IERQ

Questionario sulla regolazione interpersonale delle emozioni (IERQ)

L'IERQ è un breve questionario di autovalutazione che misura il modo in cui una persona si serve degli altri per regolare le proprie emozioni. Valuta quattro strategie interpersonali distinte: potenziamento dell'affetto positivo, assunzione di prospettiva, conforto e modellamento sociale. Lo strumento è pertinente soprattutto per gli adulti, in psicologia clinica e nella ricerca, per esplorare l'uso delle risorse relazionali nella gestione delle emozioni, in particolare in relazione ad ansia, depressione, attaccamento e funzionamento sociale.

Numero di domande	20 domande
Durata stimata	5 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire
Destinatari	Adulti
Autori	Stefan G. Hofmann, Joseph K. Carpenter, Joshua Curtiss (2016)
Categoria	Regolazione emotiva

Anteprima delle 20 domande

Mi fa stare meglio sapere come gli altri hanno affrontato le proprie emozioni.

Per nulla vero per me | Un poco | Moderatamente | Abbastanza | Estremamente vero per me

Mi aiuta a gestire il mio umore depresso quando gli altri mi fanno notare che le cose non sono così gravi come sembrano.

Per nulla vero per me | Un poco | Moderatamente | Abbastanza | Estremamente vero per me

Mi piace stare in compagnia degli altri quando sono entusiasta e voglio condividere la mia gioia.

Per nulla vero per me | Un poco | Moderatamente | Abbastanza | Estremamente vero per me

Cerco altre persone che mi offrano compassione quando sono turbato/a.

Per nulla vero per me | Un poco | Moderatamente | Abbastanza | Estremamente vero per me

Ascoltare il pensiero di un'altra persona su come affrontare le cose mi aiuta quando sono preoccupato/a.

Per nulla vero per me | Un poco | Moderatamente | Abbastanza | Estremamente vero per me

Scoring e interpretazione

Ogni item viene valutato da 1 a 5, senza item a punteggio invertito. Le sottoscale si calcolano sommando i seguenti item: potenziamento dell'affetto positivo (3, 6, 8, 13, 18), assunzione di prospettiva (2, 7, 10, 14, 17), conforto (4, 9, 12, 16, 19) e modellamento sociale (1, 5, 11, 15, 20). Ciascun sottopunteggio va da 5 a 25; un punteggio elevato indica un uso più frequente della strategia corrispondente. L'interpretazione standard si basa sul profilo delle quattro sottoscale; l'articolo originale di sviluppo non fornisce cut-off clinici diagnostici validati.