



Escala de respuesta ante la ira de Deenz (DARS) Cuestionario

Instrucciones

Escala de respuesta ante la ira de Deenz (DARS) contiene 24 elementos valorados en una escala de 5 puntos. Responde a cada pregunta con sinceridad, basándote en tus pensamientos, sentimientos y experiencias habituales. No hay respuestas correctas ni incorrectas.

#	Declaración	Totalmente en desacuerdo (0)	En desacuerdo (1)	Neutral (2)	De acuerdo (3)	Totalmente de acuerdo (4)
1	Si los demás me escucharan, no me enfadaría.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	No puedo evitar enfadarme si los demás me provocan.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	No debería tener que disculparme por mi enfado; es culpa suya.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Mi enfado está justificado en cualquier situación.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	No soporto que las cosas no salgan como yo quiero.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Esperar en una cola me enfada mucho.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Pierdo los estribos cuando las cosas tardan demasiado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Me siento atacado cuando alguien no está de acuerdo conmigo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#	Declaración	Totalmente en desacuerdo (0)	En desacuerdo (1)	Neutral (2)	De acuerdo (3)	Totalmente de acuerdo (4)
9	Tengo que demostrar que tengo razón, aunque eso provoque una discusión.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Me pongo a la defensiva para protegerme de sentirme herido.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	Por fuera actúo con normalidad, pero por dentro estoy enfadado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Utilizo palabras ambiguas para mostrar que estoy molesto o enfadado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	En secreto, estropeo las cosas cuando estoy molesto.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	No puedo controlar mi ira una vez que empieza.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	No puedo ceder en una discusión; tengo que ganar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	Digo cosas de las que me arrepiento cuando estoy enfadado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	Guardo rencor durante mucho tiempo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	La venganza es la única forma de arreglar las cosas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	Si alguien me hace daño, me aseguraré de que lo pague.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	Llevo una lista mental de las personas que me han hecho daño.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21	Hago que los demás tengan miedo cuando estoy enfadado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#	Declaración	Totalmente en desacuerdo (0)	En desacuerdo (1)	Neutral (2)	De acuerdo (3)	Totalmente de acuerdo (4)
22	Levanto la voz para asustar a la gente y que me escuche.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23	Insulto o menosprecio a los demás cuando estoy molesto.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24	Me burlo o molesto a los demás cuando estoy enfadado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Instrucciones para la puntuación

Las respuestas deben sumarse siguiendo los procedimientos de puntuación de la evaluación.

Por lo general, las puntuaciones más altas indican una mayor expresión del constructo medido, salvo que se indique lo contrario.

Claves de puntuación de las dimensiones

Dimensión	Artículos	Número de artículos
Culpa	1, 2, 3, 4	4
Impaciencia	5, 6, 7	3
Actitud defensiva	8, 9, 10	3
Agresividad pasiva	11, 12, 13	3
Escalada	14, 15, 16	3
Venganza	17, 18, 19, 20	4
Intimidación	21, 22, 23, 24	4

Intervalos de puntuación bruta

Escala	Artículos	Rango posible
Culpa	4	0–16
Impaciencia	3	0–12
Actitud defensiva	3	0–12
Agresividad pasiva	3	0–12
Escalada	3	0–12
Venganza	4	0–16
Intimidación	4	0–16
Puntuación global	24	0–96

Fuente

Desarrollado con referencia a: Forbes, D., Alkemade, N. y otros (2014). Utilidad de la escala Dimensions of Anger Reactions-5 (DAR-5) como medida breve de la ira. *Depression and Anxiety*, 31(2), 166–173. Escala de Respuesta a la Ira de Deenz (DARS-24). Proyecto Psicométrico DrDeenz.

Elaborado por [Drdeenz](#)

Versión interactiva: [Escala de respuesta ante la ira de Deenz \(DARS\)](#)