URICA

# Rhode-Island-Skala zur Veränderungsbereitschaft (URICA)

Die URICA ist ein Selbstbeurteilungsfragebogen auf Grundlage des transtheoretischen Modells der Veränderung, der das motivationale Stadium einer Person in Bezug auf ein psychisches, suchtbezogenes oder verhaltensbezogenes Problem erfasst. Klassischerweise untersucht sie vier Dimensionen (Absichtslosigkeit, Absichtsbildung, Handlung und Aufrechterhaltung), um die Veränderungsbereitschaft einzuschätzen und das klinische Gespräch, die therapeutische Allianz und die Wahl motivationaler Interventionen auszurichten. Das in der klinischen Psychologie, der Suchtmedizin und der Forschung weit verbreitete Instrument hilft, Ambivalenz, Widerstand gegen Veränderung und das Engagement im therapeutischen Prozess zu erkennen.

| | |
|---|---|
| Anzahl der Fragen | 32 Fragen |
| Geschätzte Dauer | 15 Minuten |
| Sprache | Deutsch |
| Originalname | University of Rhode Island Change Assessment Scale |
| Zielgruppe | Erwachsene |
| Autor:innen | Eileen A. McConnaughy, James O. Prochaska, Wayne F. Velicer (1983) |
| Kategorie | Allgemein |

## Vorschau der 32 Fragen

Soweit es mich betrifft, habe ich keine Probleme, an denen ich etwas ändern müsste.

Stimme überhaupt nicht zu | Stimme nicht zu | Unentschieden | Stimme zu | Stimme voll und ganz zu

Ich glaube, ich bin vielleicht bereit, an mir zu arbeiten.

Stimme überhaupt nicht zu | Stimme nicht zu | Unentschieden | Stimme zu | Stimme voll und ganz zu

Ich unternehme etwas gegen die Probleme, die mich belastet haben.

Stimme überhaupt nicht zu | Stimme nicht zu | Unentschieden | Stimme zu | Stimme voll und ganz zu

Es könnte sich lohnen, an meinem Problem zu arbeiten.

Stimme überhaupt nicht zu | Stimme nicht zu | Unentschieden | Stimme zu | Stimme voll und ganz zu

Nicht ich bin das Problem. Es ergibt für mich wenig Sinn, hier zu sein.

Stimme überhaupt nicht zu | Stimme nicht zu | Unentschieden | Stimme zu | Stimme voll und ganz zu

## Auswertung und Interpretation

Die 32 Items werden auf einer 5-stufigen Likert-Skala von 1 („stimme überhaupt nicht zu“) bis 5 („stimme voll und ganz zu“) bewertet. Die Items sind 4 Subskalen mit je 8 Items zugeordnet: Absichtslosigkeit, Absichtsbildung, Handlung und Aufrechterhaltung. In der Regel wird die Summe oder der Mittelwert jeder Subskala berechnet; anschließend lässt sich ein globaler Index der Veränderungsbereitschaft nach der Formel Absichtsbildung + Handlung + Aufrechterhaltung − Absichtslosigkeit bestimmen. Die Interpretation stützt sich auf das Profil der Subskalenwerte und je nach Anwendung auf die vorherrschende Subskala; ein hoher Wert für Absichtslosigkeit spricht für eine geringe Problemeinsicht, hohe Werte für Absichtsbildung und Handlung weisen auf eine stärkere Veränderungsmotivation hin. Die Subskala Aufrechterhaltung spiegelt oft eher den Kampf gegen Rückfälle wider als eine stabile langfristige Aufrechterhaltung.