Questionario degli stati dell'Io (ESQ)

ESQ

L'ESQ è un questionario di autovalutazione che si colloca nel quadro dell'Analisi Transazionale, pensato per esplorare il modo in cui una persona attinge ai propri principali stati dell'Io nel funzionamento quotidiano. Lo strumento mira generalmente a stimare il peso relativo di cinque dimensioni funzionali spesso descritte in AT: Genitore Critico, Genitore Affettivo, Adulto, Bambino Libero e Bambino Adattato. Nella pratica clinica, può aiutare lo psicologo a strutturare l'esplorazione degli stili relazionali, dei pattern di regolazione emotiva, delle risposte abituali allo stress e dei copioni interpersonali. L'ESQ è utilizzato soprattutto come strumento di screening e di riflessione clinica, accanto al colloquio, e non come strumento diagnostico autonomo.

Numero di domande	40 domande
Durata stimata	10 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	Ego State Questionnaire
Destinatari	Adolescenti e adulti
Autori	Cliff A. Loffredo, Michael M. Omizo (1997)
Categoria	Regolazione emotiva, Difficoltà relazionali

Scoring e interpretazione

Gli item sono valutati su una scala di tipo Likert in base al grado di accordo con l'affermazione o di corrispondenza a essa. I punteggi vengono sommati o mediati per sottoscala per ottenere un profilo dei cinque stati dell'Io: Genitore Critico, Genitore Affettivo, Adulto, Bambino Libero e Bambino Adattato. Punteggi più alti indicano una presenza più forte della modalità corrispondente. L'interpretazione si basa principalmente sul profilo relativo dei sottopunteggi, sulla coerenza clinica con il colloquio e sull'osservazione di eventuali squilibri; nell'uso corrente non esiste un cut-off diagnostico universalmente accettato.