

Rīgas Stradiņa universitāte
Psiholoģijas laboratorija
Testu un aptauju reģistrs

<https://www.rsu.lv/psihologijas-laboratorija/testu-aptauju-registrs>

1. Instrumenta nosaukums latviešu valodā, autora vārds uzvārds, adaptācijas vai izveides gads:

Emociju regulācijas prasmju aptauja, Iluta Kristiņa-Everte, Inese Paiča, Kristīne Mārtinsone, 2021¹.

2. Instrumenta nosaukums oriģinālvalodā (adaptētajam instrumentam), autora vārds uzvārds, izveides gads:

Emotion Regulation Skills Questionnaire, ERSQ-27, Berking & Znoj, 2008.

3. Īss instrumenta vispārīgs raksturojums(ko mēra, cik un kādas skalas un jautājumi, atbilžu sniegšanas forma, atslēga jeb atbilžu interpretācija u.c.):

Aptauju veido divas daļas. Pirmā (A) daļa sastāv no 50 dažādu izjūtu un emociju saraksta, kur respondents atzīmē, kā pagājušā nedēļā ir juties. Tiek izmantota piecu punktu Likerta skala no 'nekad' līdz 'ļoti bieži'. Aptaujas pirmā daļa veido pozitīvā un negatīvā afekta skalas, kā arī atsevišķu emociju skalas, piemēram, baiļu, dusmu, skumju vai kauna. Otrā (B) daļa satur 27 apgalvojumus par emociju piedzīvošanu un mēra septiņas adaptīvās emociju regulācijas (ER) prasmes saskaņā ar Adaptīvo emociju regulācijas modeli: 1. jūtu un ķermeņa sajūtu apzinātu apzināšanos (conscious awareness); 2. identificēšanu, nosaukšanu vārdā (identifying & labeling), 3. izpratni un skaidrību par to, kādi cēloņi izraisa un uztur noteiktu emocionālo stāvokli (understanding); 4. spēju aktīvi mainīt nevēlamo emociju intensitāti/ilgumu (modification); 5. spēju izturēt un pieņemt nevēlamas emocijas (acceptance & tolerance); 6. gatavību konfrontēties ar nevēlamām emocijām, kad tas nepieciešams sev svarīga mērķa sasniegšanai (readiness to confront); 7. efektīvu sevis atbalstu stresa situācijās (effective self-support) (Berking, 2008; Berking & Whitley, 2014). Septiņas prasmes izdalītas deviņās skalās: 1) izjūtu apzināšanās, 2) ķermeņa sajūtu apzināšanās, 3) skaidrība, 4) izpratne, 5) modifikācija, 6) pieņemšana, 7) izturēšana (tolerance), 8) gatavība konfrontēties un 9) sevis atbalstīšana.

Aptaujas A daļa palīdz izvērtēt klientu emociju piedzīvošanas biežumu. Jo vairāk ir punktu kādā no skalām, jo biežāk attiecīgās emocijas piedzīvotas. B daļa ļauj novērtēt klientu emociju regulēšanas prasmju līmeni. Jo zemāks ir vidējais rādītājs kopumā vai kādā no skalām, jo vājākas ir attiecīgās ER prasmes.

4. Informācija par instrumenta lietošanas noteikumiem:

Latviskotā versija ir Psiholoģijas laboratorijas rīcībā, adaptācijas autori ir snieguši informāciju par tās brīvu pieeju izmantošanai nekomerciālai pētniecībai. Par aptaujas izmantošanu nepieciešams informēt adaptācijas autori Inesi Paiču (inese.paica@rsu.lv).

5. Īsa pamatinformācija par adaptētā vai izveidotā instrumenta psihometriskajiem rādītājiem (piem. Kronbaha alfas koeficients) un/vai izlases raksturojums:

B daļas retests (n=30), izmantojot Spīrmena korelācijas koeficientu: aptaujas kopējais $r = 0.89$, skalām no 0.82 – 0.94 (Paiča & Mārtinsone, 2019)².

ERSQ-27 B daļas latviešu valodas versijas konverģentā pamatotība ar divām, latviešu valodā adaptētām, aptaujām, kurām saņemta atļauja to lietošanai: Emociju regulācijas aptauja (Emotion Regulation Questionnaire, ERQ, Gross & John, 2003; Morozova, 2011; aptaujas Kronbaha alfa $\alpha =$

¹ Saite uz rakstu: <http://journals.ru.lv/index.php/SIE/article/view/6227>

² Paiča, I., & Mārtinsone, K. (25.04.2019). *Emociju regulācijas prasmju aptaujas adaptācija Latvijā*. Mutisks ziņojums 5. Starptautiskajā zinātniski praktiskajā konferencē „Veselība un personības attīstība: starpdisciplinārā pieeja”. Rīga, Latvija.

0.56) un Aptauja emociju regulācijas grūtību noteikšanai (Difficulties in Emotion Regulation Scale, DERS, Gratz & Roemer, 2004; Jansone, 2011; aptaujas Kronbaha alfa $\alpha = 0.92$, skalām = 0.73 – 0.91) (Paiča & Mārtinsone, 2019).

Kronbaha alfa koeficients: A daļai $\alpha = 0.83$ (pozitīvā afekta skala $\alpha = 0.94$, negatīvā afekta skala $\alpha = 0.94$), aptaujas B daļai kopā $\alpha = 0.92$ (skalām no 0.64 – 0.82).

Aprakstu sagatavoja Aiva Bundzena-Ervika 16.07.2021., balstoties uz adaptācijas autoru pētniecības instrumenta pieteikumu Testu un aptauju reģistrā un adaptācijas autores I. Paičas sniegto informāciju.

Ja Jums rodas jautājumi par šo aprakstu, interesē RSU adaptētie vai izveidotie instrumenti, to pieejamība, izmantošanas iespējas, kā arī rodas jebkuri jautājumi saistībā ar testu un aptauju reģistru, sazinieties ar Psiholoģijas laboratorijas testu un aptauju reģistra atbildīgo kontaktpersonu. Kontaktinformāciju meklējiet reģistra mājas lapā: <https://www.rsu.lv/psihologijas-laboratorija/testu-aptauju-registrs>