EDS

Escala de desregulação emocional (EDS)

A EDS é um questionário de autorresposta concebido para medir a desregulação emocional em adultos. Explora a dificuldade em identificar, compreender, tolerar e modular as próprias emoções, bem como a tendência para se sentir submerso por elas ou para reagir de forma ineficaz sob stress emocional. Utilizada na prática clínica e em investigação, sobretudo em contextos de trauma, sintomatologia borderline, ansiedade, depressão ou stress pós-traumático, fornece uma estimativa dimensional útil da gravidade das dificuldades de regulação emocional.

Número de perguntas	24 perguntas
Duração estimada	7 minutos
Idioma	Português
Nome original	Emotion Dysregulation Scale
Público-alvo	Adultos
Autores	Bekh Bradley, John A. DeFife, Christine Guarnaccia, Jessica Phifer, Nadine Fani, Kerry J. Ressler, Drew Westen (2011)
Categoria	Regulação emocional

Pré-visualização das 24 perguntas

Tenho muitas vezes dificuldade em acalmar-me quando estou transtornado/a

1 - Nada verdadeiro | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 - Muito verdadeiro

Quando me sinto mal, tenho dificuldade em lembrar-me de alguma coisa positiva, tudo me parece simplesmente mau

1 - Nada verdadeiro | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 - Muito verdadeiro

As emoções assoberbam-me

1 - Nada verdadeiro | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 - Muito verdadeiro

Quando estou transtornado/a, sinto-me completamente sozinho/a no mundo

1 - Nada verdadeiro | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 - Muito verdadeiro

Quando estou transtornado/a, tenho dificuldade em lembrar-me de que há pessoas que gostam de mim

1 - Nada verdadeiro | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 - Muito verdadeiro

Cotação e interpretação

Os 24 itens são cotados numa escala de tipo Likert de 7 pontos. A pontuação total obtém-se somando as respostas; uma pontuação mais elevada indica maior desregulação emocional. Consoante a versão utilizada, podem também ser analisadas subpontuações fatoriais, mas a interpretação clínica assenta sobretudo na pontuação global, no perfil sintomático e na comparação com os dados normativos ou de investigação disponíveis. Este instrumento, por si só, não permite estabelecer um diagnóstico.