

# EMOCIJU REGULĀCIJAS PRASMJU APTAUJAS ADAPTĀCIJA LATVIEŠU VALODĀ

Iluta Kristiņa-Everte, Inese Paiča, Kristīne Mārtinsone

22.04.2021.

# Aktualitāte / Problēma

## ➤ Emociju regulācija –

- aktuāls temats psiholoģijas un medicīnas pētījumos Eiropā un ASV, bet ne Latvijā;
- viens no būtiskākajiem faktoriem, kas ietekmē psihisko veselību.

## ➤ Pētījumi pierāda, ka emociju regulācijas prasmju trūkumam ir pozitīva saistība ar:

- ✓ **depresijas simptomiem** (Ehring et al., 2008; Berking, Ebert, Cuijpers, & Hofmann, 2013),
- ✓ **trauksmes traucējumiem** (Turk, Heimberg, Luterek, & Mennin, 2005; Tull, Barrett, McMillan, & Roemer, 2007),
- ✓ **robežstāvokļa personības traucējumiem** (borderline) (Lynch et al., 2007; Selby, Fehling, Panza, & Kranzler, 2016),
- ✓ **ēšanas traucējumiem** (Harrison, Sullivan, Tchanturia, & Treasure, 2009; Lavender et al., 2015),
- ✓ **vielu atkarībām** (substance abuse) (Fox, Hong, & Sinha, 2008; Ghorbani, Khosravani, Sharifi Bastan, & Jamaati, 2017),
- ✓ **uzmanības deficīta hiperaktivitāte traucējumiem** (Shaw, Stringaris, Nigg, & Leibenluft, 2014),
- ✓ **bipolāriem traucējumiem** (Van Rheenen, Murray, & Rossell, 2015) u.c.

