ESQ

Spørreskjema om jeg-tilstander (ESQ)

ESQ er et selvrapporteringsskjema med utgangspunkt i transaksjonsanalysen, som utforsker hvordan en person bruker de viktigste jeg-tilstandene sine i hverdagen. Verktøyet skal vanligvis anslå den relative vekten av fem funksjonelle dimensjoner som ofte beskrives i transaksjonsanalyse: Kritisk forelder, Omsorgsfull forelder, Voksen, Fritt barn og Tilpasset barn. I klinisk praksis kan det hjelpe psykologen med å strukturere utforskningen av relasjonsstiler, mønstre for emosjonsregulering, vanlige reaksjoner på stress og mellommenneskelige skript. ESQ brukes hovedsakelig som et instrument for screening og klinisk refleksjon, sammen med samtalen, og ikke som et selvstendig diagnostisk verktøy.

Antall spørsmål	40 spørsmål
Estimert tid	10 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Ego State Questionnaire
Målgruppe	Ungdom og voksne
Forfattere	Cliff A. Loffredo, Michael M. Omizo (1997)
Kategori	Emosjonsregulering, Interpersonlige vansker

Skåring og tolkning

Leddene skåres på en skala av likerttypen etter graden av enighet med, eller samsvar med, utsagnet. Skårene summeres eller gjennomsnittet beregnes per delskala for å få en profil av de fem jeg-tilstandene: Kritisk forelder, Omsorgsfull forelder, Voksen, Fritt barn og Tilpasset barn. Høyere skårer viser sterkere forekomst av den tilhørende modusen. Tolkningen bygger hovedsakelig på den relative profilen på tvers av delskårene, klinisk samsvar med samtalen og observasjon av eventuelle skjevheter; ved vanlig bruk finnes det ingen allment akseptert diagnostisk terskelverdi.