

Checkliste zur Emotionsregulation (ERC)

Die ERC ist ein Fragebogen zur Erfassung der Emotionsregulation und von Problemen im emotionalen Ausdruck bei Kindern, gestützt auf Beobachtungen der Eltern oder Lehrkräfte. Sie umfasst zwei Hauptdimensionen: Emotionsregulation sowie Labilität/Negativität. Das Verfahren eignet sich zur Früherkennung emotionaler Schwierigkeiten und zur Ausrichtung therapeutischer Interventionen.

Anzahl der Fragen	24 Fragen
Geschätzte Dauer	6 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Emotion Regulation Checklist
Zielgruppe	Kinder, Eltern/Lehrkräfte
Autor:innen	Annette M. Shields, Dante Cicchetti (1997)
Kategorie	Emotionsregulation, Kindesalter

Vorschau der 24 Fragen

Wie oft trifft Folgendes auf Ihr Kind zu?

Ist ein fröhliches Kind

Nie | Manchmal | Oft | Fast immer

Wie oft trifft Folgendes auf Ihr Kind zu?

Zeigt starke Stimmungsschwankungen

(Die Gefühlslage des Kindes ist schwer vorherzusehen, weil sie schnell von positiver in negative Stimmung umschlägt)

Nie | Manchmal | Oft | Fast immer

Wie oft trifft Folgendes auf Ihr Kind zu?

Reagiert positiv, wenn ein Erwachsener neutral oder freundlich auf es zugeht

Nie | Manchmal | Oft | Fast immer

Wie oft trifft Folgendes auf Ihr Kind zu?

Kommt mit dem Wechsel von einer Aktivität zur nächsten gut zurecht

(wird beim Wechsel zwischen Aktivitäten nicht wütend oder gereizt und ist weder verunsichert noch überdreht)

Nie | Manchmal | Oft | Fast immer

Wie oft trifft Folgendes auf Ihr Kind zu?

Fängt sich nach Kummer oder Ärger schnell wieder

(z. B. schmollt nicht, ist nicht beleidigt und bleibt nach emotional schwierigen Ereignissen nicht mürrisch, ängstlich oder traurig)

Nie | Manchmal | Oft | Fast immer

Auswertung und Interpretation

Jedes Item wird auf einer Likert-Skala bewertet (von 1 = nie bis 4 = fast immer).

Der Gesamtwert gliedert sich in zwei Subskalen:

- Emotionsregulation (Summe der Items 1, 3, 7, 15, 21, 23, wobei die Items 16 und 18 umgepolt werden)
- Labilität/Negativität (Summe der Items 2, 6, 8, 10, 13, 14, 17, 19, 20, 22, 24, wobei die Items 4, 5, 9 und 11 umgepolt werden).

Hohe Werte auf der Subskala Emotionsregulation sprechen für eine gute emotionale Kontrolle.

Hohe Werte bei Labilität/Negativität weisen auf Schwierigkeiten hin.