

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.cedar.nl/pro).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

info@boomamsterdam.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

De AAQ-II (Acceptance and Action Questionnaire-II), een maat voor experiëntiële vermijding: normering bij jongeren

Ivo Bernaerts¹, Francis De Groot² en Marco Kleen³

SAMENVATTING

De Acceptance and Action Questionnaire-II (AAQ-II) is een vragenlijst die experiëntiële vermijding – of omgekeerd: psychologische flexibiliteit – meet. In 2008 werd de lijst officieel in het Nederlands vertaald, onderzocht en genormeerd bij volwassenen (Jacobs, Kleen, De Groot & A-Tjak, 2008). Experiëntiële vermijding is het vermijden van negatief geëvalueerde innerlijke ervaringen en blijkt een rol te spelen bij uiteenlopende psychische problemen. De AAQ-II bestond oorspronkelijk uit 10 items, maar recent onderzoek toonde aan dat een 7-itemversie psychometrisch iets sterker is. Dit werd bevestigd in het huidige onderzoek. De AAQ-II werd afgenomen in een gestratificeerde steekproef van 611 Vlaamse scholieren van gemiddeld 16 jaar. Gemiddelde scores en percentielscores worden gegeven per geslacht en per onderwijsvorm (ASO versus niet-ASO). Verder werden correlaties berekend met een aantal andere lijsten. De AAQ-II blijkt ook bij jongeren een psychometrisch degelijk instrument.

INLEIDING

Experiëntiële vermijding is het vermijden van negatief geëvalueerde innerlijke ervaringen zoals lichamelijke gewaarwordingen, emoties, gedachten en herinneringen. Iemand die bijvoorbeeld pijnlijke herinneringen heeft

¹ Ivo Bernaerts, *Professionele bacheloropleiding toegepaste psychologie van Thomas More Antwerpen (voorheen Lessius Antwerpen), Jozef De Bomstraat 11, BE-2018 Antwerpen (Ivo.Bernaerts@lessius.eu)*

² Francis De Groot, *Psychiatrisch Centrum Broeders Alexianen, Provinciesteenweg 408, BE-2530 Boechout*

³ Marco Kleen, *(marcokleenact@gmail.com)*

Correspondentieadres: Francis De Groot Psychiatrisch Centrum Broeders Alexianen, Provinciesteenweg 408, BE-2530 Boechout, België, e-mail: francis.de.groot@fracarita.org

aan ervaringen uit het verleden, kan allerlei controle- of vermijdingsmechanismen ontwikkelen om deze herinneringen te ontlopen. Experiëntiële vermijding (of omgekeerd acceptatie of psychologische flexibiliteit) krijgt toenemende aandacht in de onderzoeksliteratuur (Costa & Pinto-Gouveia, 2011; Goldstone, Farhall & Ong, 2011; Weinrib, 2011). De Acceptance and Action Questionnaire-II (AAQ-II) is een schaal die specifiek hiervoor werd ontwikkeld. De voorloper van de AAQ-II was de AAQ (later ook AAQ-I genoemd). Deze bleek psychometrisch te voldoen (Hayes et al., 2004), maar een probleem was dat er zeer uiteenlopende versies van bestonden: van 9 tot 22 items. Niet alleen het aantal items verschilde, maar ook de inhoud ervan. Om tot eenduidigheid te komen en om de psychometrische kwaliteiten te versterken werd de AAQ-II ontwikkeld. Recent werden de psychometrische eigenschappen gepubliceerd van de Engelstalige versie (Bond et al., 2011).

Per taalgebied wordt slechts één officiële vertaling toegestaan. In 2006 kreeg de ACT-intervisiegroep van de oorspronkelijke auteurs, Frank Bond en Steven Hayes, de formele toestemming voor de vertaling van de AAQ-II. De vertaling gebeurde zeer strikt via vertaling en terugvertaling door een Engelstalige persoon. Daarna volgde eerste psychometrisch onderzoek met de Nederlandstalige versie bij volwassenen. De resultaten werden gepubliceerd in 2008 (Jacobs, Kleen, De Groot & A-Tjak, 2008). De interne consistentie en validiteit bleken goed te zijn.

