

Escala de regulação emocional da criança (ERC)

A ERC é um questionário utilizado para avaliar a regulação emocional e as dificuldades de expressão emocional em crianças, com base nas observações dos pais ou dos professores. Inclui duas dimensões principais: regulação emocional e labilidade/negatividade. Este instrumento é útil para a deteção precoce de dificuldades emocionais e para orientar as intervenções terapêuticas.

Número de perguntas	24 perguntas
Duração estimada	6 minutos
Idioma	Português
Nome original	Emotion Regulation Checklist
Público-alvo	Crianças, pais/professores
Autores	Annette M. Shields, Dante Cicchetti (1997)
Categoria	Regulação emocional, Infância

Pré-visualização das 24 perguntas

Com que frequência diria que o/a seu/sua filho/a:

É uma criança alegre

Nunca | Às vezes | Muitas vezes | Quase sempre

Com que frequência diria que o/a seu/sua filho/a:

Tem grandes oscilações de humor

(o estado emocional da criança é difícil de prever porque passa rapidamente de um humor positivo para um humor negativo)

Nunca | Às vezes | Muitas vezes | Quase sempre

Com que frequência diria que o/a seu/sua filho/a:

Reage positivamente quando um adulto se aproxima dele/dela de forma neutra ou amigável

Nunca | Às vezes | Muitas vezes | Quase sempre

Com que frequência diria que o/a seu/sua filho/a:

Lida bem com as transições de uma atividade para outra

(não fica zangado/a nem irritado/a, e não fica perturbado/a nem demasiado excitado/a quando passa de uma atividade para outra)

Quase sempre | Muitas vezes | Às vezes | Nunca

Com que frequência diria que o/a seu/sua filho/a:

Recupera rapidamente de episódios de mal-estar ou de aborrecimento

(por exemplo, não faz beicinho, não amua e não fica carrancudo/a, ansioso/a ou triste depois de acontecimentos emocionalmente difíceis)

Quase sempre | Muitas vezes | Às vezes | Nunca

Cotação e interpretação

Cada item é cotado numa escala de tipo Likert (de 1 = nunca a 4 = quase sempre).

A pontuação total divide-se em duas subescalas:

- Regulação emocional (soma dos itens 1, 3, 7, 15, 21, 23, com os itens 16 e 18 invertidos)
- Labilidade/negatividade (soma dos itens 2, 6, 8, 10, 13, 14, 17, 19, 20, 22, 24, com os itens 4, 5, 9 e 11 invertidos).

Pontuações elevadas na subescala de regulação emocional indicam um bom controlo emocional.

Pontuações elevadas em labilidade/negatividade indicam dificuldades.