IERQ

Vragenlijst over interpersoonlijke emotieregulatie (IERQ)

De IERQ is een korte zelfrapportagevragenlijst die meet hoe iemand anderen inzet om de eigen emoties te reguleren. De vragenlijst beoordeelt vier afzonderlijke interpersoonlijke strategieën: het versterken van positief affect, perspectief nemen, troost zoeken en sociale modellering. Het instrument is vooral relevant voor volwassenen, in de klinische psychologie en in onderzoek, om het gebruik van relationele hulpbronnen bij het omgaan met emoties te onderzoeken, met name in samenhang met angst, depressie, gehechtheid en sociaal functioneren.

Aantal vragen	20 vragen
Geschatte duur	5 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire
Doelgroep	Volwassenen
Auteurs	Stefan G. Hofmann, Joseph K. Carpenter, Joshua Curtiss (2016)
Categorie	Emotieregulatie

Voorbeeld van de 20 vragen

Ik voel me beter als ik hoor hoe anderen met hun emoties zijn omgegaan.

Helemaal niet op mij van toepassing | Een beetje | Matig | Tamelijk veel | Volledig op mij van toepassing

Het helpt me met mijn sombere stemming als anderen erop wijzen dat het niet zo erg is als het lijkt.

Helemaal niet op mij van toepassing | Een beetje | Matig | Tamelijk veel | Volledig op mij van toepassing

Als ik enthousiast ben, ben ik graag bij anderen om mijn vreugde te delen.

Helemaal niet op mij van toepassing | Een beetje | Matig | Tamelijk veel | Volledig op mij van toepassing

Als ik van streek ben, zoek ik anderen op die me medeleven bieden.

Helemaal niet op mij van toepassing | Een beetje | Matig | Tamelijk veel | Volledig op mij van toepassing

Als ik me zorgen maak, helpt het me om te horen hoe iemand anders de dingen zou aanpakken.

Helemaal niet op mij van toepassing	Een beetje	Matig	Tamelijk veel	Volledig op mij van toepassing

Scoring en interpretatie

Elk item wordt gescoord van 1 tot 5, zonder omgekeerd gescoorde items. De subschalen worden berekend door de volgende items op te tellen: versterken van positief affect (3, 6, 8, 13, 18), perspectief nemen (2, 7, 10, 14, 17), troost zoeken (4, 9, 12, 16, 19) en sociale modellering (1, 5, 11, 15, 20). Elke subschaalscore ligt tussen 5 en 25; een hoge score wijst op een frequenter gebruik van de betreffende strategie. De standaardinterpretatie berust op het profiel van de vier subschalen; het oorspronkelijke ontwikkelingsartikel geeft geen gevalideerde klinische diagnostische afkapwaarden.