De AAQ werd ontwikkeld vanuit de Acceptance & Commitment Therapy (A-Tjak & De Groot, 2008), maar wordt ook breder gebruikt. Intussen wordt de AAQ-II zelfs aanbevolen bij Routine Outcome Monitoring om experiëntiële vermijding te meten als aspect van het therapieproces (Stinckens, Verdrú & Leijssen, 2010).

Een beperking van het onderzoek tot nu toe was dat de algemene steekproef (niet-patiënten) grotendeels uit hoger opgeleide studenten bestond. Het hier beschreven onderzoek is aanvullend aan het onderzoek van 2008, zowel qua leeftijd van de steekproef als qua scholingsgraad. Aanvullend gebeurde tegelijk een beperkt exploratief onderzoek naar de verbanden tussen experiëntiële vermijding en twee subschalen van de Behavior Rating Inventory of Executive Function.

METHODE

Deelnemers

De onderzoeksgroep bestond uit 628 Vlaamse leerlingen uit het secundair onderwijs. Hierin waren 152 scholen vertegenwoordigd. De onderzoeksgroep werd samengesteld op basis van een gestratificeerde steekproeftrekking. Bij de steekproeftrekking werd rekening gehouden met de variabelen geslacht, onderwijsvorm en leerjaar (zie tabellen 1 en 2) en verder met onderwijsnet (openbaar of vrij onderwijs), graad en leerjaar. Van 611 leerlingen is

het geslacht bekend: 306 vrouwen (50.1%) en 305 mannen (49.9%). De leeftijd varieerde tussen 12 en 24 jaar; de gemiddelde leeftijd bedroeg 16 jaar. De onderwijsvormen waren: Algemeen Secundair Onderwijs (ASO – het meest vertegenwoordigd), Technisch Secundair Onderwijs (TSO), Beroepssecundair Onderwijs (BSO) en Kunstsecundair Onderwijs (KSO – het minst vertegenwoordigd). De verspreiding over de verschillende leerjaren was vrij gelijkmatig, alleen het 7^{de} was minder vertegenwoordigd. Dit bestaat immers niet in het ASO. Deze Belgische onderwijsvormen zijn niet gelijk aan de Nederlandse, maar wel gedeeltelijk vergelijkbaar. ASO is vergelijkbaar met het Voorbereidend Wetenschappelijk Onderwijs (VWO), TSO is enigszins vergelijkbaar met het Hoger Algemeen Voortgezet Onderwijs (HAVO) en het Voorbereidend Middelbaar Beroepsonderwijs (VMBO), BSO is vergelijkbaar met het Middelbaar Beroepsonderwijs (MBO). KSO heeft geen Nederlands equivalent.

Het afnemen van de vragenlijst gebeurde door studenten uit het derde jaar Bachelor in de Toegepaste Psychologie van de Lessius-Hogeschool (nu Thomas More) te Antwerpen (Hosten, 2011; Termote, 2011).

Tabel 1 Deelnemers per geslacht en per onderwijsvorm

Geslacht		ASO	TSO	BSO	KSO	Totaal
Vrouw	<i>N</i>	166	72	61	7	306
	%	54%	24%	20%	2%	
Man	<i>N</i>	166	75	56	8	305
	%	54%	25%	18%	3%	
Totaal	<i>N</i>	332	147	117	15	611
	%	54%	24%	19%	2%	

Tabel 2 Deelnemers per geslacht en per leerjaar

Leerjaar	Vrouw		Man		Totaal	
	<i>N</i>	%	<i>N</i>	%	<i>N</i>	%
1	50	16%	46	15%	96	16%
2	53	17%	50	16%	103	17%
3	43	14%	47	15%	90	15%
4	53	17%	53	17%	106	17%
5	55	18%	50	16%	105	17%
6	39	13%	47	15%	86	14%
7	13	4%	12	4%	25	4%
Totaal	306	100%	305	100%	611	100%

Meetinstrumenten

De oorspronkelijke AAQ-II bestaat uit 10 items die telkens op een schaal van 1 (nooit waar) tot 7 (altijd waar) worden gescoord. De totaalscore wordt bekomen door de itemscores op te tellen, na omkering van de scores van de items 2, 3, 4, 5, 7, 8 en 9. De minimumscore is 10 en de maximumscore 70. Hoe hoger de totaalscore, hoe hoger de acceptatie of psychologische flexibiliteit en hoe minder experiëntiële vermijding. Een lagere score wijst dus op meer experiëntiële vermijding.

