RASA

Assertiviteitsschaal van Rathus voor adolescenten (RASA)

De RASA is een zelfrapportage-instrument om de mate van assertiviteit bij adolescenten te meten. Het helpt moeilijkheden op te sporen bij het uiten van eigen meningen en behoeften of bij het opkomen voor eigen rechten in uiteenlopende sociale situaties. Met de score kunnen psychologen interventiedoelen bepalen en de vooruitgang tijdens de therapeutische follow-up beoordelen.

Aantal vragen	30 vragen
Geschatte duur	10 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Rathus Assertiveness Schedule for Adolescents
Doelgroep	Adolescenten
Auteurs	Spencer A. Rathus (1977)
Categorie	Assertiviteit, Kinderen

Voorbeeld van de 30 vragen

Het lijkt alsof de meeste mensen assertiever zijn dan ik.

Zeer kenmerkend voor mij | Tamelijk kenmerkend voor mij | Enigszins kenmerkend voor mij | Enigszins niet kenmerkend voor mij | Tamelijk niet kenmerkend voor mij | Helemaal niet kenmerkend voor mij

Ik heb weleens geaarzeld om een afspraakje te maken of aan te nemen, omdat ik me opgelaten voelde.

Zeer kenmerkend voor mij | Tamelijk kenmerkend voor mij | Enigszins kenmerkend voor mij | Enigszins niet kenmerkend voor mij | Tamelijk niet kenmerkend voor mij | Helemaal niet kenmerkend voor mij

Als het eten dat ik in een restaurant krijg niet naar mijn zin is klaargemaakt, klaag ik daarover bij de bediening.

Zeer kenmerkend voor mij | Tamelijk kenmerkend voor mij | Enigszins kenmerkend voor mij | Enigszins niet kenmerkend voor mij | Tamelijk niet kenmerkend voor mij | Helemaal niet kenmerkend voor mij

Ik let erop dat ik de gevoelens van anderen niet kwets, zelfs als ik zelf gekwetst ben.

Zeer kenmerkend voor mij | Tamelijk kenmerkend voor mij | Enigszins kenmerkend voor mij

Enigszins niet kenmerkend voor mij | Tamelijk niet kenmerkend voor mij | Helemaal niet kenmerkend voor mij

Ik vind het moeilijk om “nee” te zeggen tegen een verkoper die veel moeite heeft gedaan om me spullen te laten zien die niet bij me passen.

Zeer kenmerkend voor mij | Tamelijk kenmerkend voor mij | Enigszins kenmerkend voor mij

Enigszins niet kenmerkend voor mij | Tamelijk niet kenmerkend voor mij | Helemaal niet kenmerkend voor mij

Scoring en interpretatie

Elk item wordt beoordeeld op een schaal van -3 (helemaal niet kenmerkend) tot +3 (helemaal kenmerkend). De scores worden opgeteld tot een totaalscore voor assertiviteit. Een hoge score wijst op meer assertiviteit, terwijl een lage score kan wijzen op een neiging tot onderdanigheid of op moeite met zelfexpressie.