



Escala Multidimensional de la Ira de Deenz (DMAS) Cuestionario

Instrucciones

Escala Multidimensional de la Ira de Deenz (DMAS) contiene 20 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	Me cuesta estar quieto cuando estoy enfadado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Cuando estoy enfadado, me cuesta concentrarme en otra cosa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Actúo antes de pensar cuando me enfado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Me siento a flor de piel cuando estoy irritado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Me enfado a menudo, incluso por cosas sin importancia.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Guardo rencor durante mucho tiempo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Puedo reaccionar de forma agresiva cuando estoy molesto.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Siento que mi enfado está justificado.	<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	Me tomo las críticas como algo personal cuando estoy molesto.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	No confío en las intenciones de los demás cuando estoy enfadado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	Me aílo cuando me siento atacado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Siento que necesito defenderme de los demás.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	Levanto la voz cuando estoy enfadado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	Grito o vociferó cuando estoy enfadado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	Hago amenazas cuando estoy enfadado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	Recurso a la violencia física cuando estoy enfadado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	Me critico a mí mismo cuando estoy enfadado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	Me cuesta perdonar a los demás.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	A menudo siento que me han tratado injustamente.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	A menudo siento que la gente no me entiende.	<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
Activación de la ira	1	1
Excitación de la ira	2, 3, 4	3
Amplitud de la ira	5, 6, 7	3
Amplitud del enfado	8	1
Actitud hostil	9, 10, 11, 12	4
Ira externa	13, 14, 15, 16	4
Ira interna	17, 18, 19, 20	4

Intervalos de puntuación bruta

Escala	Artículos	Rango posible
Activación de la ira	1	0-4
Excitación de la ira	3	0-12
Amplitud de la ira	3	0-12
Amplitud del enfado	1	0-4
Actitud hostil	4	0-16
Ira externa	4	0-16
Ira interna	4	0-16
Puntuación global	20	0-80

Fuente

Desarrollo y validación de la Escala Multidimensional de Ira de Deenz (DMAS-20) [Preimpresión] Desarrollo y validación de la Escala Multidimensional de la Ira de Deenz (DMAS-20) [Preimpresión]

Elaborado por [Drdeenz](#)

Versión interactiva: [Escala Multidimensional de la Ira de Deenz \(DMAS\)](#)