IERQ

Fragebogen zur interpersonellen Emotionsregulation (IERQ)

Der IERQ ist ein kurzer Selbstbeurteilungsfragebogen, der erfasst, wie eine Person andere Menschen nutzt, um die eigenen Emotionen zu regulieren. Er erfasst vier unterschiedliche interpersonelle Strategien: Verstärkung positiver Affekte, Perspektivübernahme, Beruhigung und soziales Modelllernen. Das Verfahren ist vor allem für Erwachsene in der klinischen Psychologie und in der Forschung relevant, um die Nutzung von Beziehungsressourcen beim Umgang mit Emotionen zu untersuchen, insbesondere im Zusammenhang mit Angst, Depression, Bindung und sozialem Funktionsniveau.

Anzahl der Fragen	20 Fragen
Geschätzte Dauer	5 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire
Zielgruppe	Erwachsene
Autor:innen	Stefan G. Hofmann, Joseph K. Carpenter, Joshua Curtiss (2016)
Kategorie	Emotionsregulation

Vorschau der 20 Fragen

Es geht mir besser, wenn ich erfahre, wie andere mit ihren Gefühlen umgegangen sind.

Trifft keinesfalls auf mich zu | Ein wenig | Mäßig | Ziemlich | Trifft vollkommen auf mich zu

Wenn ich niedergeschlagen bin, hilft es mir, wenn andere mich darauf hinweisen, dass die Dinge nicht so schlimm sind, wie sie scheinen.

Trifft keinesfalls auf mich zu | Ein wenig | Mäßig | Ziemlich | Trifft vollkommen auf mich zu

Wenn ich begeistert bin, bin ich gern mit anderen zusammen, um meine Freude zu teilen.

Trifft keinesfalls auf mich zu | Ein wenig | Mäßig | Ziemlich | Trifft vollkommen auf mich zu

Ich suche bei anderen Menschen nach Mitgefühl, wenn ich unglücklich bin.

Trifft keinesfalls auf mich zu | Ein wenig | Mäßig | Ziemlich | Trifft vollkommen auf mich zu

Die Ideen einer anderen Person zu hören, wie man die Situation handhaben kann, hilft mir, wenn ich mir Sorgen mache.

Trifft keinesfalls auf mich zu | Ein wenig | Mäßig | Ziemlich | Trifft vollkommen auf mich zu

Auswertung und Interpretation

Jedes Item wird von 1 bis 5 bewertet, ohne umgepolte Items. Die Subskalen werden durch Summieren der folgenden Items berechnet: Verstärkung positiver Affekte (3, 6, 8, 13, 18), Perspektivübernahme (2, 7, 10, 14, 17), Beruhigung (4, 9, 12, 16, 19) und soziales Modelllernen (1, 5, 11, 15, 20). Jeder Subskalenwert reicht von 5 bis 25; ein hoher Wert weist auf eine häufigere Nutzung der jeweiligen Strategie hin. Die Standardinterpretation stützt sich auf das Profil der vier Subskalen; der ursprüngliche Entwicklungsartikel liefert keine validierten klinischen diagnostischen Cut-off-Werte.