In 2011 verschenen echter de resultaten van het onderzoek door Bond et al. naar de psychometrische kwaliteiten van de AAQ-II. Daaruit bleek dat een 7-itemversie van de AAQ-II psychometrisch zelfs nog iets sterker is dan de 10-itemversie. Met name de items 1, 6 en 10 werden weggelaten (zie bijlage voor de 7-itemversie). Dit zijn de positieve items (bovendien is item 10 een dubbele ontkenning, wat steeds moeilijk is). Bij de 7-itemversie worden de scores niet meer omgekeerd, zodat de interpretatie van de totaalscores omgekeerd is aan die van de 10-itemversie: een hoge score op de 7-itemversie wijst op meer experiëntiële vermijding. De 3 weggelaten items hadden bij vorig Nederlandstalig onderzoek eveneens een lagere factorlading dan de 7 resterende (Jacobs et al., 2008).

Voor het huidige onderzoek werd de 10-itemversie afgenomen, maar gebeurde de verwerking zowel op de 10 items als op de 7. Bij de 7-itemversie gebeurt er geen omkering van de scores meer. De minimumscore op de 7-itemversie is 7 en de maximumscore is 49.

Het onderzoek gebeurde samen met normeringsonderzoek van de *BRIEF* (*Behavior Rating Inventory of Executive Function*). Dit bood de kans om exploratief hiermee verbanden na te gaan. De *BRIEF* meet executieve functies op gedragsniveau. Er bestaat een versie die ouders moeten invullen en een versie voor leerkrachten. De items hebben drie antwoordcategorieën: 'nooit', 'soms' of 'vaak'. Twee schalen van de *BRIEF* werden meegenomen in dit onderzoek: *Emotieregulatie* en *Gedragsevaluatie*. Van beide schalen werd zowel de ouder- als de leerkrachtversie ingevuld.

De schaal *Emotieregulatie* meet in hoeverre jongeren in staat zijn hun emoties in goed banen te leiden. Voorbeelditems zijn: 'reageert overdreven op kleine problemen', 'verandert vaak van humeur' en 'raakt erg snel overstuurd'. De ouderversie telt 10 items, de leerkrachtversie 9. Hoe hoger de score, hoe zwakker de emotieregulatie. Als hypothese werd hier gesteld dat moeilijkheden met de emotieregulatie kan samenhangen met grotere experiëntiële vermijding. Problemen met emoties kunnen het gevoel geven minder greep op zijn leven te hebben.

De schaal *Gedragsevaluatie* meet in welke mate jongeren hun gedrag evalueren en zich bewust zijn van de effecten van hun gedrag. Voorbeelditems zijn: 'controleert zijn/haar werk niet op fouten', 'heeft niet in de gaten wat

het effect is van zijn/haar gedrag' en 'kent eigen sterke en zwakke punten niet goed'. De ouderversie telt 8 items, de leerkrachtversie 10. Hoe hoger de score, hoe zwakker de gedragsevaluatie (minder bewustzijn van de fouten of effecten van het gedrag). Als hypothese werd hier gesteld dat er geen verband is tussen gedragsevaluatie en experiëntiële vermijding ofwel zelfs een licht negatief. Als men zijn gedrag minder evalueert, is men mogelijk minder gericht op emoties wat tot minder experiëntiële vermijding leidt, of is men algemeen minder op de anderen gericht en zegt dit niets over het omgaan met eigen belevingen.