## ➤ Trūkst latviešu valodā adaptētu aptauju par emociju regulāciju.

## Pētījuma mērķis -

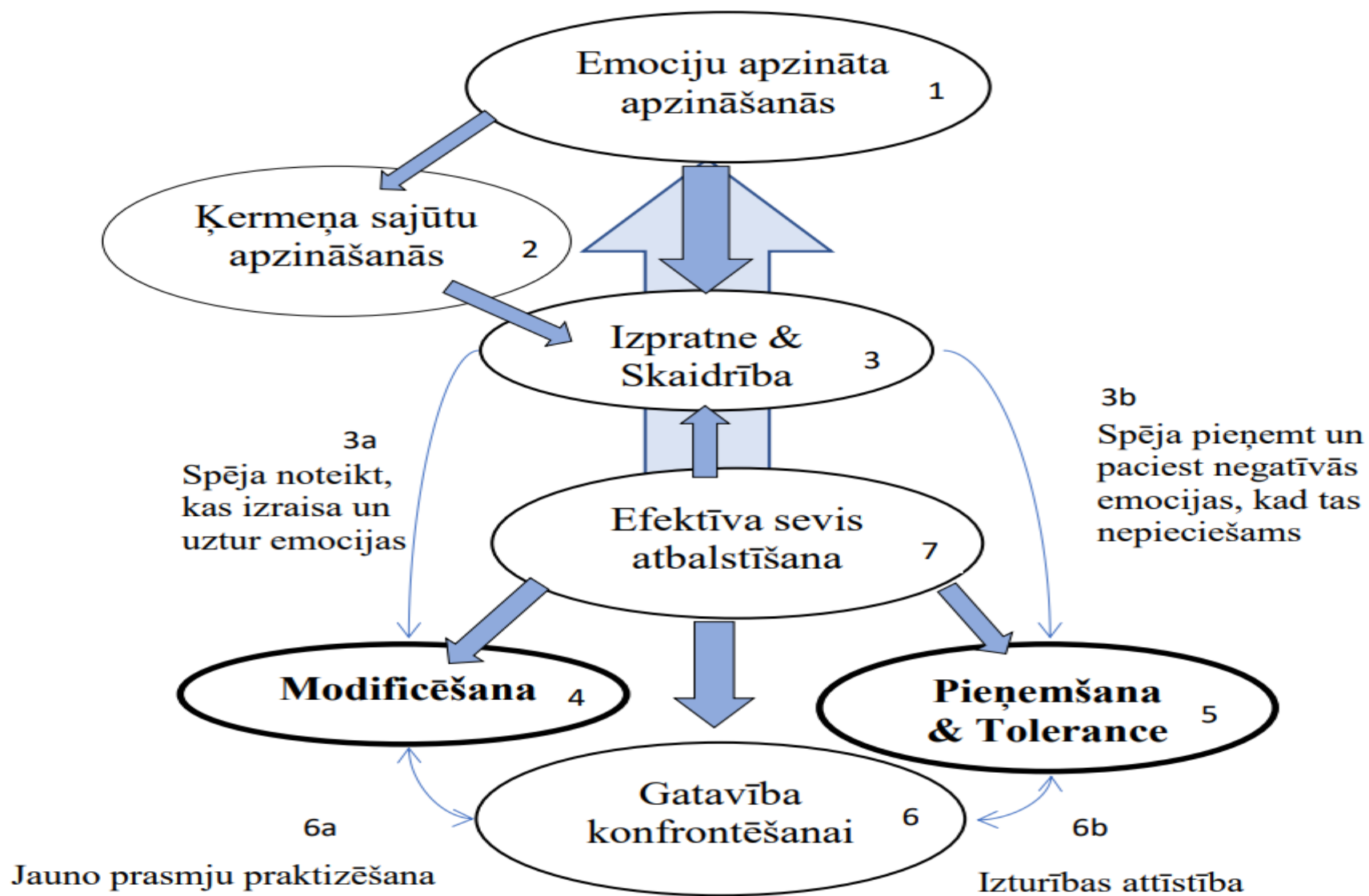
pārbaudīt Emociju regulācijas prasmju aptaujas (*Emotion regulation Skills Questionnaire, SEK-27, Berking & Znoj, 2008, ERSQ-27, Grant et al., 2018*) adaptētās versijas faktoru struktūru un tās atbilstību oriģinālam.

## Pētījuma jautājumi -

kādi ir Emociju regulācijas prasmju aptaujas (*Emotion regulation Skills Questionnaire, SEK-27, Berking & Znoj, 2008; ERSQ-27, Grant et. al., 2018*) adaptētās versijas:

- faktoru struktūra;
- vai faktoru struktūra atbilst oriģinālam?

# Aptaujas teorētiskais modelis



Adaptīvo emociju regulācijas prasmju modelis (Berking & Whitley, 2014)

# Metode. Instrumentārijs

**Emociju regulācijas prasmju aptauja** (*Emotion regulation Skills “Questionnaire, SEK-27, Berking & Znoj, 2008, ERSQ-27, Grant et al., 2018*):

**27 apgalvojumi** par emociju piedzīvošanu:

*pagājušās nedēļas laikā es...*

Atbildes 5 punktu Likerta skalā  
(*nekad, reti, dažreiz, diezgan bieži, ļoti bieži*)

Apgalvojumi veido **9 skalas**:

