



## Deenz Multidimensional Anger Scale (DMAS) Fragebogen

### Anleitung

Deenz Multidimensional Anger Scale (DMAS) enthält 20 Punkte, die auf einer 5-Punkte-Skala bewertet werden. Bitte beantworten Sie jede Frage ehrlich und entsprechend Ihren üblichen Gedanken, Gefühlen und Erfahrungen. Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten.

#	Erklärung	Stimme überhaupt nicht zu (0)	Stimme nicht zu (1)	Neutral (2)	Stimme zu (3)	Stimme voll und ganz zu (4)
1	Ich habe Schwierigkeiten, still zu sitzen, wenn ich wütend bin.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Wenn ich wütend bin, fällt es mir schwer, mich auf etwas anderes zu konzentrieren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Ich handle, bevor ich nachdenke, wenn ich wütend werde.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Ich fühle mich gereizt, wenn ich verärgert bin.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Ich bin oft wütend, sogar über Kleinigkeiten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Ich halte meinen Ärger lange fest.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Wenn ich verärgert bin, kann es sein, dass ich um mich schlage.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Ich halte meinen Ärger für gerechtfertigt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Wenn ich verärgert bin, nehme ich Kritik persönlich.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#	Erklärung	Stimme überhaupt nicht zu (0)	Stimme nicht zu (1)	Neutral (2)	Stimme zu (3)	Stimme voll und ganz zu (4)
10	Ich traue den Absichten anderer nicht, wenn ich wütend bin.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	Ich ziehe mich zurück, wenn ich mich angegriffen fühle.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Ich habe das Gefühl, mich gegen andere verteidigen zu müssen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	Ich erhebe meine Stimme, wenn ich wütend bin.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	Ich schreie oder brülle, wenn ich wütend bin.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	Ich stelle Drohungen an, wenn ich wütend bin.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	Ich greife zu körperlicher Gewalt, wenn ich wütend bin.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	Ich kritisiere mich selbst, wenn ich wütend bin.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	Es fällt mir schwer, anderen zu vergeben.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	Ich habe oft das Gefühl, ungerecht behandelt worden zu sein.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	Ich habe oft das Gefühl, dass mich die Leute nicht verstehen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## Anweisungen zur Bewertung

Die Antworten sollten gemäß den Bewertungsrichtlinien der Prüfung summiert werden.

Höhere Werte deuten im Allgemeinen auf eine stärkere Ausprägung des gemessenen Konstrukts hin, sofern nicht anders angegeben.

## Bewertungsschlüssel für Dimensionen

Abmessung	Artikel	Anzahl der Artikel
Wut-Erregung	1, 2	2
Wutauslösung	3, 4	2
Ausmaß der Wut	5	1
Ausmaß des Ärgers	6, 7, 8	3
Feindselige Einstellung	9, 10, 11, 12	4
Äußere Wut	13, 14, 15, 16	4
Innere Wut	17, 18, 19	3
Interne Wut	20	1

## Rohpunktbereiche

Maßstab	Artikel	Möglicher Bereich
Wut-Erregung	2	0–8
Wutauslösung	2	0–8
Ausmaß der Wut	1	0–4
Ausmaß des Ärgers	3	0–12
Feindselige Einstellung	4	0–16
Äußere Wut	4	0–16
Innere Wut	3	0–12
Interne Wut	1	0–4
<b>Gesamtbewertung</b>	<b>20</b>	<b>0–80</b>

## Quelle

---

Entwicklung und Validierung der Deenz Multidimensional Anger Scale (DMAS-20) [Vorabdruck] Entwicklung und Validierung der Deenz Multidimensional Anger Scale (DMAS-20) [Vorabdruck]

---

Erstellt von [Drdeenz](#)

Interaktive Version: [Deenz Multidimensional Anger Scale \(DMAS\)](#)