Bijkomende vragen. Naast de bestaande vragenlijsten moesten de ouders van de jongeren een bijkomende vragenlijst invullen met enkele algemene vragen. Drie vragen hiervan zijn relevant voor dit onderzoek:

- 'Is uw zoon/dochter ooit onder behandeling van een psycholoog/psychiater geweest?'
- 'Hoe is de werkhouding van uw zoon/dochter voor het schoolse leren in het algemeen?'
- 'Hoe is volgens u het algemeen welbevinden van uw zoon/dochter?'

Verwacht werd dat in behandeling zijn of geweest zijn en een lager welbevinden samenhangen met meer experiëntiële vermijding. Voor de werkhouding werd geen duidelijk verband verwacht.

RESULTATEN

Interne consistentie

De interne consistentie van de AAQ-II werd nagegaan met de Cronbach alpha. Deze bedroeg .82 voor de 10-itemversie en .85 voor de 7-itemversie. Dit betekent dat de vragenlijst voor dit aspect een hoge betrouwbaarheid vertoont. De 7-itemversie is ook hier iets consistentier dan de 10-itemversie.

Geslacht

Mannen behaalden op de 7-itemversie een gemiddelde score van 17.57 op de AAQ-II, vrouwen behaalden een gemiddelde score van 19.79. Dit verschil is significant ($t(599) = 3.75, p < .001$). Jonge mannen vertonen dus meer acceptatie en minder experiëntiële vermijding dan jonge vrouwen.

Leeftijd

De Pearson-correlatie tussen leeftijd en totaalscore op de 7-itemversie van de AAQ-II was niet significant ($r = -.027, p = .50$). Er werd dus geen verband gevonden tussen leeftijd en experiëntiële vermijding bij jongeren. Een ANOVA-toets vond bovendien evenmin een significant verband tussen leerjaar en AAQ-II-score.

Onderwijsvorm

Er werd nagegaan of er een verschil in experiëntiële vermijding is tussen de onderwijsvormen ASO, TSO, BSO en KSO (zie tabel 3 voor de gemiddelde scores).

Tabel 3 Scores op de AAQ-II per onderwijsvorm

	ASO		TSO		BSO		KSO	
	7 items	10 items	7 items	10 items	7 items	10 items	7 items	10 items
M	17.72	53.12	18.99	51.43	20.85	48.96	21.13	49.47
SD	6.72	8.50	7.39	9.09	8.49	10.07	7.57	9.08

ANOVA-toetsing toonde dat het verband tussen onderwijsvorm en AAQ-II-score significant was ($F(4,596) = 5.92, p < .001$). Bonferroni-analyse wees uit dat er enkel een significant verschil was tussen ASO en BSO ($p < .001$). Leerlingen uit het ASO scoorden significant lager op de AAQ-II en vertoonden dus minder experiëntiële vermijding dan leerlingen uit het BSO (respectievelijk $M_{ASO} = 17.72$ en $M_{BSO} = 20.85$). De overige verschillen waren niet significant.

Percentielen

Op basis van vorige resultaten lijkt het zinvol AAQ-II-percentielen te geven voor het geheel van de jongerenpopulatie, per geslacht en in 2 groepen schoolvormen (enerzijds ASO en TSO, anderzijds BSO en KSO). De percentielen voor zowel de 7-itemversie als de 10-itemversie worden gegeven: zie Tabel 4 en 5. Bij de 7-itemversie betekent een hogere score meer experiëntiële vermijding; bij de 10-itemversie betekent een lagere score meer experiëntiële vermijding.

Tabel 4 Percentielscores op de 7-itemversie van de AAQ-II

Percentielen	Totale groep	Jongens	Meisjes	ASO	Niet-ASO
	<i>N</i> =603	<i>N</i> =299	<i>N</i> =302	<i>N</i> =328	<i>N</i> =269
10	10	10	10	9	11
20	12	12	14	12	13
30	14	13	15	14	15
40	16	15	17	15	17
50	18	17	18	17	18
60	20	18	21	19	21
70	22	20	23	21	24
80	25	23	26	23	26
90	29	27	31	27	31