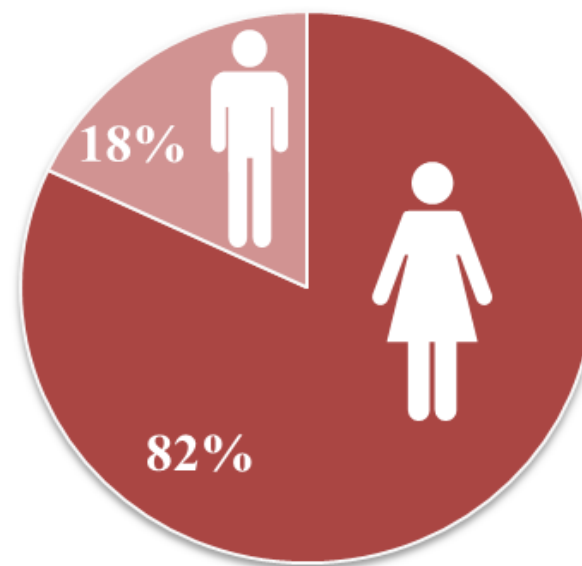
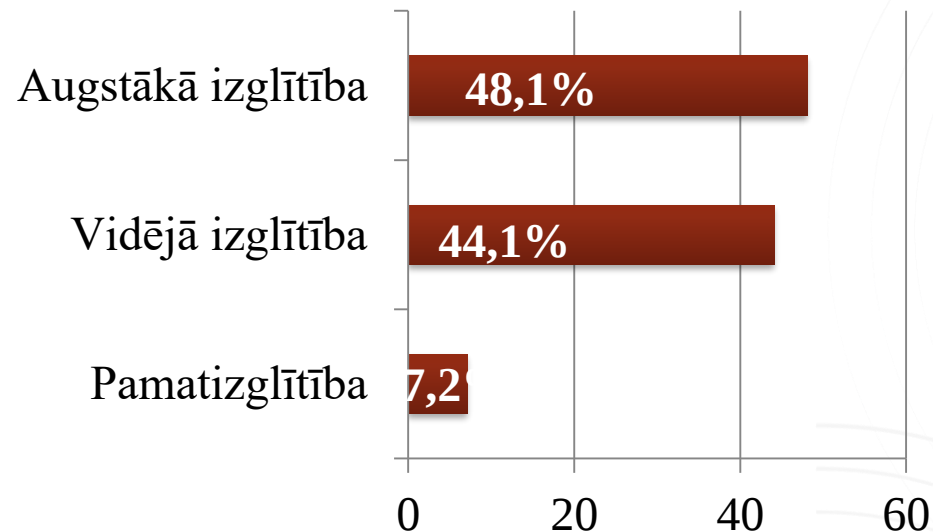
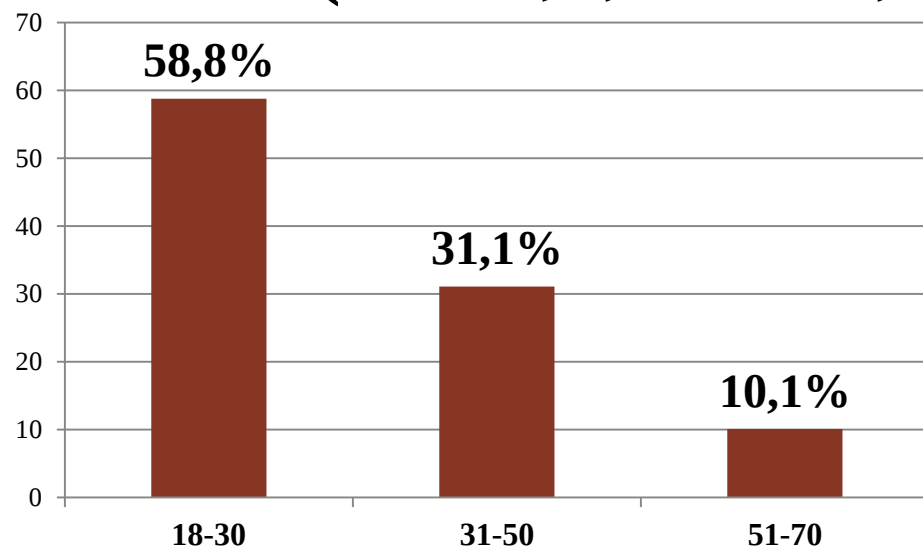
- 1) emociju apzināta apzināšanās;
- 2) ķermeņa sajūtu apzināšanās;
- 3) izpratne;
- 4) skaidrība;
- 5) modificēšana;
- 6) pieņemšana;
- 7) izturēšana (tolerance);
- 8) gatavība konfrontēšanai;
- 9) sevis atbalstīšana.

