ook zelfcompassie, alsook compassie naar anderen. Het domein zelf lijkt dus ook nog niet goed te zijn uitgekristalliseerd.

Tenslotte kan een kanttekening worden geplaatst bij de klinische normgroep. Het betrof hier namelijk een vrij hoogopgeleide, hoog functionerende groep. Deze groep is dus niet zonder meer vergelijkbaar met een andere klinische patiënt populatie. Het is dan ook raadzaam om de gegevens van de normgroepen te bestuderen om te kunnen bepalen in hoeverre deze daadwerkelijk overeenkomen met de doelgroep waarvoor het instrument wordt gebruikt.

Er loopt momenteel bij de Open Universiteit -Vakgroep Levensloopspsychologie vervolgonderzoek naar de FIT-60. Ook de KU-Leuven is bezig met normering en validering van de FIT-60 bij de EPA-doelgroep.