

Vragenlijst cognitieve emotieregulatie (CERQ)

De CERQ is een zelfrapportage-instrument dat meet welke cognitieve emotieregulatiestrategieën mensen gebruiken na negatieve of stressvolle gebeurtenissen. Het instrument onderscheidt verschillende manieren om emoties cognitief te verwerken, zoals rumineren, relativeren of catastroferen, op basis van negen afzonderlijke strategieën. De vragenlijst wordt in de klinische praktijk en in onderzoek gebruikt om de mechanismen van emotionele aanpassing beter te begrijpen.

Aantal vragen	36 vragen
Geschatte duur	15 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Cognitive Emotion Regulation Questionnaire
Doelgroep	Volwassenen, adolescenten
Auteurs	Nienke K. Garnefski, Vivian Kraaij (2001)
Categorie	Emotieregulatie

Voorbeeld van de 36 vragen

Wanneer ik negatieve of onprettige gebeurtenissen meemaak...

Ik heb het gevoel dat ik degene ben die de schuld heeft van wat er is gebeurd.

Bijna nooit | Soms | Regelmatig | Vaak | Bijna altijd

Wanneer ik negatieve of onprettige gebeurtenissen meemaak...

Ik denk dat ik moet accepteren dat het is gebeurd.

Bijna nooit | Soms | Regelmatig | Vaak | Bijna altijd

Wanneer ik negatieve of onprettige gebeurtenissen meemaak...

Ik denk vaak na over hoe ik me voel over wat ik heb meegemaakt.

Bijna nooit | Soms | Regelmatig | Vaak | Bijna altijd

Wanneer ik negatieve of onprettige gebeurtenissen meemaak...

Ik denk aan prettigere dingen dan wat ik heb meegemaakt.

Bijna nooit | Soms | Regelmatig | Vaak | Bijna altijd

Wanneer ik negatieve of onprettige gebeurtenissen meemaak...

Ik denk na over hoe ik het beste verder kan gaan.

Bijna nooit | Soms | Regelmatig | Vaak | Bijna altijd

Neem je vragenlijsten online af

Stuur je patiënt een link: die antwoordt via telefoon of computer, en jij ontvangt de gescoorde resultaten per e-mail.

Bekijk de vragenlijst op mentaal.org ›

Scoring en interpretatie

Elke vraag wordt gescoord op een 5-punts likertschaal (van 1 = (bijna) nooit tot 5 = (bijna) altijd). De score per subschaal (strategie) wordt verkregen door de antwoorden op de 4 bijbehorende items op te tellen. Een hogere score wijst op een frequenter gebruik van de betreffende strategie. De analyse richt zich op het profiel van adaptieve versus minder adaptieve strategieën.

Gebruik

Dit instrument is niet beschikbaar op Mentaal. Om deze vragenlijst in je praktijk te gebruiken, heb je een geldige gebruikslicentie nodig. We raden je aan de vragenlijst rechtstreeks via de website van de uitgever te versturen.

Ben je psycholoog?

Met Mentaal krijg je relevante informatie om je patiënten te begeleiden.

- Gestandaardiseerde tests
- Automatische scoring
- Resultaten per e-mail

Probeer het gratis | Bekijk alle vragenlijsten

★★★★★

“Het is een echte meerwaarde in de sessies om de patiënt in kaart te brengen, en een heel rijke basis voor het gesprek om klinisch de diepte in te gaan.”

Elodie C. - Psycholoog (CGT)