Augstāks punktu skaits = labāk attīstītas prasmes

# Metode. Dalībnieki

N=376

Vecums (M=31,2; SD=12,99)



# Metode. Datu apstrāde un analīze

SPSS 26.0 programma

R 2.15.2 programma, veicot apstiprinošo faktoru analīzi

- Aprēķināti un analizēti ERSQ aptaujas latviskās versijas psihometriskie rādītāji gan pantu, gan skalu līmenī
- Pārbaudīta datu atbilstība faktoru analīzes veikšanai (KMO, Bartleta sfēriskuma tests)
- Aprēķināti reakcijas un diskriminācijas indeksi
- Izpētošā faktoru analīze
- Apstiprinošā faktoru analīze

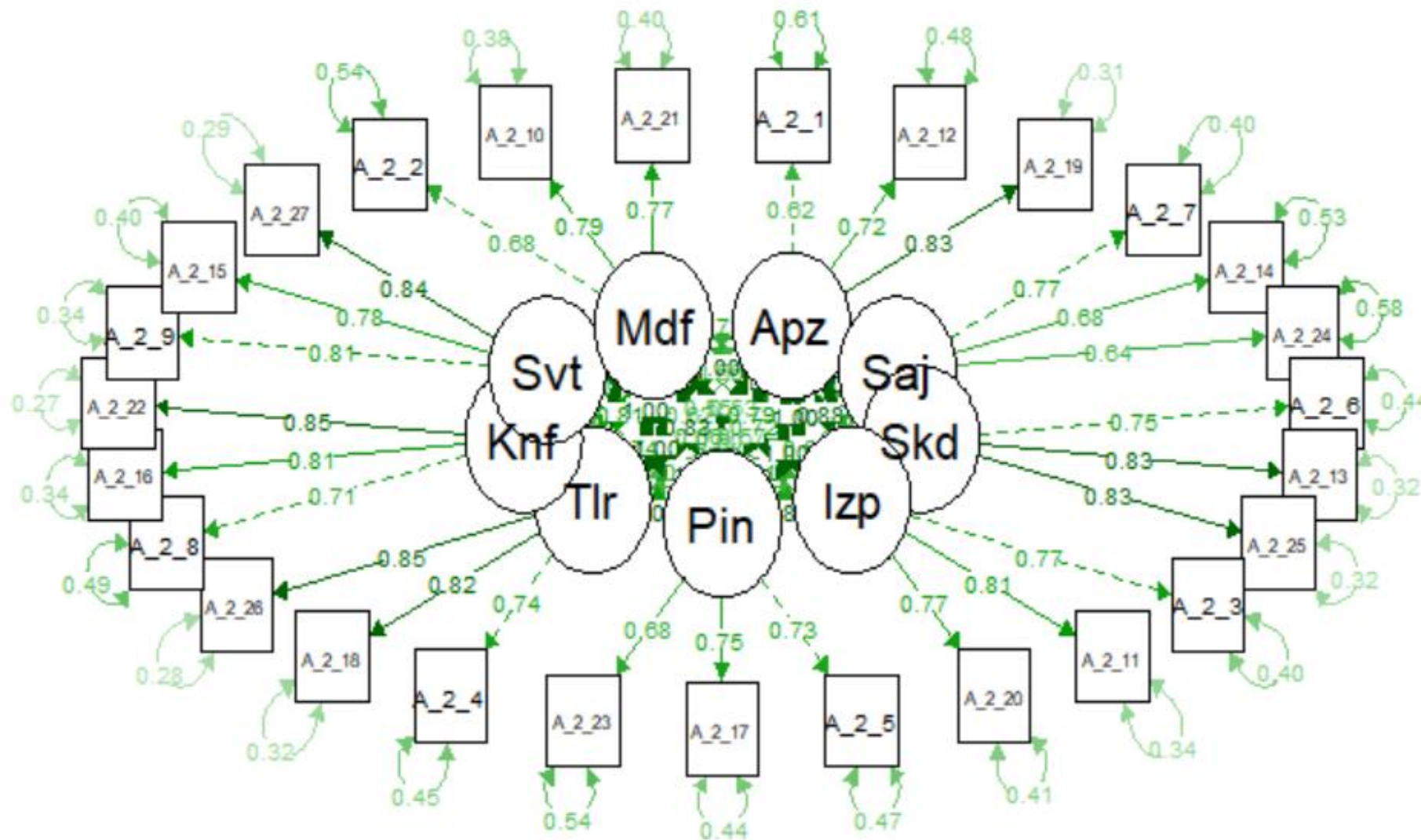
# Rezultāti I

- Panti iekļaujas - **reakcijas** (1.91 – 2.68,  $M = 2.42$ ) un **diskriminācijas** (0.29 – 0.70,  $M = 0.57$ ) indeksa robežās;
- Pantu faktoru svāri ir lielāki par 0.40;
- Dispersijas kumulatīvais procents, kas raksturo šo modeli:
  - piecu faktoru risinājums - 59.76%,
  - deviņu faktoru risinājumam - 72%.

| Mainīgie                                                                                                                                                                                                   | SRMR  | RMSEA | CFI  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|------|
| Piecu faktoru modelis                                                                                                                                                                                      | 0.058 | 0.078 | 0.89 |
| Deviņu faktoru modelis                                                                                                                                                                                     | 0.046 | 0.069 | 0.93 |
