Skala affektiver Labilität (ALS)

ALS

Die ALS ist ein Selbstbeurteilungsfragebogen zur Erfassung affektiver Labilität, d. h. der Neigung zu raschen, ausgeprägten und schwer regulierbaren Stimmungswechseln. Sie erfasst Häufigkeit und Intensität emotionaler Schwankungen, insbesondere zwischen Zuständen wie Angst, Traurigkeit, Ärger und gehobener Stimmung. Die ALS wird in klinischer Praxis und Forschung eingesetzt, um emotionale Instabilität zu dokumentieren, insbesondere bei Persönlichkeitsstörungen, bestimmten affektiven Störungen und Problemen der Emotionsregulation. Sie ist für sich genommen kein Diagnoseinstrument, liefert aber ein nützliches Maß für den Schweregrad der affektiven Labilität und ihre klinischen Auswirkungen.

Anzahl der Fragen	54 Fragen
Geschätzte Dauer	10 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Affective Lability Scale
Zielgruppe	Erwachsene
Autor:innen	Philip D. Harvey, Barbara R. Greenberg, Mark R. Serper (1989)
Kategorie	Affektive Störungen, Emotionsregulation

Vorschau der 54 Fragen

Mein Schlafverhalten wechselt zwischen Phasen, in denen ich ausgezeichnet schlafe, und Phasen, in denen ich unter Schlaflosigkeit leide und überhaupt nicht gut schlafen kann.

Sehr untypisch für mich, beschreibt mich überhaupt nicht | Eher untypisch für mich, beschreibt mich kaum | Eher typisch für mich, beschreibt mich ziemlich gut | Sehr typisch für mich, beschreibt mich sehr gut

Es gibt Zeiten, in denen ich sehr unruhig bin, und kurz danach bin ich überhaupt nicht mehr unruhig.

Sehr untypisch für mich, beschreibt mich überhaupt nicht | Eher untypisch für mich, beschreibt mich kaum | Eher typisch für mich, beschreibt mich ziemlich gut | Sehr typisch für mich, beschreibt mich sehr gut

Es gibt Zeiten, in denen ich so nervös bin, dass mir benommen und/oder schwindelig wird, und bald darauf bin ich so traurig, dass ich mich kaum zu irgendetwas aufraffen kann.

Sehr untypisch für mich, beschreibt mich überhaupt nicht | Eher untypisch für mich, beschreibt mich kaum | Eher typisch für mich, beschreibt mich ziemlich gut | Sehr typisch für mich, beschreibt mich sehr gut

Ich wechsle häufig hin und her zwischen Phasen, in denen ich mir mehr Sorgen mache als andere Menschen, und Phasen, in denen ich mir nicht viel mehr Sorgen mache als irgendjemand sonst.

Sehr untypisch für mich, beschreibt mich überhaupt nicht | Eher untypisch für mich, beschreibt mich kaum | Eher typisch für mich, beschreibt mich ziemlich gut | Sehr typisch für mich, beschreibt mich sehr gut

Manchmal bin ich genauso entspannt wie alle anderen, und innerhalb von Minuten werde ich so nervös, dass mir benommen und schwindelig wird.

Sehr untypisch für mich, beschreibt mich überhaupt nicht | Eher untypisch für mich, beschreibt mich kaum | Eher typisch für mich, beschreibt mich ziemlich gut | Sehr typisch für mich, beschreibt mich sehr gut

Auswertung und Interpretation

Jedes Item wird auf einer 4-stufigen Likert-Skala von 0 bis 3 danach bewertet, wie zutreffend die Aussage ist. Der Gesamtwert ist die Summe der Items; zusätzlich lassen sich Subskalenwerte für die in der verwendeten Version definierten Dimensionen berechnen. Ein hoher Wert weist auf eine größere emotionale Instabilität und häufigere oder intensivere Stimmungswechsel hin. Es gibt keinen allgemeingültigen diagnostischen Cut-off-Wert; die Interpretation sollte sich auf verfügbare Normen, den klinischen Kontext und eine umfassende Diagnostik stützen.