



Шкала возбужденной депрессии Динза (DADS) Анкета

Инструкции

Шкала возбужденной депрессии Динза (DADS) содержит 27 вопросов, оцениваемых по 5-балльной шкале. Пожалуйста, отвечайте на каждый вопрос честно, исходя из своих обычных мыслей, чувств и переживаний. Правильных или неправильных ответов нет.

#	Заявление	Полностью не согласен (0)	Не согласен (1)	Нейтрально (2)	Согласен (3)	Полностью согласен (4)
1	Я чувствую сильное беспокойство и не могу усидеть на месте.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Я чувствую, что мое тело постоянно напряжено или находится в состоянии напряжения.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Я замечаю, что двигаюсь или ерзаю, не осознавая этого.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Я раздражаюсь или злюсь из-за мелочей.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Мне кажется, что я стал более вспыльчивым, чем обычно.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Я замечаю, что чаще срываюсь на людей.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Я чувствую себя более тревожным или взвинченным, чем обычно.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Мой ум постоянно активен, и я не могу успокоиться.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#	Заявление	Полностью не согласен (0)	Не согласен (1)	Нейтрально (2)	Согласен (3)	Полностью согласен (4)
9	Я чувствую внутреннее давление, как будто вот-вот произойдет что-то плохое.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Я чувствую безнадежность или бесполезность.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	Я потерял интерес к занятиям, которые раньше доставляли мне радость.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Большую часть времени я чувствую эмоциональное истощение и подавленность.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	Мне трудно сосредоточиться на задачах.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	Мне трудно принимать простые решения.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	Мои мысли разбегаются, и мне трудно их контролировать.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	Я чувствую физическое истощение или слабость.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	Большую часть дня я чувствую напряжение или скованность в мышцах.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	Я чувствую себя истощенным даже после отдыха.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	Я часто чувствую вину за вещи, в которых я не виноват.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	Мне стыдно за то, кто я есть или как я себя веду.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21	Я виню себя, когда что-то идет не так.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#	Заявление	Полностью не согласен (0)	Не согласен (1)	Нейтрально (2)	Согласен (3)	Полностью согласен (4)
22	Я действую, не думая, когда расстроен или взволнован.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23	Я чувствую, что теряю контроль над своими эмоциями.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24	Мое настроение может внезапно меняться без причины.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25	Я избегаю людей или ситуаций, потому что боюсь выйти из себя.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26	Моя раздражительность вызвала проблемы с друзьями или семьей.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27	В последнее время я заметил негативные изменения в своем поведении.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Инструкции по подсчёту очков

Ответы следует суммировать в соответствии с процедурами подсчета баллов, предусмотренными в данном тесте.

Более высокие показатели, как правило, свидетельствуют о более выраженной степени проявления исследуемого конструкта, если не указано иное.

Ключи для оценки размеров

Размер	Товары	Количество товаров
Возбуждение	1, 2, 3	3
Раздражительность	4, 5, 6	3
Тревога	7, 8, 9	3
Дисфория	10, 11, 12	3
Когнитивная дисрегуляция	13, 14, 15	3
Усталость	16, 17, 18	3
Вина	19, 20, 21	3
Импульсивность	22, 23, 24	3
Влияние на поведение	25, 26, 27	3

Диапазоны сырых баллов

Масштаб	Товары	Возможный диапазон
Возбуждение	3	0–12
Раздражительность	3	0–12
Тревога	3	0–12
Дисфория	3	0–12
Когнитивная дисрегуляция	3	0–12
Усталость	3	0–12
Вина	3	0–12
Импульсивность	3	0–12
Влияние на поведение	3	0–12
Общая оценка	27	0–108

Источник

Дар, Дин Мохд. [Представляем Шкалу агитированной депрессии Динза \(DADS-22\)](#): Краткая шкала оценки признаков агитированной депрессии. DOI: 10.22541/au.170967710.04061557/v1

Подготовлено [Drdeenz](#)

Интерактивная версия: [Шкала возбужденной депрессии Динза \(DADS\)](#)