

Skala regulacji emocji u dzieci (ERC)

ERC to kwestionariusz służący do oceny regulacji emocji i trudności w wyrażaniu emocji u dzieci, na podstawie obserwacji rodziców lub nauczycieli. Obejmuje dwa główne wymiary: regulację emocji oraz labilność/negatywność. Narzędzie jest przydatne we wczesnym wykrywaniu trudności emocjonalnych i w planowaniu interwencji terapeutycznych.

Liczba pytań	24 pytania
Szacowany czas	6 minut
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Emotion Regulation Checklist
Grupa docelowa	Dzieci, rodzice/nauczyciele
Autorzy	Annette M. Shields, Dante Cicchetti (1997)
Kategoria	Regulacja emocji, Dzieciństwo

Podgląd 24 pytań

Jak często, Pana/Pani zdaniem, Pana/Pani dziecko:

Jest radosnym dzieckiem

Nigdy | Czasami | Często | Prawie zawsze

Jak często, Pana/Pani zdaniem, Pana/Pani dziecko:

Przejawia duże wahania nastroju

(Stan emocjonalny dziecka trudno przewidzieć, ponieważ szybko przechodzi ono od nastroju pozytywnego do negatywnego)

Nigdy | Czasami | Często | Prawie zawsze

Jak często, Pana/Pani zdaniem, Pana/Pani dziecko:

Reaguje pozytywnie, gdy dorosły zwraca się do niego w neutralny lub przyjazny sposób

Nigdy | Czasami | Często | Prawie zawsze

Jak często, Pana/Pani zdaniem, Pana/Pani dziecko:

Dobrze radzi sobie z przechodzeniem od jednej czynności do drugiej

(nie złości się, nie irytuje, nie jest przygnębione ani nadmiernie pobudzone przy zmianie czynności)

Nigdy | Czasami | Często | Prawie zawsze

Jak często, Pana/Pani zdaniem, Pana/Pani dziecko:

Szybko dochodzi do siebie po chwilach przykrości lub zdenerwowania

(np. nie dąsa się, nie obraża i nie pozostaje ponure, zalęknione lub smutne po trudnych emocjonalnie wydarzeniach)

Nigdy | Czasami | Często | Prawie zawsze

Obliczanie wyników i interpretacja

Każdą pozycję ocenia się na skali typu Likerta (od 1 = nigdy do 4 = prawie zawsze).

Wynik całkowity dzieli się na dwie podskale:

- Regulacja emocji (suma pozycji 1, 3, 7, 15, 21, 23 oraz odwróconych pozycji 16 i 18)
- Labilność/negatywność (suma pozycji 2, 6, 8, 10, 13, 14, 17, 19, 20, 22, 24 oraz odwróconych pozycji 4, 5, 9 i 11).

Wysokie wyniki w podskali regulacji emocji wskazują na dobrą kontrolę emocjonalną.

Wysokie wyniki w podskali labilności/negatywności wskazują na trudności.