


# Skala för emotionsreglering hos barn (ERC)

ERC är ett formulär för bedömning av emotionsreglering och svårigheter med känslouttryck hos barn, utifrån föräldrars eller lärares observationer. Det omfattar två huvuddimensioner: emotionsreglering och labilitet/negativitet. Instrumentet är användbart för tidig upptäckt av emotionella svårigheter och som vägledning för terapeutiska insatser.

| | |
|---|---|
| Antal frågor | 24 frågor |
| Beräknad tid | 6 minuter |
| Språk | Svenska |
| Originalnamn | Emotion Regulation Checklist |
| Målgrupp | Barn, föräldrar/lärare |
| Författare | Annette M. Shields, Dante Cicchetti (1997) |
| Kategori | Emotionsreglering, Barn |

## Förhandsgranskning av de 24 frågorna

Hur ofta skulle du säga att ditt barn:

**Är ett glatt barn**

Aldrig | Ibland | Ofta | Nästan alltid

Hur ofta skulle du säga att ditt barn:

**Har stora humörsvängningar**

*(Barnets känslotillstånd är svårt att förutse eftersom det snabbt växlar från positiv till negativ stämning)*

Aldrig | Ibland | Ofta | Nästan alltid

Hur ofta skulle du säga att ditt barn:

**Reagerar positivt när en vuxen närmar sig på ett neutralt eller vänligt sätt**

Aldrig | Ibland | Ofta | Nästan alltid

Hur ofta skulle du säga att ditt barn:

**Klarar övergångar mellan aktiviteter bra**

*(blir inte arg eller irriterad, och är inte ledsen eller överdrivet uppspelt vid byte av aktivitet)*

Aldrig | Ibland | Ofta | Nästan alltid

Hur ofta skulle du säga att ditt barn:

**Återhämtar sig snabbt efter episoder av sorg eller irritation**

*(till exempel surar inte, tjurar inte och förblir inte butter, orolig eller ledsen efter känslomässigt svåra händelser)*

Aldrig | Ibland | Ofta | Nästan alltid

## Poängsättning och tolkning

Varje fråga skattas på en skala av Likerttyp (från 1 = aldrig till 4 = nästan alltid).

Totalpoängen delas upp i två delskalor:

- Emotionsreglering (summan av item 1, 3, 7, 15, 21, 23, där item 16 och 18 poängsätts omvänt)
- Labilitet/negativitet (summan av item 2, 6, 8, 10, 13, 14, 17, 19, 20, 22, 24, där item 4, 5, 9 och 11 poängsätts omvänt).

Höga poäng på delskalan emotionsreglering tyder på god känslomässig kontroll.

Höga poäng på labilitet/negativitet tyder på svårigheter.