EDS

Escala de Desregulación Emocional (EDS)

La EDS es un cuestionario autoaplicado diseñado para medir la desregulación emocional en adultos. Explora la dificultad para identificar, comprender, tolerar y modular las propias emociones, así como la tendencia a sentirse desbordado por ellas o a reaccionar de forma poco eficaz ante el estrés emocional. Utilizada en la práctica clínica y en investigación, en particular en contextos de trauma, sintomatología límite, ansiedad, depresión o estrés postraumático, proporciona una estimación dimensional útil de la gravedad de las dificultades de regulación emocional.

Número de preguntas	24 preguntas
Duración estimada	7 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Emotion Dysregulation Scale
Población destinataria	Adultos
Autores	Bekh Bradley, John A. DeFife, Christine Guarnaccia, Jessica Phifer, Nadine Fani, Kerry J. Ressler, Drew Westen (2011)
Categoría	Regulación emocional

Vista previa de las 24 preguntas

A menudo me cuesta calmarme cuando estoy alterado/a

1 - No es cierto | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 - Muy cierto

Cuando me siento mal, me cuesta recordar algo positivo; todo me parece malo

1 - No es cierto | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 - Muy cierto

Las emociones me desbordan

1 - No es cierto | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 - Muy cierto

Cuando estoy alterado/a, me siento completamente solo/a en el mundo

1 - No es cierto | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 - Muy cierto

Cuando estoy alterado/a, me cuesta recordar que hay gente que se preocupa por mí

1 - No es cierto	2	3	4	5	6	7 - Muy cierto

Corrección e interpretación

Los 24 ítems se puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos. La puntuación total se obtiene sumando las respuestas; una puntuación más alta indica una mayor desregulación emocional. Según la versión utilizada, también pueden examinarse puntuaciones factoriales, pero la interpretación clínica se basa principalmente en la puntuación global, el perfil sintomático y la comparación con los datos normativos o de investigación disponibles. Este instrumento no permite por sí solo establecer un diagnóstico.