Tabel 5 Percentielscores op de 10-itemversie van de AAQ-II

Percentielen	Totale groep	Jongens	Meisjes	ASO	Niet-ASO
	N=603	N=299	N=302	N=328	N=269
10	39	41	37	41	37
20	45	47	43	46	43
30	48	49	46	49	46
40	50	51	49	51	49
50	53	54	51	54	51
60	55	56	54	56	53
70	57	58	56	58	56
80	60	61	59	61	59
90	63	64	62	63	62

BRIEF-schalen

Voor de berekening van de correlaties met de BRIEF-schalen werd enkel de 10-itemversie gebruikt. De verwerking van deze gegevens gebeurde door studenten in het kader van hun eindwerk. Op het moment van deze verwerking waren de internationale gegevens over de 7-itemversie nog niet bekend. Alle overige verwerkingen gebeurden achteraf en daarvoor werd de 7-itemversie wel gebruikt.

Emotieregulatie

De Pearson-correlatie tussen de oudervragenlijst rond emotieregulatie en de AAQ-II bedroeg $r = -.24$ ($p < .001$). De correlatie tussen de leerkrachtvragenlijst rond emotieregulatie en de AAQ-II bedroeg $r = -.26$ ($p < .001$). Beide correlaties waren laag, maar toch significant negatief: hoe beter de emotieregulatie, hoe minder experiëntiële vermijding. Hier werd dus een significant negatief verband gevonden tussen enerzijds een vragenlijst die door leerlingen zelf is ingevuld (AAQ-II) en anderzijds twee vragenlijsten die door anderen werden ingevuld, onafhankelijk van elkaar (ouders en leerkrachten).

Gedragsevaluatie

De Pearson-correlatie tussen de oudervragenlijst rond gedragsevaluatie en de AAQ-II bedroeg $r = -.07$ ($p = .12$). De correlatie tussen de leerkrachtvragenlijst rond gedragsevaluatie en de AAQ-II bedroeg $r = -.04$ ($p = .36$). Deze correlaties zijn niet significant. Er werd dus geen duidelijk verband gevonden tussen gedragsevaluatie en experiëntiële vermijding.

BIJKOMENDE VRAGEN

Behandeling

De onderzoeksgroep betrof een niet-klinische populatie leerlingen uit het gewone onderwijs. De ouders moesten echter een bijkomende algemene vragenlijst invullen en daarbij stond de vraag: 'Is uw zoon/dochter ooit onder behandeling van een psycholoog/psychiater geweest?' Hiervoor moest ofwel 'ja' ofwel 'nee' aangekruist worden. Het verband tussen wel of niet ooit in behandeling geweest zijn en de score op de AAQ-II werd eveneens berekend. Leerlingen die nooit in behandeling waren, scoren gemiddeld 17.97 op de 7-itemversie van de AAQ-II. Leerlingen die wel ooit in behandeling waren (dit waren er in totaal 80), scoren gemiddeld 23.01. Dit verschil was significant ($t(550) = -5.80, p < .001$). Leerlingen die ooit in behandeling waren, vertonen dus duidelijk meer experiëntiële vermijding.

Werkhouding en welbevinden

De Pearson-correlatie tussen de werkhouding zoals beoordeeld door de ouders enerzijds en de 7-itemversie van de AAQ-II anderzijds bedroeg $r = .032$ ($p = .45$). Deze correlatie was niet significant. Er werd dus geen verband tussen schoolse werkhouding en experiëntiële vermijding.

De Pearson-correlatie tussen algemeen welbevinden zoals beoordeeld door de ouders en de AAQ-II bedraagt $r = -.153$ ($p < .001$). De correlatie is laag, maar significant, wat betekent dat een hogere experiëntiële vermijding samenhangt met een verminderd algemeen welbevinden.

DISCUSSIE

De AAQ-II werd onderzocht bij een grote gestratificeerde steekproef Vlaamse jongeren. De psychometrische eigenschappen van de vragenlijst zijn vergelijkbaar met die in andere onderzoeken worden gevonden, zowel Nederlandstalig als Engelstalig. De interne consistentie is zeer goed (.85) en ligt in de lijn van de internationaal gevonden Cronbach alpha (gemiddeld .84 – range van .78 tot .88; Bond et al., 2011).

