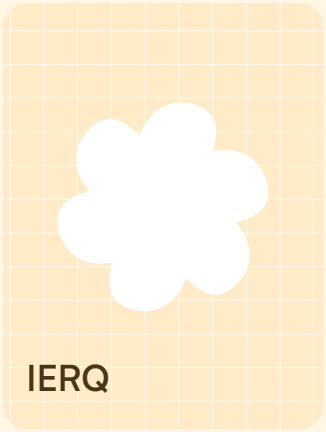


Formulär om interpersonell känsloreglering (IERQ)

IERQ är ett kort självskattningsformulär som mäter hur en person använder andra människor för att reglera sina egna känslor. Det bedömer fyra åtskilda interpersonella strategier: att förstärka positiv affekt, perspektivtagande, lugnande och social modellinlärning. Instrumentet är främst relevant för vuxna inom klinisk psykologi och forskning, för att kartlägga hur relationella resurser används i känslohanteringen, särskilt i relation till ångest, depression, anknytning och socialt fungerande.

Antal frågor	20 frågor
Beräknad tid	5 minuter
Språk	Svenska
Originalnamn	Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire
Målgrupp	Vuxna
Författare	Stefan G. Hofmann, Joseph K. Carpenter, Joshua Curtiss (2016)
Kategori	Emotionsreglering

Förhandsgranskning av de 20 frågorna

Det får mig att må bättre att höra hur andra har hanterat sina känslor.

Stämmer inte alls för mig | Stämmer lite | Stämmer måttligt | Stämmer ganska mycket | Stämmer helt för mig

Det hjälper mig att hantera min nedstämdhet när andra påpekar att saker inte är så illa som de verkar.

Stämmer inte alls för mig | Stämmer lite | Stämmer måttligt | Stämmer ganska mycket | Stämmer helt för mig

Jag tycker om att vara med andra när jag är upprymd och vill dela min glädje.

Stämmer inte alls för mig | Stämmer lite | Stämmer måttligt | Stämmer ganska mycket | Stämmer helt för mig

Jag söker mig till andra människor för att få medkänsla när jag är upprörd.

Stämmer inte alls för mig | Stämmer lite | Stämmer måttligt | Stämmer ganska mycket | Stämmer helt för mig

Att höra en annan persons tankar om hur man kan hantera saker hjälper mig när jag är orolig.

Stämmer inte alls för mig	Stämmer lite	Stämmer måttligt	Stämmer ganska mycket	Stämmer helt för mig

Låt dina patienter fylla i formulären online

Skicka en länk till din patient: hen svarar i mobilen eller på datorn, och du får de poängsatta resultaten via e-post.

Se formuläret på mentaal.org ›

Poängsättning och tolkning

Varje påstående poängsätts från 1 till 5, utan omvänd poängsättning. Delskalorna beräknas genom att följande påståenden summeras: att förstärka positiv affekt (3, 6, 8, 13, 18), perspektivtagande (2, 7, 10, 14, 17), lugnande (4, 9, 12, 16, 19) och social modellinlärning (1, 5, 11, 15, 20). Varje delskalepoäng ligger mellan 5 och 25, och en hög poäng tyder på att motsvarande strategi används oftare. Standardtolkningen bygger på profilen över de fyra delskalorna. Den ursprungliga utvecklingsartikeln anger inga validerade kliniska diagnostiska gränsvärden.

Är du psykolog?

Med Mentaal får du relevant information som hjälper dig att stödja dina patienter.

- Standardiserade test
- Automatisk poängsättning
- Resultaten via e-post

Prova kostnadsfritt | Se alla formulär

★★★★★

“Tillförlitliga och relevanta bedömningar som ger mig en bättre bild av mina patienters psykiska tillstånd”

Benjamin G. - Arbetspsykolog