ERS

Skala för emotionell reaktivitet (ERS)

ERS är ett självskattningsformulär som mäter emotionell reaktivitet, det vill säga tendensen att reagera snabbt, intensivt och ihållande på känslor. Det kartlägger framför allt tre kliniskt användbara dimensioner: känslomässig sensitivitet, känslomässig intensitet eller aktivering och känslotillståndens varaktighet. Instrumentet används till äldre ungdomar och vuxna, både i klinisk praktik och i forskning, särskilt vid bedömning av emotionell dysreglering, förstämningssyndrom, självskadebeteende och vissa personlighetssyndrom. Det är inte ett diagnostiskt test i sig, men det hjälper till att objektivera den övergripande nivån av emotionell reaktivitet och att följa hur den förändras över tid.

Antal frågor	21 frågor
Beräknad tid	5 minuter
Språk	Svenska
Originalnamn	Emotion Reactivity Scale
Målgrupp	Ungdomar och vuxna
Författare	Matthew K. Nock, Michelle M. Wedig, Emily B. Holmberg, Jill M. Hooley (2008)
Kategori	Emotionsreglering

Förhandsgranskning av de 21 frågorna

När något händer som gör mig upprörd kan jag inte tänka på något annat på länge.

0 - Stämmer inte alls in på mig | 1 | 2 | 3 | 4 - Stämmer helt in på mig

Jag blir lätt sårad.

0 - Stämmer inte alls in på mig | 1 | 2 | 3 | 4 - Stämmer helt in på mig

När jag upplever känslor känner jag dem mycket starkt/intensivt.

0 - Stämmer inte alls in på mig | 1 | 2 | 3 | 4 - Stämmer helt in på mig

När jag är känslomässigt upprörd blir hela min kropp också fysiskt påverkad.

0 - Stämmer inte alls in på mig | 1 | 2 | 3 | 4 - Stämmer helt in på mig

Jag har lätt för att bli mycket känslosam.

0 - Stämmer inte alls in på mig | 1 | 2 | 3 | 4 - Stämmer helt in på mig

Poängsättning och tolkning

Varje påstående poängsätts från 0 till 4 efter hur väl det beskriver personen. Summera de 21 svaren till en totalpoäng, där höga poäng tyder på större emotionell reaktivitet. Delskalepoäng kan också beräknas för känslomässig sensitivitet, intensitet/aktivering och varaktighet enligt den ursprungliga poängnyckeln. Det finns inget allmänt accepterat diagnostiskt gränsvärde. Tolkningen är i huvudsak dimensionell och bygger på jämförelse med tillgängliga normer, det kliniska sammanhanget och hur poängen förändras under behandlingens gång.