

## 26 visuelle Analog-Skalen für die praktische Arbeit mit Kindern und Jugendlichen

Basierend auf den Basisemotionen haben wir SUD-Skalen zu den häufigsten in der praktischen Arbeit benötigten Gefühlen erstellt. Die sowohl im therapeutischen als auch medizinischen/klinischen Bereich sehr häufig verwandte Schmerz-Skala wurde ebenfalls mit aufgenommen.

Die Skalen starten jeweils mit der 0, die für den Neutralwert steht bzw. keine Angst, kein Ekel, kein Schmerz usw. bezeichnet. Alle SUD-Skalen sind jeweils in einer Version für Mädchen und Jungen angelegt. Diese geschlechtsspezifischen Varianten schaffen eine noch passgenauere zielgruppenspezifische Ratingqualität, die sich in einer schnellen und zuverlässigen Wertung widerspiegelt und somit zu besseren und effizienteren Messungen führt.

Speziell für mit EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) arbeitende Therapeuten haben wir die SUD- und VoC-Skala ebenfalls in diese Sammlung mit aufgenommen. Diese können natürlich auch von anderen Therapeuten für das Messen des Belastungserlebens eingesetzt werden. Zusätzlich haben wir eine Sammlung gängiger Universal-Skalen mit aufgenommen, die von Smileys über numerische Skalen bis hin zu Schulnoten und Prozenträngen reichen. Für die tägliche Praxis ebenfalls sehr hilfreich ist die Normalverteilung.

**Einsatzbereiche und Nutzen.** Die Ihnen vorliegenden Skalen bieten für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten, Psychologen, Berater, Mediziner, Pädagogen und Erzieher effiziente Werkzeugen für viele Situationen.

Der Einsatzbereich erstreckt sich vom Erstkontakt über die Diagnostik und Behandlung bis hin zum Abschluss und zur Evaluation. Mit den Skalen kann der Therapieverlauf einfach evaluiert und dokumentiert werden. Im kognitiv-behavioralen Setting eignen sich die Skalen zur Erstellung einer Angst-, Wut- oder anderen Hierarchie, sowie einer Zielerreichungsskala.

Die Skalen können als Eisbrecher genutzt werden und bieten eine einfache Möglichkeit, auch mit Patienten/Klienten ins Gespräch zu kommen, die (noch) keinen guten Zugang zu ihren Gefühlen haben bzw. diese nicht klar benennen können. Zudem können die Skalen sehr gut als non-verbales Medium beispielsweise für Nicht-Muttersprachler oder Hörgeschädigte genutzt werden oder auch bei Patienten/Klienten mit kognitiven Einschränkungen zum Einsatz kommen.

Wir wünschen Ihnen bei der Arbeit mit diesen Skalen viel Erfolg und Freude!

*Dipl.-Psych. Melanie Gräßer  
Eike Hovermann jun.*