

SUPPLEMENTARY MATERIALS

SKALA REAKTYWNOŚCI EMOCJONALNEJ PERTH – WERSJA SKRÓCONA

(polska wersja: Larionow & Mudło-Głagolska, 2022)

Perth Emotional Reactivity Scale – Short Form (PERS-S; Preece et al., 2019)

Ten kwestionariusz został stworzony, aby zmierzyć różne aspekty tego, w jaki sposób zwykle reagujesz na wydarzenia wywołujące w Tobie emocje. Oceń proszę poniższe stwierdzenia na podstawie

tego, w jakim stopniu poprawnie opisują Twoje zachowania w typowym dla Ciebie dniu. Otocz kółkiem jedną cyfrę dla każdego zdania.

	Bardzo do mnie nie pasuje	Raczej do mnie nie pasuje	Ani pasuje, ani nie pasuje do mnie	Raczej do mnie pasuje	Bardzo do mnie pasuje
1 Mam tendencję do tego, że bardzo łatwo staję się radosny	1	2	3	4	5
2 Mam tendencję do tego, że bardzo łatwo staję się zmartwiony	1	2	3	4	5
3 Kiedy jestem szczęśliwy, to uczucie pozostaje ze mną na długo	1	2	3	4	5
4 Kiedy jestem smutny, zajmuje mi sporo czasu, zanim się od tego uwolnię	1	2	3	4	5
5 Kiedy jestem radosny, mam tendencję do tego, by przeżywać to bardzo intensywnie	1	2	3	4	5
6 Jeśli jestem smutny, odczuwam to intensywniej niż inni	1	2	3	4	5
7 Momentalnie dobrze się czuję, gdy dzieje się coś pozytywnego	1	2	3	4	5
8 Mam tendencję do tego, że bardzo łatwo się rozczarowuję	1	2	3	4	5
9 Kiedy czuję się pozytywnie, mogę utrzymać taki stan przez dłuższą część dnia	1	2	3	4	5
10 Trudno mi otrząsnąć się z frustracji	1	2	3	4	5
11 Bardzo silnie odczuwam pozytywny nastrój	1	2	3	4	5
12 Zwykle, kiedy jestem nieszczęśliwy, odczuwam to bardzo silnie	1	2	3	4	5
13 Bardzo szybko reaguję na dobre wiadomości	1	2	3	4	5
14 Mam tendencję do tego, że bardzo szybko staję się pesymistyczny w obliczu negatywnych wydarzeń	1	2	3	4	5
15 Mogę pozostać entuzjastyczny przez długi czas	1	2	3	4	5
16 Gdy wpadnę w negatywny nastrój, trudno mi się z niego uwolnić	1	2	3	4	5
17 Kiedy z jakiegoś powodu czuję entuzjazm, odczuwam go bardzo silnie	1	2	3	4	5
18 Moje negatywne uczucia są bardzo intensywne	1	2	3	4	5

Skala Reaktywności Emocjonalnej Perth – wersja skrócona (Perth Emotional Reactivity Scale – Short Form, PERS-S; Preece et al., 2019) to 18-pozycyjny kwestionariusz samoopisowy służący do oceny cech (wymiarów) reaktywności emocjonalnej. PERS-S bada reaktywność emocjonalną zgodnie z definicją Davidsona (1998) oraz Becerry i Campitellego (2013); oznacza to, że mierzy typową łatwość/szybkość aktywacji, intensywność i czas trwania reakcji emocjonalnych, i pozwala na ocenę reaktywności emocjonalnej w stosunku do pozytywnych (np. szczęścia) i negatywnych (np. smutku) emocji oddzielnie.

Wyniki dla sześciu podskal oraz dwóch podskal złożonych można uzyskać, sumując odpowiedzi osoby badanej (czyli cyfry, które zostaną zakreślone w 5-stopniowej skali odpowiedzi) dla odpowiednich pozycji. Im wyższy wynik dla poszczególnych podskal i dwóch podskal złożonych, tym wyższy poziom wymiarów reaktywności emocjonalnej; innymi słowy, oznacza to, że dane emocje mogą być łatwiej/szybciej aktywowane, bardziej intensywnie i dłużej trwają. Poniższa tabela obrazuje wszystkie podskale, a także wskazuje, jak je obliczyć.

Podskale/podskale złożone	Co jest mierzone?	W jaki sposób to obliczyć?
Podskale		
Aktywacja pozytywnych emocji (APE)	Łatwość/szybkość aktywacji pozytywnych emocji	Suma pozycji 1, 7, 13
Trwanie pozytywnych emocji (TPE)	Czas trwania pozytywnych emocji	Suma pozycji 3, 9, 15
Intensywność pozytywnych emocji (IPE)	Intensywność pozytywnych emocji	Suma pozycji 5, 11, 17
Aktywacja negatywnych emocji (ANE)	Łatwość/szybkość aktywacji negatywnych emocji	Suma pozycji 2, 8, 14
Trwanie negatywnych emocji (TNE)	Czas trwania negatywnych emocji	Suma pozycji 4, 10, 16
Intensywność negatywnych emocji (INE)	Intensywność negatywnych emocji	Suma pozycji 6, 12, 18
Podskale złożone		
Ogólna reaktywność pozytywnych emocji (ORPE)	Ogólny poziom reaktywności pozytywnych emocji (łatwość aktywacji, intensywność i czas trwania)	Suma wszystkich pozycji nieparzystych
Ogólna reaktywność negatywnych emocji (ORNE)	Ogólny poziom reaktywności negatywnych emocji (łatwość aktywacji, intensywność i czas trwania)	Suma wszystkich pozycji parzystych

PERS-S to skrócona forma oryginalnej, 30-pozycyjnej skali PERS (Becerra & Campitelli, 2013; Becerra et al., 2019). Aby uzyskać więcej informacji na temat właściwości psychometrycznych i rozwoju PERS-S, patrz: Preece et al., 2019.

BIBLIOGRAFIA

- Becerra, R., & Campitelli, G. (2013). Emotional reactivity: Critical analysis and proposal of a new scale. *International Journal of Applied Psychology*, 3, 161–168. <https://doi.org/10.5923/j.ijap.20130306.03>
- Becerra, R., Preece, D., Campitelli, G., & Scott-Pillow, G. (2019). The assessment of emotional reactivity across negative and positive emotions: Development and validation of the Perth Emotional Reactivity Scale (PERS). *Assessment*, 26, 867–879. <https://doi.org/10.1177/1073191117694455>
- Davidson, R. J. (1998). Affective style and affective disorders: Perspectives from affective neuroscience. *Cognition & Emotion*, 12, 307–330. <https://doi.org/10.1080/026999398379628>
- Preece, D., Becerra, R., & Campitelli, G. (2019). Assessing emotional reactivity: Psychometric properties of the Perth Emotional Reactivity Scale and the development of a short form. *Journal of Personality Assessment*, 101, 589–597. <https://doi.org/10.1080/00223891.2018.1465430>