| Deviņu faktoru modelis*                                                                                                                                                                                    | -     | 0.005 | 0.93 |
| Piezīme. $N = 376$ . Rezultāti iegūti R-Studio programmā. SRMR – absolūtās piemērotības indekss, RMSEA –<br>taupības piemērotības indekss, CFI – salīdzinošās piemērotības indekss. *Berkings & Znoj, 2008 |       |       |      |

# Rezultāti II

Apz - emociju apzināta  
apzināšanās;  
Saj - ķermeņa sajūtu  
apzināšanās;  
Skd – skaidrība;  
Izp – izpratne;  
Pin – pieņemšana;  
Tlr – tolerance;  
Knf - gatavība  
konfrontēšanai;  
Svt - sevis atbalstīšana;  
Mdf – modificēšana.



# Pētījuma ierobežojumi -

izlases neviendabīgums:



- **dzimuma atšķirības**, kur dominē sieviešu īpatsvars (82% sievietes, 18% vīrieši),
- **izglītības līmenis** (7% ar pamata izglītību, 44% ar vidējo un 48% ar augstāko).

# Atbildes uz pētījuma jautājumiem

- ✓ Faktoru analīzes rezultāti, apstiprina pieņemto deviņu faktoru pamatstruktūru.
- ✓ Apstiprinošās faktoranalīzes rezultāti parāda atbilstību aptaujas oriģinālam.

## Secinājumi

- ✓ Rezultāti kopumā apliecina, ka ERSQ-27 ir uzticams, derīgs un izpētei atbilstošs instruments ER prasmju pašnovērtēšanai.
- ✓ Tā lietošana šobrīd būtu ieteicama zinātniskos pētījumos, kas mēģina izskaidrot, kuras emocionālās kompetences būtu jāuzlabo, kā arī mēģināt saprast, kā tās apzinās, izprot, pieņem un/vai attiecina uz sevi cilvēks Latvijā.

# Literatūras saraksts I

Berking M. and Whitley B., (2014). *Affect Regulation Training: A Practitioners' Manual*, DOI 10.1007/978-1-4939-1022-9\_19, © Springer Science+Business Media, New York.

