

Échelle de régulation émotionnelle chez l'enfant (ERC)

L'ERC est un questionnaire utilisé pour évaluer la régulation émotionnelle et les problèmes d'expression émotionnelle chez les enfants, à partir des observations de leurs parents ou enseignants. Il comprend deux principales dimensions : la régulation émotionnelle et la labilité/négativité. Cet outil est utile dans la détection précoce des difficultés émotionnelles et dans l'orientation des interventions thérapeutiques.

Nombre de questions	24 questions
Durée estimée	6 minutes
Langue	Français
Nom original	Emotion Regulation Checklist
Public cible	Enfants, parents/enseignants
Auteurs	Annette M. Shields, Dante Cicchetti (1997)
Catégorie	Régulation des émotions, Enfance

Aperçu des 24 questions

À quelle fréquence diriez-vous que votre enfant :

Est un enfant joyeux

Jamais | Parfois | Souvent | Presque toujours

À quelle fréquence diriez-vous que votre enfant :

Montre de grandes variations d'humeur

(L'état émotionnel de l'enfant est difficile à anticiper car il change rapidement d'une humeur positive à une humeur négative)

Jamais | Parfois | Souvent | Presque toujours

À quelle fréquence diriez-vous que votre enfant :

Répond positivement lorsqu'un adulte l'aborde de façon neutre ou amicale

Jamais | Parfois | Souvent | Presque toujours

À quelle fréquence diriez-vous que votre enfant :

Réagit bien aux transitions d'une activité à l'autre

(ne se fâche pas, ne s'irrite pas, n'est pas en détresse ou trop excité quand il passe d'une activité à l'autre)

Jamais | Parfois | Souvent | Presque toujours

À quelle fréquence diriez-vous que votre enfant :

Se remet rapidement d'épisodes de détresse ou de contrariété

(par ex., ne fait pas la moue, ne boude pas, ou ne reste pas renfrogné, anxieux ou triste suite à des événements émotionnellement difficiles)

Jamais | Parfois | Souvent | Presque toujours

Le questionnaire complet (24 questions) se fait passer en ligne sur Mentaal.

Faites passer ce questionnaire en ligne

Envoyez un lien à votre patient : il répond depuis son téléphone ou son ordinateur, et vous recevez les résultats cotés par email.

Voir le questionnaire sur mentaal.org

Cotations & interprétations

Cotation automatique avec Mentaal

Les résultats cotés vous seront envoyés automatiquement dès que votre patient aura complété le questionnaire. Voici un exemple :

Cotation

Score Régulation Émotionnelle (RE) : 24/32
Score élevé = régulation émotionnelle appropriée

Score Dysrégulation/Labilité-Négativité (DE) : 39/60
Score élevé = dysrégulation importante

Chaque item est coté sur une échelle de type Likert (de 1 = jamais à 4 = presque toujours).

Le score total se divise en deux sous-échelles :

- Régulation émotionnelle (somme des items 1, 3, 7, 15, 21, 23 avec inversion des items 16 et 18)
- Labilité/Négativité (somme des items 2, 6, 8, 10, 13, 14, 17, 19, 20, 22, 24 avec inversion des items 4, 5, 9 et 11).

Les scores élevés à la sous-échelle Régulation Émotionnelle indiquent une bonne maîtrise émotionnelle

Les scores élevés à Labilité/Négativité indiquent des difficultés.