Zoals bij andere studies wordt geen verband gevonden tussen experiëntiële vermijding en leeftijd. Anders dan gebruikelijk wordt hier wel een significant geslachtsverschil gevonden: meisjes vertonen gemiddeld iets meer experiëntiële vermijding dan jongens.

Het Belgisch-Nederlands onderzoek van 2008 vond een significant verband met opleidingsniveau. Dit is in het huidige onderzoek bevestigd in de vorm van een verband tussen onderwijsvorm en score op de AAQ-II. Jongeren uit het algemeen secundair vertonen minder experiëntiële vermijding dan jongeren uit het beroepssecundair onderwijs. Dit maakt deze laatste groep mogelijk kwetsbaarder voor psychische problemen.

Verder is een significant verband gevonden tussen de subschaal 'emotieregulatie' van de BRIEF (ingevuld door de ouders en door de leerkrachten) en de AAQ-II. Hoe beter de emotieregulatie, hoe minder experiëntiële vermijding. Jongeren die het moeilijker hebben met emotieregulatie, kunnen meer gericht zijn op hun emoties en het gevoel hebben minder greep op hun leven te hebben, wat kan leiden tot meer experiëntiële vermijding. Het verband met de subschaal 'gedragsevaluatie' is niet significant. Minder evalueren van zijn gedrag of de gevolgen ervan, zegt dus niets over het gericht zijn op de eigen emoties en over eventuele experiëntiële vermijding.

Tot slot zijn nog twee verbanden gevonden met de AAQ-II. Leerlingen waarvan de ouders aangeven dat ze in behandeling zijn of waren bij een psycholoog of psychiater vertoonden significant meer experiëntiële vermijding dan leerlingen die nooit in behandeling waren. En een hoger algemeen welbevinden (zoals beoordeeld door de ouders) hing eveneens samen met minder experiëntiële vermijding.

Samengevat kan gesteld worden dat de AAQ-II een instrument is dat geschikt is voor gebruik bij volwassenen, maar evenzeer bij jongeren. De 7-itemversie scoort psychometrisch iets beter dan de 10-itemversie en kan dus aanbevolen worden. De berekening van de totaalscore van de 7-itemversie is ook gemakkelijker: er dienen geen itemscores meer omgekeerd te worden, alle scores kunnen gewoon opgeteld worden. De AAQ-II correleert met standaard klinische vragenlijsten (onderzoek uit 2008), maar eveneens met lijsten die ingevuld worden door ouders en leerkrachten en zelfs met gegevens uit het dagelijks leven en kan dus als klinisch relevant en gevoelig beschouwd worden. Normscores van zowel de 7- als de 10-itemversie zijn beschikbaar.

In toenemende mate blijkt uit onderzoek het belang van experiëntiële vermijding bij uiteenlopende psychische problemen. Degelijke meetinstrumenten kunnen dus ongetwijfeld hun nut bewijzen bij het stellen van indicaties voor behandeling en voor opvolging van het behandelproces. De AAQ-II is een erg kort, vlot afneembaar en makkelijk te scoren instrument dat lijkt te voldoen aan alle vereisten. En last but not least is het gratis beschikbaar.

SUMMARY

The Acceptance and Action Questionnaire-II (AAQ-II)

The Acceptance and Action Questionnaire-II (AAQ-II) measures experiential avoidance, or its opposite: psychological flexibility. In 2008 the questionnaire was officially translated into Dutch and the psychometric properties were examined in an adult population (Jacobs, Kleen, De Groot & A-Tjak, 2008). Experiential avoidance is the avoidance of negatively evaluated inner experiences. This process plays a role in a wide range of psy-

chological problems. Initially the AAQ-II consisted of 10 items, but recent research showed that a 7-item version was psychometrically stronger. The present research confirms this. The AAQ-II was presented to a sample of 611 Flemish students with an average age of 16 years. Average scores and percentiles are presented by sex and type of education. Also correlations with other questionnaires are presented. The Dutch AAQ-II proves to be a psychometrically strong instrument for adolescents.

