

# Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI-60NL)

---

Nederlandse versie

Vertaald door: Jennifer Reijnders & Tim Batink  
Open Universiteit  
Faculteit Psychologie, Vakgroep Levenslooppсихologie

Correspondentie: [jennifer.reijnders@ou.nl](mailto: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 onderwijs toepassingen. 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](https://doi.org/10.31234/osf.io/974q5_v3)

# Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI-60NL)

---

## 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-60NL)

## FLEXIBILITEIT SUBSCHALEN

### ACCEPTATIE

| Gedurende de afgelopen twee weken..                                                                                          | Nooit<br>waar         | Zelden<br>waar        | Af en toe<br>waar     | Vaak<br>waar          | Meestal<br>waar       | Altijd<br>waar        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| ... stond ik ervoor open om onaangename gedachten en gevoelens te observeren zonder dat deze mij tot last waren.             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... probeerde ik vrede te hebben met mijn negatieve gedachten en gevoelens in plaats van mij ertegen te verzetten.           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... maakte ik ruimte om negatieve gedachten en emoties volledig te ervaren, deze in te ademen in plaats van ze weg te duwen. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... probeerde ik bij een vervelende gedachte of emotie, deze de ruimte te geven in plaats van te negeren.                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... heb ik mij opengesteld voor al mijn gevoelens, goede en slechte.                                                         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

### BEWUSTZIJN VAN HET HUIDIGE MOMENT

| Gedurende de afgelopen twee weken..                                                            | Nooit<br>waar         | Zelden<br>waar        | Af en toe<br>waar     | Vaak<br>waar          | Meestal<br>waar       | Altijd<br>waar        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| ... was ik aandachtig en mij bewust van mijn emoties.                                          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... was ik van moment tot moment afgestemd op mijn gedachten en gevoelens.                     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... heb ik vol aandacht stilgestaan bij wat ik dacht en voelde.                                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... was ik in contact met het komen en gaan van mijn gedachten en gevoelens.                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... streefde ik ernaar om opmerkzaam en bewust van mijn eigen gedachten en emoties te blijven. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

### ZELF ALS CONTEXT

| Gedurende de afgelopen twee weken..                                                                      | Nooit<br>waar         | Zelden<br>waar        | Af en toe<br>waar     | Vaak<br>waar          | Meestal<br>waar       | Altijd<br>waar        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| ... probeerde ik, zelfs als ik mij gekwetst of geëmotioneerd voelde, een breder perspectief te behouden. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... loodste ik mij door moeilijke momenten, door mijn leven vanuit een breder gezichtspunt te bekijken.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... probeerde ik perspectief te behouden, zelfs als het leven tegenzat.                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... probeerde ik, als ik angstig of bang was, nog steeds het grotere geheel te zien.                     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... probeerde ik als er iets pijnlijks gebeurde, een evenwichtig standpunt over de situatie in te nemen. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

### DEFUSIE

| Gedurende de afgelopen twee weken.. | Nooit<br>waar | Zelden<br>waar | Af en toe<br>waar | Vaak<br>waar | Meestal<br>waar | Altijd<br>waar |
|-------------------------------------|---------------|----------------|-------------------|--------------|-----------------|----------------|
|-------------------------------------|---------------|----------------|-------------------|--------------|-----------------|----------------|

|                                                                                                                                 |                       |                       |                       |                       |                       |                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| ... was ik in staat om negatieve gevoelens te laten komen en gaan, zonder erin verstrikt te raken.                              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... was ik in staat, als ik overstuur was, deze negatieve gevoelens door mij heen te laten gaan, zonder erin te blijven hangen. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... was ik in staat om, als ik bang of angstig was, deze gevoelens rustig te ervaren, zodat deze voorbij konden gaan.           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... was ik in staat om een stap terug te nemen en negatieve gedachten en gevoelens op te merken, zonder erop te reageren.       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... was ik in staat om in moeilijke situaties mijn gedachten en gevoelens op te merken, zonder dat deze mij overweldigden.      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

## WAARDEN

| Gedurende de afgelopen twee weken..                                                                                                        | Nooit<br>waar         | Zelden<br>waar        | Af en toe<br>waar     | Vaak<br>waar          | Meestal<br>waar       | Altijd<br>waar        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| ... was ik mij bewust van wat belangrijk is voor mij en mijn leven.                                                                        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... hield ik vast aan mijn dieperliggende waarden in het leven.                                                                            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... probeerde ik dagelijks contact te maken met wat echt belangrijk voor mij is.                                                           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... probeerde ik, ook als dit betekende dat ik moeilijke keuzes moest maken, de dingen die voor mij belangrijk waren, prioriteit te geven. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... gaven mijn dieperliggende waarden voortdurend richting aan mijn leven.                                                                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

## TOEGEWIJD HANDELEN

| Gedurende de afgelopen twee weken..                                                                                            | Nooit<br>waar         | Zelden<br>waar        | Af en toe<br>waar     | Vaak<br>waar          | Meestal<br>waar       | Altijd<br>waar        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| ... stopte ik, zelfs wanneer ik vastliep in mijn inspanningen, niet met werken aan wat belangrijk is.                          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... was ik, zelfs in moeilijke periodes, nog steeds in staat om stappen te zetten richting wat ik waardevol vind in het leven. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... bleef ik, zelfs als het leven stressvol en hectisch werd, investeren in de dingen die belangrijk voor mij zijn.            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... liet ik tegenslagen mij niet afremmen in het investeren in de dingen die ik echt graag wil in het leven.                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... liet ik mijn eigen angsten en twijfels niet in de weg staan om te gaan investeren in mijn doelen.                          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

# Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI-60NL)

## INFLEXIBILITEIT SUBSCHALEN

### EXPERIËNTIËLE VERMIJDING

| Gedurende de afgelopen twee weken..                                                                            | Nooit<br>waar         | Zelden<br>waar        | Af en toe<br>waar     | Vaak<br>waar          | Meestal<br>waar       | Altijd<br>waar        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| ... probeerde ik, als ik een vervelende herinnering had, mijzelf af te leiden om deze te laten verdwijnen.     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... probeerde ik mijzelf af te leiden als ik onplezierige emoties voelde.                                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... probeerde ik, zodra er onplezierige herinneringen bij mij opkwamen, deze uit mijn hoofd te zetten.         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... deed ik heel hard mijn best om, zodra iets vervelends opkwam, hier niet meer aan te denken.                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... probeerde ik, zodra er iets was waar ik niet aan wilde denken, van alles om het uit mijn hoofd te krijgen. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

### GEBREK AAN CONTACT MET HET HUIDIGE MOMENT

| Gedurende de afgelopen twee weken..                                                                                   | Nooit<br>waar         | Zelden<br>waar        | Af en toe<br>waar     | Vaak<br>waar          | Meestal<br>waar       | Altijd<br>waar        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| ... deed ik de meeste dingen automatisch, met weinig besef van wat ik aan het doen was.                               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... deed ik de meeste dingen gedachteloos, zonder er veel aandacht aan te besteden.                                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... leefde ik de meeste dagen op de automatische piloot, zonder veel aandacht te besteden aan wat ik dacht of voelde. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... kwam ik de meeste dagen door zonder veel aandacht.                                                                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... deed ik het grootste deel van de tijd wat ik moest doen, zonder er veel aandacht aan te besteden.                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

### ZELF ALS INHOUD

| Gedurende de afgelopen twee weken..                                                                        | Nooit<br>waar         | Zelden<br>waar        | Af en toe<br>waar     | Vaak<br>waar          | Meestal<br>waar       | Altijd<br>waar        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| ... dacht ik dat sommige van mijn emoties slecht of ongepast waren en dat ik deze niet zou moeten voelen.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... bekritiseerde ik mijzelf voor het hebben van irrationele of ongepaste emoties.                         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... dacht ik dat sommige van mijn gedachten abnormaal of slecht waren en dat ik niet zo zou moeten denken. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... heb ik tegen mijzelf gezegd dat ik me niet zou moeten voelen zoals ik me voel.                         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... heb ik tegen mijzelf gezegd dat ik niet zou moeten denken zoals ik denk.                               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

### FUSIE

| Gedurende de afgelopen twee weken.. | Nooit<br>waar | Zelden<br>waar | Af en toe<br>waar | Vaak<br>waar | Meestal<br>waar | Altijd<br>waar |
|-------------------------------------|---------------|----------------|-------------------|--------------|-----------------|----------------|
|-------------------------------------|---------------|----------------|-------------------|--------------|-----------------|----------------|

|                                                                                                                                |                       |                       |                       |                       |                       |                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| ... neigden negatieve gedachten en gevoelens lang bij me te blijven hangen.                                                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... hebben verontrustende gedachten de neiging rond te blijven draaien in mijn hoofd als een langspeelplaat die blijft hangen. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... was het erg gemakkelijk verstrikt te raken in ongewilde gedachten en gevoelens.                                            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... was het, als ik negatieve gedachten of gevoelens had, erg moeilijk hier voorbij te kijken.                                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... was het moeilijk om, als er iets vervelends gebeurde, te stoppen hieraan te denken.                                        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

## GEBREK AAN CONTACT MET WAARDEN

| Gedurende de afgelopen twee weken..                                                                           | Nooit<br>waar         | Zelden<br>waar        | Af en toe<br>waar     | Vaak<br>waar          | Meestal<br>waar       | Altijd<br>waar        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| ... ben ik in de dagelijkse beslommingen vaak mijn prioriteiten en waarden uit het oog verloren.              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... ben ik vaak, als het leven hectisch werd, het contact verloren met de dingen die waardevol zijn voor mij. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... zijn de dingen die ik het belangrijkste vind, helemaal van mijn prioriteitenlijst verdwenen.              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... had ik meestal niet de tijd om mijn aandacht te richten op de dingen die echt belangrijk zijn voor mij.   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... was het in moeilijke tijden gemakkelijk om te vergeten waar ik echt waarde aan hecht.                     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

## GEBREK AAN TOEGEWIJD HANDELEN

| Gedurende de afgelopen twee weken..                                                                          | Nooit<br>waar         | Zelden<br>waar        | Af en toe<br>waar     | Vaak<br>waar          | Meestal<br>waar       | Altijd<br>waar        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| ... hebben negatieve gevoelens mij ertoe gebracht niets te doen.                                             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... blokkeerden negatieve gevoelens gemakkelijk mijn plannen.                                                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... ben ik door emotioneel te worden vastgelopen en inactief geworden.                                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... hebben negatieve ervaringen mij doen afleiden van wat echt belangrijk is.                                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... overheersten onplezierige gedachten en gevoelens met gemak mijn inspanningen om mijn leven te verdiepen. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

# Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI-60NL)

---

## Scoring

### Subschalen

Voor het berekenen van de subschaalscores van de MPFI -60NL 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 6), 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.