ERS

Escala de reatividade emocional (ERS)

A ERS é um questionário de autorresposta concebido para medir a reatividade emocional, ou seja, a tendência para reagir às emoções de forma rápida, intensa e persistente. Explora sobretudo três dimensões clinicamente úteis: a sensibilidade emocional, a intensidade ou ativação emocional e a persistência dos estados emocionais. O instrumento é utilizado com adolescentes mais velhos e adultos, tanto na prática clínica como em investigação, nomeadamente na avaliação da desregulação emocional, das perturbações do humor, dos comportamentos autolesivos e de certas perturbações da personalidade. Não é, por si só, um teste de diagnóstico, mas ajuda a objetivar o nível global de reatividade emocional e a acompanhar a sua evolução ao longo do tempo.

Número de perguntas	21 perguntas
Duração estimada	5 minutos
Idioma	Português
Nome original	Emotion Reactivity Scale
Público-alvo	Adolescentes e adultos
Autores	Matthew K. Nock, Michelle M. Wedig, Emily B. Holmberg, Jill M. Hooley (2008)
Categoria	Regulação emocional

Pré-visualização das 21 perguntas

Quando acontece alguma coisa que me perturba, fico a pensar nisso durante muito tempo.

0 - Nada parecido comigo | 1 | 2 | 3 | 4 - Completamente parecido comigo

Os meus sentimentos são magoados facilmente.

0 - Nada parecido comigo | 1 | 2 | 3 | 4 - Completamente parecido comigo

Quando experiencio emoções, sinto-as muito fortemente/intensamente.

0 - Nada parecido comigo | 1 | 2 | 3 | 4 - Completamente parecido comigo

Quando estou emocionalmente perturbado/a, o meu corpo também fica fisicamente perturbado.

0 - Nada parecido comigo | 1 | 2 | 3 | 4 - Completamente parecido comigo

Eu tendo a emocionar-me com muita facilidade.

0 - Nada parecido comigo | 1 | 2 | 3 | 4 - Completamente parecido comigo

Cotação e interpretação

Cada item é cotado de 0 a 4 consoante o grau em que a afirmação descreve a pessoa. Some as 21 respostas para obter uma pontuação total; pontuações elevadas indicam maior reatividade emocional. Podem também ser calculadas subpontuações de sensibilidade emocional, intensidade/ativação e persistência, de acordo com a chave de cotação original. Não existe um ponto de corte diagnóstico universalmente aceite; a interpretação é sobretudo dimensional, por comparação com as normas disponíveis, o contexto clínico e a evolução das pontuações ao longo do tratamento.