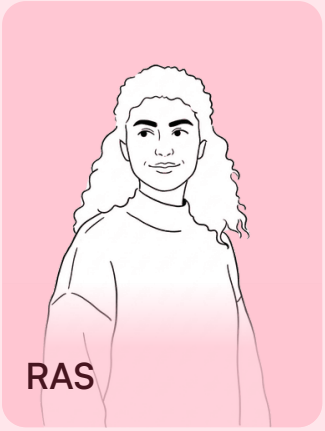


Escala de assertividade de Rathus (RAS)

Este questionário foi concebido para avaliar o nível de assertividade de um paciente, ou seja, a sua capacidade de exprimir as suas opiniões, necessidades e emoções de forma clara e respeitosa, sem agressividade nem passividade. Este teste ajuda o terapeuta a compreender melhor a forma como o paciente interage em contextos sociais ou pessoais e a identificar eventuais dificuldades em defender o seu ponto de vista ou em exprimir os seus sentimentos.

Número de perguntas	30 perguntas
Duração estimada	7 minutos
Idioma	Português
Nome original	Rathus Assertiveness Schedule
Autores	Spencer A. Rathus (1973)
Categoria	Assertividade

Pré-visualização das 30 perguntas

A maioria das pessoas parece-me mais agressiva e mais capaz de defender os seus direitos do que eu.

Completamente verdadeiro | Verdadeiro | Um pouco verdadeiro | Um pouco falso | Falso | Completamente falso

Por vezes, hesitei por timidez quando se tratava de marcar ou aceitar um encontro.

Completamente verdadeiro | Verdadeiro | Um pouco verdadeiro | Um pouco falso | Falso | Completamente falso

Quando a comida num restaurante não me satisfaz, queixo-me ao empregado ou à empregada de mesa.

Completamente verdadeiro | Verdadeiro | Um pouco verdadeiro | Um pouco falso | Falso | Completamente falso

Tenho o cuidado de não ferir os sentimentos dos outros, mesmo quando fui magoado/a.

Completamente verdadeiro | Verdadeiro | Um pouco verdadeiro | Um pouco falso | Falso | Completamente falso

Se um vendedor se esforçou muito para me mostrar artigos que não me convêm totalmente, custa-me ter de dizer «não».

Completamente verdadeiro | Verdadeiro | Um pouco verdadeiro | Um pouco falso | Falso | Completamente falso

Aplique os seus questionários online

Envie um link ao seu paciente: responde no telemóvel ou no computador, e recebe os resultados cotados por email.

Ver o questionário em mentaal.org ›

Cotação e interpretação

Quem responde avalia o seu grau de concordância ou de discordância com cada afirmação numa escala que vai de «muito característico de mim» (3 pontos) a «nada característico de mim» (-3 pontos). A escala é invertida nas perguntas 1, 2, 4, 5, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 23, 24, 26 e 30.

A pontuação dá uma primeira indicação do nível de assertividade do paciente, mas é importante completar esta informação com uma entrevista clínica aprofundada. A RAS dá uma visão de conjunto, mas não tem em conta as nuances contextuais, as variações emocionais nem as relações específicas que podem influenciar o comportamento assertivo. O trabalho terapêutico pode então procurar afinar e adaptar as estratégias de assertividade em função das necessidades e dos objetivos pessoais do paciente.

É psicólogo?

Com o Mentaal, obtenha informações relevantes para acompanhar os seus pacientes.

- Testes padronizados
- Cotação automática
- Resultados recebidos por email

Experimentar gratuitamente | Ver todos os questionários

★★★★★

“A cotação automática poupa-me imenso tempo e os meus pacientes estão muito mais dispostos a preencher os questionários.”

Samia T. - Psicóloga online