

Introductie nieuwe contextueel-gedragstherapeutische vragenlijst: De Flexibiliteits Index Test (FIT-60)

Tim Batink^A, Gijs Jansen^B, Hubert de Mey^C.

A School for Mental Health and Neuroscience, Maastricht University, Maastricht.
 B Time to ACT, Maastricht.
 C Sectie Klinische Psychologie, Radboud University, Nijmegen.

Achtergrond

Acceptance and Commitment Therapy
 Acceptance and Commitment Therapy (ACT) is een vorm van gedragstherapie die zich niet rechtstreeks richt op het reduceren van psychische klachten, maar op het functioneel leren omgaan ermee. In 2010 is ACT in de V.S. erkend als *evidence based*-therapie voor o.a. depressie en chronische pijn (NREPP & APA).

Psychodiagnostiek
 Vanwege het niet-klachgerichte karakter van de derde-generatie gedragstherapieën is er ook behoefte aan functionele psychodiagnostiek. Hoewel er reeds een aantal specifieke ACT-vragenlijsten zijn ontwikkeld, is er tot op heden nog geen vragenlijst beschikbaar die alle componenten (acceptatie, defusie, zelf, hier en nu, waarden, handelen) van ACT in één test bij elkaar brengt, en de daar uit volgende psychologische flexibiliteit.

Doel

Het doel van dit onderzoeksproject is om een klinisch bruikbare ACT-vragenlijst te ontwikkelen, die de zes kerncomponenten goed in beeld brengt en daarmee ook uitspraken kan doen over de psychologische flexibiliteit van cliënten.

Methode

Uit een pool van ruim 150 items zijn 90 geselecteerd, welke empirisch werden getoetst. Deze FIT-90 is afgenomen bij 529 studenten van de RU voor verdere selectie van items en bepaling van betrouwbaarheid. Vervolgens is de FIT-60 afgenomen bij 1087 deelnemers aan een online ACT-interventie. Deze data is gebruikt voor verdere validatie van de subschalen van de FIT-60.

Resultaten

Studie 1: Ontwikkeling & betrouwbaarheid FIT (N=529)
 Een exploratieve principaal componentenanalyse (PCA) geeft op basis van eigenwaarden 12 factoren (58,5% verklaarde variantie). Echter deze factoren bleken inhoudelijk moeilijk te relateren aan het 6-factorenmodel van ACT. Er is daarom besloten de subschalen apart te onderzoeken op constructvaliditeit (Studie 2).

De FIT-90 heeft 15 items per subschaal. Deze zijn middels inter-item betrouwbaarheidsanalyse teruggebracht op 10 items per schaal (FIT-60). Vervolgens is per schaal Cronbach's α , alsook de gemiddelde inter-item correlatie bepaald (Tabel 1).

Tabel 1: Interne betrouwbaarheid FIT-60.

Schaal	Alpha	IIC
Totaal (Flexibiliteit)	.95	.22
- Acceptatie	.84	.33
- Defusie	.87	.42
- Zelf als Context	.69	.19
- Hier en Nu	.78	.26
- Waarden	.78	.28
- Handelen	.84	.34

Uit de onderlinge correlaties van de subschalen van de FIT-60 blijkt dat het cluster van componenten die het Acceptance gedeelte van ACT vormen sterk samen hangt. Commitment vertoont deze samenhang niet.

Studie 2: Validiteit FIT-60 (N=1087)
 De construct validiteit van drie subschalen is bepaald door deze te vergelijken met vragenlijsten die eenzelfde concept in kaart brengen (Tabel 2).

Tabel 2: Correlatie FIT-60 met verschillende ACT-vragenlijsten.

Schaal	AAQ-2	CFQ13	MAAS
Totaal	.85	-.71	-.50
- Acceptatie	.91	-.65	-.42
- Defusie	.74	-.61	-.41
- Zelf	.59	-.60	-.39
- Hier en Nu	.60	-.59	-.52
- Waarden	.52	-.41	-.25
- Handelen	.47	-.39	-.25

De FIT-60 blijkt tevens capabel om de ontwikkeling van ACT-vaardigheden na een interventie in kaart te brengen. Deelnemers van een online ACT-training vulde bij aanvang en afronding van de interventie de FIT-60 in (N=135). Uit de variantieanalyse bleek er een significant verschil te zijn ($F(1, 268) = 36.56, p < 0.001$).

Conclusie

Het resultaat van dit onderzoeksproject is de totstandkoming van de Flexibiliteits Index Test (FIT-60); een zelfrapportage vragenlijst die bestaat uit 60 stellingen. Als uitslag krijgt men zowel een totaalscore van psychologische flexibiliteit, alsook een score voor elk van de zes subschalen. Deze score is tevens grafisch weer te geven in het Flexibiliteitsprofiel (Figuur 1).

De initiële psychometrische kwaliteiten van de FIT-60 zijn bemoedigend; de FIT lijkt op het eerste gezicht een bruikbaar instrument te zijn voor de klinische praktijk. Verder onderzoek naar de psychometrische kwaliteiten van de FIT-60 is echter noodzakelijk.

Gratis beschikbaar op www.hoeflexibelbenjij.nl

Figuur 1: Flexibiliteitsprofiel FIT-60.

