ESQ

Questionário de estados do eu (ESQ)

O ESQ é um questionário de autorresposta enquadrado na análise transacional, concebido para explorar a forma como uma pessoa mobiliza os seus principais estados do eu no funcionamento quotidiano. O instrumento procura geralmente estimar o peso relativo de cinco dimensões funcionais frequentemente descritas em AT: Pai Crítico, Pai Protetor, Adulto, Criança Livre e Criança Adaptada. Na prática clínica, pode ajudar o psicólogo a estruturar a exploração dos estilos relacionais, dos padrões de regulação emocional, das respostas habituais ao stress e dos guiões interpessoais. O ESQ é utilizado sobretudo como instrumento de rastreio e de reflexão clínica, em complemento da entrevista, e não como instrumento de diagnóstico autónomo.

Número de perguntas	40 perguntas
Duração estimada	10 minutos
Idioma	Português
Nome original	Ego State Questionnaire
Público-alvo	Adolescentes e adultos
Autores	Cliff A. Loffredo, Michael M. Omizo (1997)
Categoria	Regulação emocional, Dificuldades interpessoais

Cotação e interpretação

Os itens são cotados numa escala de tipo Likert de acordo com o grau de concordância ou de correspondência com a afirmação. As pontuações são somadas ou calculadas em média por subescala, para obter um perfil dos cinco estados do eu: Pai Crítico, Pai Protetor, Adulto, Criança Livre e Criança Adaptada. Pontuações mais elevadas indicam uma presença mais forte do modo correspondente. A interpretação baseia-se sobretudo no perfil relativo das subpontuações, na coerência clínica com a entrevista e na observação de eventuais desequilíbrios; no uso corrente, não existe um ponto de corte diagnóstico universalmente aceite.