Berking, M. & Znoj, H. (2008). Entwicklung und Validierung eines Fragebogens zur standardisierten Selbsteinschätzung emotionaler Kompetenzen (SEK-27). *Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie*, 56(2), 141-152.

Berking, M., Ebert, D., Cuijpers, P., & Hofmann, S.G. (2013). Emotion regulation skills training enhances the efficacy of inpatient cognitive behavioral therapy for major depressive disorder: a randomized controlled trial. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 82, 234-245. <https://doi.org/10.1159/000348448>

Ehring, T., Fischer, S., Schnülle, J., Bösterling, A., & Tuschen-Caffier, B. (2008). Characteristics of emotion regulation in recovered depressed versus never depressed individuals. *Personality and Individual Differences*, 44(7), 1574-84. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.01.013>

Fox, H.C., Hong, K.A., & Sinha, R. (2008). Difficulties in emotion regulation and impulse control in recently abstinent alcoholics compared with social drinkers. *Addictive Behaviors*, 33 (2), 388 – 94. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2007.10.002>

Ghorbani, F., Khosravani, V., Sharifi Bastan, F., & Jamaati Ardakani, R. (2017). The alexithymia, emotion regulation, emotion regulation difficulties, positive and negative affects, and suicidal risk in alcohol-dependent out-patients. *Psychiatry research*, 30, 223 - 252. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.03.005>

Grant, M., Salsman, N. L., & Berking, M. (2018). The assessment of successful emotion regulation skills use: Development and validation of an English version of the Emotion Regulation Skills Questionnaire. *PloS one*, 13(10), e0205095.

Harrison, A., Sullivan, S., Tchanturia, K., Treasure, J. (2009). Emotion recognition and regulation in anorexia nervosa. *Clinical Psychology and Psychotherapy*. 16, 348 -356. <https://doi.org/10.1002/cpp.628>

# Literatūras saraksts II

Lavender, J.M., Wonderlich, S.A., Engel S.G., Gordon, K.H., Kaye, W.H., & Mitchell, J.E. (2015). Dimensions of emotion dysregulation in anorexia nervosa and bulimia nervosa: A conceptual review of the empirical literature. *Clinical Psychology Review*. 40, 111 – 122. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.05.010>

Lynch, T.R., Cheavens, J.S., Cukrowick, K.C., Thorp, S.R., Bronner, L., & Beyer, J. (2007). Treatment of older adults with co-morbid personality disorder and depression: a dialectical behavior therapy approach. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 22(2), 131 – 143. <https://doi.org/10.1002/gps.1703>

Selby, E.A., Fehling, K.B., Panza, E.A., & Kranzler, A. (2016). Rumination, mindfulness, and borderline personality disorder symptoms. *Mindfulness*. 7(1), 228 – 35. <https://doi.org/10.1007/s12671-015-0432-5>

Shaw, P., Stringaris, A., Nigg, J., & Leibenluft, E. (2014). Emotion regulation in attention deficit hyperactivity disorder. *American Journal of Psychiatry*. 171, 276-293. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2013.13070966>

Tull, M.T., Barrett, H.M., McMillan, E.S., & Roemer, L. (2007). A preliminary investigation of the relationship between emotion regulation difficulties and posttraumatic stress symptoms. *Behavior Therapy*. 38(3), 303 – 13. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2006.10.001>

Turk, C.L., Heimberg, R.G., Luterek, J.A., Mennin, D.S., & Fresco, D.M. (2005). Emotion dysregulation in generalized anxiety disorder: A comparison with social anxiety disorder. *Cognitive Therapy Research*. 29(1), 89 – 106. <https://doi.org/10.1007/s10608-005-1651-1>

Van Rheenen, T.E., Murray, G., & Rossell, S.L. (2015). Emotion regulation in bipolar disorder: profile and utility in predicting trait mania and depression propensity. *Psychiatry Research*. 225(3), 425-432. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2014.12.001>

**Paldies par uzmanību!**



