

# Itemzuordnung für EMO-Check 77

## Teil 1:

Skala	Item	Item Nr.
Stress	Gestresst	34
	Nervös	21
	Angespannt	33
Angst	Ängstlich	23
	Besorgt	37
	Beunruhigt	30
Ärger	Feindselig	18
	Gereizt	19
	Verärgert	15
Traurigkeit	Traurig	26
	Betrübt	32
	Bekümmert	14
Depressivität	Wertlos	2
	Niedergeschlagen	31
	Hoffnungslos	35
Scham (mit in die Auswertung unter die einzelnen negativen Emotionen)	Beschämt	20
	Peinlich berührt	25
	Gedemütigt	39
Bewältigungs-Emotionen	Zuversichtlich	28
	Optimistisch	36
	Mutig	1
	Stark	7
	Entschlossen	12
	Stolz	9
	Interessiert	5
	Wertvoll	40
	Sicher	24
	Geborgen	29
	Dankbar	3
Positiver Affekt PANAS	aktiv bis aufmerksam	Items 4 bis 13
Negativer Affekt PANAS	bekümmert bis ängstlich	Items 14 bis 23
Positiver Affekt EMO-Check Teil 1-Gesamt	s. Fragebogen	Items: 1, 3-13, 24, 28, 29, 36, 40-43, 45, 46, 47, 49, 50
negativer Affekt EMO-Check Teil 1-Gesamt	s. Fragebogen	Items: 2, 14-23, 25, 26, 27, 30-35, 37-39, 44, 48
Ekel-Screening (mit in die Auswertung unter die einzelnen negativen Emotionen)	angeekelt	38
Schuld-Screening (mit in die Auswertung unter die einzelnen negativen Emotionen)	schuldig	16

## II. Skalen von EMO-Check Teil 2

Nr.	Skala	Kürzel	Items
1	Aufmerksamkeit für Gefühle	AG	1, 12, 19
2	Körperwahrnehmung von Gefühlen	KW	7, 14, 24
3	Klarheit von Gefühlen	KL	6, 13, 25
4	Verstehen von Gefühlen	VE	3, 11, 20
5	Akzeptanz von Gefühlen	AK	5, 17, 23
6	Resilienz: Gefühle tolerieren und aushalten zu können	RS	4, 18, 26
7	Konfrontationsbereitschaft	KB	8, 16, 22
8	Selbsterstützung	SU	9, 15, 27
9	Regulationskompetenz	RE	2, 10, 21
10	Gesamtwert Emotionsregulationskompetenzen (Mittelwert über alle)	GES	1-27

### Literatur:

- 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., Meier, C. & Wupperman, P. (2010). Enhancing emotion-regulation skills in police officers - Results of a controlled study. 2010, February. *Behavior Therapy*. [Epub ahead of print; doi:10.1016/j.beth.2009.08.001]
- Berking, M., Ebert, D., Filipek, M., Cal, Y., & Dippel, A. (2010). Evaluation eines Emotionsregulationstrainings als zusätzliche Behandlungskomponente in KVT-basierter Depressionstherapie. *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 39(Suppl. 1), 5.
- Cal, Y., Ebert, D., Dippel, A., & Berking, M. (2010). Emotionsübergreifende Regulationsdefizite – ein unspezifisches Merkmal psychischer Störungen? *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 39(Suppl. 1), 7.
- Filipek, M., Margraf, M., Ebert, D., Jungmann, K., & Berking, M. (2010). Emotionale Kompetenzen als Prädiktor für Rückfall während und nach KVT-basierter Behandlung von Alkoholabhängigkeit. *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 39(Suppl. 1), 10.
- Berking, M., Neacsiu, A., Comtois, K. A. & Linehan, M. M. (2009). The impact of experiential avoidance on the reduction of depression in treatment for borderline personality disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 47(8), 663-670.

- Röthlin, P., Grosse Holtforth, M., Bergomi, C., Berking, M., Ottenbreit, N. D. & Caspar, F. (2009). Vermeidung und Depression: Die psychometrische Evaluation der deutschen Version der "Cognitive-Behavioral Avoidance Scale" (CBAS). *Diagnostica*, 56, 46-55.
- Berking, M., Orth, U., Wupperman, P., Meier, L. & Caspar, F. (2008). Prospective effects of emotion regulation on emotional adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 55(4), 485-494.
- Berking, M., Wupperman, P., Reichardt, A., Pejic, T., Dippel, A. & Znoj, H. (2008). General emotion-regulation skills as a treatment target in psychotherapy. *Behaviour Research and Therapy*, 46(11), 1230-1237.