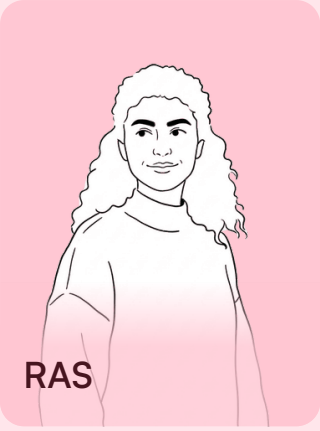


Assertiviteitsschaal van Rathus (RAS)

Deze vragenlijst meet de mate van assertiviteit van een patiënt, dat wil zeggen het vermogen om meningen, behoeften en emoties duidelijk en respectvol te uiten, zonder agressie of passiviteit. De test helpt de therapeut beter te begrijpen hoe de patiënt zich in sociale of persoonlijke situaties opstelt, en eventuele moeilijkheden te herkennen om voor het eigen standpunt op te komen of gevoelens te uiten.

Aantal vragen	30 vragen
Geschatte duur	7 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Rathus Assertiveness Schedule
Auteurs	Spencer A. Rathus (1973)
Categorie	Assertiviteit

Voorbeeld van de 30 vragen

De meeste mensen lijken mij agressiever en beter in staat om voor hun rechten op te komen dan ik.

Helemaal waar | Waar | Enigszins waar | Enigszins onwaar | Onwaar | Helemaal onwaar

Ik heb weleens uit verlegenheid geaarzeld om een afspraakje te maken of aan te nemen.

Helemaal waar | Waar | Enigszins waar | Enigszins onwaar | Onwaar | Helemaal onwaar

Als het eten in een restaurant me niet bevalt, klaag ik erover bij de ober of serveerster.

Helemaal waar | Waar | Enigszins waar | Enigszins onwaar | Onwaar | Helemaal onwaar

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

Helemaal waar | Waar | Enigszins waar | Enigszins onwaar | Onwaar | Helemaal onwaar

Als een verkoper veel moeite heeft gedaan om me artikelen te laten zien die me niet helemaal bevallen, vind ik het moeilijk om “nee” te zeggen.

Helemaal waar | Waar | Enigszins waar | Enigszins onwaar | Onwaar | Helemaal onwaar

Neem je vragenlijsten online af

Stuur je patiënt een link: die antwoordt via telefoon of computer, en jij ontvangt de gescoorde resultaten per e-mail.

Bekijk de vragenlijst op mentaal.org ›

Scoring en interpretatie

Respondenten geven bij elke uitspraak aan in hoeverre ze het ermee eens of oneens zijn, op een schaal van “zeer kenmerkend voor mij” (3 punten) tot “zeer onkenmerkend voor mij” (-3 punten). De schaal wordt omgekeerd voor de vragen 1, 2, 4, 5, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 23, 24, 26 en 30.

De score geeft een eerste indicatie van de mate van assertiviteit van de patiënt, maar het is belangrijk deze informatie aan te vullen met een diepgaand klinisch gesprek. De RAS geeft een globaal beeld, maar houdt geen rekening met nuances in de context, emotionele schommelingen of specifieke relaties die assertief gedrag kunnen beïnvloeden. Het therapeutische werk kan er vervolgens op gericht zijn assertiviteitsstrategieën te verfijnen en af te stemmen op de persoonlijke behoeften en doelen van de patiënt.

Ben je psycholoog?

Met Mentaal krijg je relevante informatie om je patiënten te begeleiden.

- Gestandaardiseerde tests
- Automatische scoring
- Resultaten per e-mail

Probeer het gratis | Bekijk alle vragenlijsten

★★★★★

“Het is een echte meerwaarde in de sessies om de patiënt in kaart te brengen, en een heel rijke basis voor het gesprek om klinisch de diepte in te gaan.”

Elodie C. - Psycholoog (CGT)