

URICA – ÁLCOOL

University of Rhode Island Change Assessment

(Oliveira, Freire & Cazassa, 2007)

Por favor, leia cuidadosamente as frases abaixo. Cada afirmação descreve a maneira como você pode pensar (ou não pensar) o seu comportamento com relação ao álcool. Favor indicar o grau que você concorda ou discorda de cada afirmação. Em cada questão, faça sua escolha pensando em como você se sente agora, não como você se sentia no passado nem como gostaria de sentir.

Existem CINCO possíveis respostas para cada um dos itens do questionário: Discordo muito, Discordo Indeciso, Concordo e Concordo plenamente. Circule o número que melhor descreve o quanto você concorda ou discorda de cada afirmação.

Existem CINCO possíveis respostas	Discordo muito	Discordo	Indeciso	Concordo	Concordo Plenamente
1. Eu não estou com problemas com relação ao meu hábito de beber.	1	2	3	4	5
2. Eu estou fazendo algum esforço para melhorar meu problema com o álcool.	1	2	3	4	5
3. Eu estive pensando que eu devia mudar algo com relação ao meu hábito de beber.	1	2	3	4	5
4. Eu sei que eu preciso trabalhar no meu problema em relação ao álcool.	1	2	3	4	5
5. Muitas pessoas bebem, eu não penso que isso seja um problema só para mim.	1	2	3	4	5
6. Eu espero poder entender melhor meu problema com relação ao álcool.	1	2	3	4	5
7. Eu talvez tenha alguns problemas com relação ao meu hábito de beber, mas não há nada em que eu realmente precise mudar.	1	2	3	4	5
8. Eu realmente estou trabalhando duro para mudar meu problema com o álcool.	1	2	3	4	5
9. Eu tenho um problema com o álcool e eu realmente penso que eu deveria trabalhar nele.	1	2	3	4	5
10. Eu preciso fazer algo para evitar uma recaída.	1	2	3	4	5
11. Eu estou trabalhando na mudança do meu comportamento com relação ao álcool.	1	2	3	4	5

Existem CINCO possíveis respostas	Discordo muito	Discordo	Indeciso	Concordo	Concordo Plenamente
12. Eu pensei que estava livre do meu problema com o álcool, mas não estou.	1	2	3	4	5
13. Eu gostaria ter mais idéias de como solucionar o meu problema com o álcool.	1	2	3	4	5
14. Eu espero que eu encontre mais razões para mudar meu comportamento com relação ao álcool.	1	2	3	4	5
15. Eu preciso de ajuda para manter as mudanças que consegui com relação ao hábito de beber.	1	2	3	4	5
16. Talvez eu tenha problemas com o álcool, mas não creio nisso.	1	2	3	4	5
17. Estou em dúvida sobre fazer algo a respeito do meu hábito de beber.	1	2	3	4	5
18. Eu realmente estou fazendo algo com relação ao meu hábito de beber.	1	2	3	4	5
19. Eu gostaria que fosse possível simplesmente esquecer os problemas com o álcool.	1	2	3	4	5
20. Às vezes, eu preciso me esforçar para prevenir uma recaída no meu problema com o álcool.	1	2	3	4	5
21. Estou frustrado porque pensei ter resolvido meu problema com o álcool, mas não resolvi.	1	2	3	4	5
22. Eu tenho alguns problemas com o álcool, mas porque perder tempo com isso?	1	2	3	4	5
23. Eu estou trabalhando ativamente no meu problema com relação ao álcool.	1	2	3	4	5
24. Eu fico preocupado em não conseguir manter minha mudança com relação ao álcool.	1	2	3	4	5

Oliveira, M. S., Freire, S. F., & Cazassa, M. J. (2007). Validação da versão brasileira da escala URICA para abuso ou dependência de álcool. *Anais do XIX Congresso da ABEAD*, Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil.