



## Escala Multidimensional de Raiva de Deenz (DMAS) Questionário

### Instruções

Escala Multidimensional de Raiva de Deenz (DMAS) contém 20 itens avaliados numa escala de 5 pontos. Responda a cada pergunta com sinceridade, com base nos seus pensamentos, sentimentos e experiências habituais. Não há respostas certas ou erradas.

#	Declaração	Discordo totalmente (0)	Discordo (1)	Neutro (2)	Concordo (3)	Concordo totalmente (4)
1	Tenho dificuldade em ficar quieto quando estou zangado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Quando estou zangado, tenho dificuldade em concentrar-me noutra coisa qualquer.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Ajo antes de pensar quando fico zangado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Sinto-me nervoso quando estou irritado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Sinto-me zangado com frequência, mesmo com pequenas coisas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Guardo a raiva durante muito tempo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Posso reagir agressivamente quando estou chateado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Sinto que a minha raiva é justificada.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#	Declaração	Discordo totalment e (0)	Discordo (1)	Neutro (2)	Concordo (3)	Concordo totalment e (4)
9	Levo as críticas a peito quando estou chateado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Não confio nas intenções das pessoas quando estou zangado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11	Isolo-me quando me sinto atacado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12	Sinto que preciso de me defender dos outros.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13	Levanto a voz quando estou zangado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14	Grito ou berro quando estou zangado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15	Faço ameaças quando estou zangado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16	Recorro à violência física quando estou zangado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17	Critico-me a mim próprio quando estou zangado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18	Tenho dificuldade em perdoar os outros.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19	Sinto frequentemente que fui tratado injustamente.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20	Sinto frequentemente que as pessoas não me compreendem.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## Instruções para a pontuação

As respostas devem ser somadas de acordo com os procedimentos de pontuação da avaliação.

Pontuações mais elevadas indicam, em geral, uma maior expressão do conceito avaliado, salvo indicação em contrário.

## Chaves de pontuação das dimensões

Dimensão	Artigos	Número de artigos
Excitação da Raiva	1	1
Excitação da raiva	2, 3, 4	3
Amplitude da raiva	5, 6, 7	3
Amplitude da Raiva	8	1
Perspetiva Hostil	9, 10, 11, 12	4
Raiva Externa	13, 14, 15, 16	4
Raiva Interna	17	1
Raiva interna	18, 19, 20	3

## Intervalos de pontuação bruta

Escala	Artigos	Intervalo possível
Excitação da Raiva	1	0-4
Excitação da raiva	3	0-12
Amplitude da raiva	3	0-12
Amplitude da Raiva	1	0-4
Perspetiva Hostil	4	0-16
Raiva Externa	4	0-16
Raiva Interna	1	0-4
Raiva interna	3	0-12
<b>Pontuação geral</b>	<b>20</b>	<b>0-80</b>

## Fonte

---

Desenvolvimento e validação da Escala Multidimensional de Raiva de Deenz (DMAS-20) [Pré-impressão] Desenvolvimento e Validação da Escala Multidimensional de Raiva de Deenz (DMAS-20) [Pré-impressão]

---

Elaborado por [Drdeenz](#)

Versão interativa: [Escala Multidimensional de Raiva de Deenz \(DMAS\)](#)