

DASS 21

ШКАЛА ДЕПРЕСІЇ, ТРИВОЖНОСТІ ТА СТРЕСУ

Методика DASS 21 (Depression Anxiety Stress Scale 21) – інструмент для оцінки тяжкості поведінкових та емоційних симптомів, які корелюють з депресією, тривожним розладом та стресом. Методику DASS розробили Петер Ловібонд та Сідней Ловібонд (Peter Lovibond and Sydney Lovibond) в 1995 і спочатку вона містила 42 запитання, надалі було запропоновано нову версію методики, коротку форму, яка містить 21 запитання.

Методика DASS-21 - це комплекс із трьох шкал для вимірювання негативних емоційних станів, таких як депресія, тривога та стрес. Кожна з трьох шкал DASS-21 містить 7 питань. Шкала Депресії оцінює дисфорію, безнадію, знецінення життя, самоприниження, відсутність інтересу/залученості, ангедонію та інертність. Шкала Тривога оцінює вегетативне збудження, напругу м'язів, ситуативну тривогу та суб'єктивне переживання тривожного афекту. Шкала Стрес чутлива до рівня хронічного неспецифічного збудження, оцінює труднощі з розслабленням, нервові збудження, здатність легко засмучуватися/збуджуватися, дратівливість/надмірну реактивність і нетерплячість. Респондентів просять за 4-бальною шкалою вираженості/частоти оцінити, якою мірою вони відчували кожен стан протягом останнього тижня. Показники шкал депресії, тривоги та стресу обчислюють шляхом підсумовування балів за відповідними питаннями.

Основні психометричні показники української версії методики свідчать про її відповідність вимогам. Внутрішня узгодженість субшкал становить: субшкала Депресії - альфа Кронбаха (alfa Cronbach`s) 0,849 та омега МакДоналда (McDonald's ω) 0,850; для підшкали Тривоги альфа 0,839, омега 0,842; для підшкали Стресу альфа становить 0,875, омега 0,877; альфа для загального DASS-21 становить 0,926, омега 0,926.

Конфірматорний факторний аналіз для трьох корельованих факторів DASS-21 виявив, що фіт майже сягав задовільного рівня CFI = 0,877, водночас SRMR = 0,065 і RMSEA = 0,078 вказували на прийнятність моделі. Додаткові модифікації, внесені з використанням індексів модифікації для визначення істотних корельованих термінів залишкової помилки, дають підстави оцінити модель DASS-21 як хорошу та прийнятну (CFI = 0,926; SRMR = 0,053 і RMSEA = 0,065). Дескриптивний аналіз показників шкал на основі даних дослідження 235 осіб: для шкали Депресія - M=6,95, Std.Dev.=4,75, q1=3,0, q2=6,0, q3=9,0; для шкали Тривожність - M=5,99, Std.Dev.=4,97, q1=2,0, q2=5,0, q3=9,0; для шкали Стрес – M=9,89, Std.Dev.=5,37, q1=5,0, q2=9,0, q3=14,0.

Підрахунок балів за шкалами здійснюється шляхом сумування балів за питаннями:

Шкала D (депресія) 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21.

Шкала A (тривожність) 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20.

Шкала S (стрес) 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18.

Адаптацію методики DASS 21 українською мовою здійснено:

Інна Галецька, кандидат психологічних наук, доцент.
inna.haletska@lnu.edu.ua

Марина Кліманська, кандидат психологічних наук, доцент.
marina.klimanska@gmail.com

Марія Перун, кандидат психологічних наук, доцент. perun.lnu@ukr.net

Кафедра психології, Львівський національний університет імені Івана Франка

This translation was carried out by Inna Haletska and her colleagues Marina Klimanska and Mariia Perun.

Department of Psychology,

Ivan Franko National University of Lviv, Ukraine

Enquiries:

Inna Haletska, PhD. inna.haletska@lnu.edu.ua

Department of Psychology,

Ivan Franko National University of Lviv, Ukraine