Key words: Acceptance and Action Questionnaire, experiential avoidance, psychological flexibility, acceptance, questionnaire, psychometric properties, adolescents

LITERATUUR

- A-Tjak, J., & De Groot, F. (2008). *Acceptance & Commitment Therapy. Een praktische inleiding voor hulpverleners*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.
- Bond, F.W., Hayes, S.C., Baer, R.A., Carpenter, K.M., Guenole, N., Orcutt, H.K., Waltz, T., & Zettle, R.D. (2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire-II: a revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior Therapy, 42*, 676-688.
- Costa, J., & Pinto-Gouveia, J. (2011). The mediation effect of experiential avoidance between coping and psychopathology in chronic pain. *Clinical Psychology and Psychotherapy, 18*, 34-47.
- Goldstone, E., Farhall, J., & Ong, B. (2011). Life hassles, experiential avoidance and distressing delusional experiences. *Behavioural Research and Therapy, 49*, 260-266.
- Hayes, S.C., Strosahl, K.D., Wilson, K.G., Bissett, R.T., Pistorello, J., Toarmino, D., Polusny, M.A., Dykstra, T.A., Batten, S.V., Bergan, J., Stewart, S.H., Zvolensky, M.J., Eifert, G.H., Bond, F.W., Forsyth, J.P., Karekla, M., & McCurry, S.M. (2004). Measuring experiential avoidance: A preliminary test of a working model. *The Psychological Record, 54*, 553-578.
- Hosten, T. (2011). *Experiëntiële vermijding bij jongeren uit het secundair onderwijs. Onderzoek naar verschillen in geslacht, leeftijd, onderwijsvorm, emotieregulatie en behandeling*. Bachelorproef Bachelor in de Toegepaste Psychologie, Lessius Antwerpen.
- Jacobs, N., Kleen, M., De Groot, F., & A-Tjak, J. (2008). Het meten van experiëntiële vermijding. De Nederlandstalige versie van de Acceptance and Action Questionnaire-II (AAQ-II). *Gedragstherapie, 41*, 349-361.
- Stinckens, N., Verdrú, H., & Leijssen, M. (2010). Monitoring als therapeutisch instrument. Bruggen slaan tussen klinische praktijk en onderzoek. *Tijdschrift Klinische Psychologie, 40*, 11-24.
- Termote, S. (2011). *Acceptance and Action Questionnaire-II: (normering)onderzoek over experiëntiële vermijding bij de secundaire schoolbevolking*. Bachelorproef Bachelor in de Toegepaste Psychologie, Lessius Antwerpen.
- Weinrib, A.Z. (2011). *Investigating experiential avoidance as a mechanism of action in a mindfulness intervention*. Doctoral dissertation, University of Iowa. <http://ir.uiowa.edu/etd/1105>.

Bijlage: De 7-itemversie van de AAQ-II

VRAGENLIJST AAQ-II

1	2	3	4	5	6	7	
Nooit waar	Bijna nooit waar	Zelden waar	Soms waar	Dikwijls waar	Bijna altijd waar	Altijd waar	
1. Mijn pijnlijke ervaringen en herinneringen maken het me moeilijk om een waardevol leven te leiden.	1	2	3	4	5	6	7
2. Ik ben bang voor mijn gevoelens.	1	2	3	4	5	6	7
3. Ik maak me zorgen dat ik niet in staat ben mijn zorgen en gevoelens onder controle te houden.	1	2	3	4	5	6	7
4. Mijn pijnlijke herinneringen verhinderen mij een bevredigend leven te leiden.	1	2	3	4	5	6	7
5. Emoties veroorzaken problemen in mijn leven.	1	2	3	4	5	6	7
6. Het lijkt erop dat de meeste mensen meer controle over hun leven hebben dan ik.	1	2	3	4	5	6	7
7. Zorgen staan mijn succes in de weg.	1	2	3	4	5	6	7

U kunt onderstaande vragenlijst invullen door bij elke bewering een getal te omcirkelen. De betekenis van de getallen vindt u in het kader hieronder.

Naam: Datum:

