

Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI-24NL)

Nederlandse versie

Vertaald door: Jennifer Reijnders & Tim Batink
Open Universiteit
Faculteit Psychologie, Vakgroep Levenslooppсихologie
Correspondentie: jennifer.reijnders@ou.nl

Copyright Disclaimer

De oorspronkelijke versie van de Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI) is ontwikkeld door J. Rolffs, R. Rogge & K. Wilson © De auteurs.

Referentie: Rolffs, J. L., Rogge, R. D., & Wilson, K. G. (2016). Disentangling components of flexibility via the Hexaflex model: Development and validation of the Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI). *Assessment*, 24(4), 484–507. <https://doi.org/10.1177/1073191116645905>

De Nederlandse vertaling en validatie zijn uitgevoerd door I. Bodok, T. Batink, W. Kroeze, M. Nijkamp, S. Peeters, N. Jacobs & J. Reijnders, Open Universiteit, Faculteit Psychologie, Vakgroep Levenslooppсихologie. Alle intellectuele eigendomsrechten van het oorspronkelijke instrument blijven bij de oorspronkelijke auteurs.

De Nederlandse MPFI mag uitsluitend worden gebruikt voor niet-commerciële onderzoeks- en onderwijstoepassingen. Bij gebruik van de Nederlandse vertaling dient naar de volgende referentie te worden verwezen:

Referentie: Bodok, I., Batink, T., Kroeze, W., Nijkamp, M., Peeters, S., Jacobs, N., & Reijnders, J. (2025). Validation of the Dutch Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI-60 and MPFI-24) and its predictive value for mental health. *PsyArXiv*. https://doi.org/10.31234/osf.io/974q5_v3

Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI-24NL)

Achtergrond

De Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI) is een ACT-vragenlijst die alle 12 processen van psychologische flexibiliteit (PF) en psychologische inflexibiliteit (PI) uit het ACT-hexaflex meet. De MPFI is ontworpen voor procesgerichte evaluatie: inzichtelijk maken welke specifieke ACT-processen bij een persoon aandacht vragen, alsook het monitoren van interventie-effecten per proces. Uit onderzoek blijkt dat, hoewel er duidelijke onderlinge samenhang is, PF en PI verschillende constructen zijn. Het zijn dus niet simpelweg elkaars tegenpolen en kunnen onafhankelijk van elkaar ontwikkelen.

De MPFI bestaat uit 12 subschalen: 6 ACT-processen vanuit het hexaflex (acceptatie, bewustzijn van het huidige moment, zelf-als-context, defusie, waarden, toegewijd handelen) en 6 ACT-processen vanuit het inflexahex (experiëntiële vermijding, gebrek aan contact met het huidige moment, zelf-als-inhoud, fusie, gebrek aan contact met waarden, gebrek aan toegewijd handelen). De 12 subschalen vormen bovendien twee overkoepelende constructen: psychologische flexibiliteit en psychologische inflexibiliteit.

De volledige versie van de MPFI bestaat uit 60 items: 5 voor elk ACT-proces. Tevens is er een verkorte versie van de MPFI ontwikkeld, bestaande uit 24 items: 2 voor elk ACT-proces. De items dienen te worden beantwoord op een 1- 6 Likert Schaal (Nooit Waar - Altijd Waar). Per ACT-proces wordt het gemiddelde berekend; hogere scores betekenen meer van het gemeten construct. Daarnaast kunnen overkoepelende PF- en PI-constructen (gemiddelden over de 6 respectieve subschalen) worden gerapporteerd.

Zowel de volledige als de verkorte versie van de MPFI zijn in 2016 gepubliceerd door Rolffs, Rogge en Wilson. De lijst is daarna regelmatig gebruikt in ACT-onderzoek, alsook vertaald in meer dan 10 verschillende talen. Vanuit de Open Universiteit is de MPFI vertaald naar het Nederlands en beschikbaar gesteld voor de praktijk.

Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI-24NL)

FLEXIBILITEIT SUBSCHALEN

ACCEPTATIE

Gedurende de afgelopen twee weken..	Nooit waar	Zelden waar	Af en toe waar	Vaak waar	Meestal waar	Altijd waar
... stond ik ervoor open om onaangename gedachten en gevoelens te observeren zonder dat deze mij tot last waren.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
... probeerde ik vrede te hebben met mijn negatieve gedachten en gevoelens in plaats van mij ertegen te verzetten.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

BEWUSTZIJN VAN HET HUIDIGE MOMENT

Gedurende de afgelopen twee weken..	Nooit waar	Zelden waar	Af en toe waar	Vaak waar	Meestal waar	Altijd waar
... was ik aandachtig en mij bewust van mijn emoties.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
... was ik van moment tot moment afgestemd op mijn gedachten en gevoelens.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

ZELF ALS CONTEXT

Gedurende de afgelopen twee weken..	Nooit waar	Zelden waar	Af en toe waar	Vaak waar	Meestal waar	Altijd waar
... probeerde ik, zelfs als ik mij gekwetst of geëmotioneerd voelde, een breder perspectief te behouden.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
... loodste ik mij door moeilijke momenten, door mijn leven vanuit een breder gezichtspunt te bekijken.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

DEFUSIE

Gedurende de afgelopen twee weken..	Nooit waar	Zelden waar	Af en toe waar	Vaak waar	Meestal waar	Altijd waar
... was ik in staat om negatieve gevoelens te laten komen en gaan, zonder erin verstrikt te raken.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
... was ik in staat, als ik overstuur was, deze negatieve gevoelens door mij heen te laten gaan, zonder erin te blijven hangen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI-24NL)

WAARDEN

Gedurende de afgelopen twee weken..	Nooit waar	Zelden waar	Af en toe waar	Vaak waar	Meestal waar	Altijd waar
... was ik mij bewust van wat belangrijk is voor mij en mijn leven.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
... hield ik vast aan mijn dieperliggende waarden in het leven	☐	☐	☐	☐	☐	☐

TOEGEWIJD HANDELEN

Gedurende de afgelopen twee weken..	Nooit waar	Zelden waar	Af en toe waar	Vaak waar	Meestal waar	Altijd waar
... stopte ik, zelfs wanneer ik vastliep in mijn inspanningen, niet met werken aan wat belangrijk is.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
... was ik, zelfs in moeilijke periodes, nog steeds in staat om stappen te zetten richting wat ik waardevol vind in het leven.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI-24NL)

INFLEXIBILITEIT SUBSCHALEN

EXPERIËNTIËLE VERMIJDING

Gedurende de afgelopen twee weken..	Nooit waar	Zelden waar	Af en toe waar	Vaak waar	Meestal waar	Altijd waar
... probeerde ik, als ik een vervelende herinnering had, mijzelf af te leiden om deze te laten verdwijnen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
... probeerde ik mijzelf af te leiden als ik onplezierige emoties voelde.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

GEBREK AAN CONTACT MET HET HUIDIGE MOMENT

Gedurende de afgelopen twee weken..	Nooit waar	Zelden waar	Af en toe waar	Vaak waar	Meestal waar	Altijd waar
... deed ik de meeste dingen automatisch, met weinig besef van wat ik aan het doen was.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
... deed ik de meeste dingen gedachteloos, zonder er veel aandacht aan te besteden.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

ZELF ALS INHOUD

Gedurende de afgelopen twee weken..	Nooit waar	Zelden waar	Af en toe waar	Vaak waar	Meestal waar	Altijd waar
... dacht ik dat sommige van mijn emoties slecht of ongepast waren en dat ik deze niet zou moeten voelen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
... bekritiseerde ik mijzelf voor het hebben van irrationele of ongepaste emoties.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

FUSIE

Gedurende de afgelopen twee weken..	Nooit waar	Zelden waar	Af en toe waar	Vaak waar	Meestal waar	Altijd waar
... neigden negatieve gedachten en gevoelens lang bij me te blijven hangen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
... hebben verontrustende gedachten de neiging rond te blijven draaien in mijn hoofd als een langspeelplaat die blijft hangen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI-24NL)

GEBREK AAN CONTACT MET WAARDEN

Gedurende de afgelopen twee weken..

- ... ben ik in de dagelijkse beslommingen vaak mijn prioriteiten en waarden uit het oog verloren.
... ben ik vaak, als het leven hectisch werd, het contact verloren met de dingen die waardevol zijn voor mij.

Nooit waar	Zelden waar	Af en toe waar	Vaak waar	Meestal waar	Altijd waar
☐	☐	☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐	☐	☐

GEBREK AAN TOEGEWIJD HANDELEN

Gedurende de afgelopen twee weken..

- ... hebben negatieve gevoelens mij ertoe gebracht niets te doen.
... blokkeerden negatieve gevoelens gemakkelijk mijn plannen.

Nooit waar	Zelden waar	Af en toe waar	Vaak waar	Meestal waar	Altijd waar
☐	☐	☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐	☐	☐

Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI-24NL)

Scoring

Subschalen

Voor het berekenen van de subschaalscores van de MPFI -24NL worden de antwoordcategorieën gecodeerd met waarden van 1 tot 6 (1= nooit waar tot 6= altijd waar). De items die behoren tot eenzelfde subschaal worden vervolgens gemiddeld (delen door 2), waarbij hogere scores duiden op een hoger niveau van de betreffende psychologische dimensie.

Globale samengestelde scores

De gemiddelden van de zes subschalen die psychologische flexibiliteit meten kunnen worden samengevoegd tot een samengestelde maat die *globale flexibiliteit* weergeeft. Op analoge wijze kunnen de gemiddelden van de zes subschalen die psychologische inflexibiliteit meten worden samengevoegd tot een samengestelde maat van *globale inflexibiliteit*.

Note

Bij het afnemen van de vragenlijst worden de titels van de subschalen niet aan deelnemers getoond. Deze zijn uitsluitend opgenomen ten behoeve van de duidelijkheid in de handleiding. Er zijn op dit moment (januari 2026) nog geen normgegevens beschikbaar.