SAS

Skala zur Selbstbehauptung (SAS)

Die Self-Assertion Scale (SAS) erfasst die Fähigkeit einer Person, sich in verschiedenen Alltagssituationen zu behaupten, etwa beim Ausdrücken von Gefühlen, Bitten, Ablehnungen und Meinungen gegenüber anderen. Das Verfahren ist in der klinischen Praxis besonders nützlich, um Schwierigkeiten mit der Selbstbehauptung zu erkennen, die mit Angst- oder depressiven Störungen oder mit Beziehungsproblemen zusammenhängen können. Es wird auch in Gruppentrainings zur Selbstbehauptung eingesetzt.

Anzahl der Fragen	24 Fragen
Geschätzte Dauer	10 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Self-Assertion Scale
Zielgruppe	Erwachsene, Jugendliche
Autor:innen	Anne-Lise Missotten, Olivier Luminet (2002)
Kategorie	Selbstsicherheit

Auswertung und Interpretation

Jedes Item wird auf einer Likert-Skala bewertet, in der Regel von 1 (nie) bis 5 (immer). Die Gesamtwerte ergeben sich aus der Summe der Antworten. Ein hoher Wert weist auf eine gute Fähigkeit zur Selbstbehauptung hin, ein niedriger Wert auf Schwierigkeiten, sich zu behaupten. Bei der Interpretation sind der Kontext der Durchführung und das klinische Gesamtbild zu berücksichtigen.