DASS-42

Escalas de ansiedade, depressão e stress (versão de 42 itens) (DASS-42)

As DASS-42 são um instrumento psicométrico de autorresposta para avaliar a depressão, a ansiedade e o stress em adultos. São compostas por três subescalas distintas, cada uma com 14 itens, o que permite uma avaliação detalhada e separada destas três dimensões do sofrimento psicológico.

Número de perguntas	42 perguntas
Duração estimada	10 minutos
Idioma	Português
Nome original	Depression Anxiety Stress Scales (42-item version)
Público-alvo	Adultos
Autores	S.H. Lovibond, P.F. Lovibond (1995)
Categoria	Depressão, Ansiedade, Stress

Pré-visualização das 42 perguntas

Dei por mim a ficar aborrecido/a com coisas triviais do dia a dia

Não se aplicou nada a mim | Aplicou-se a mim algumas vezes | Aplicou-se a mim muitas vezes | Aplicou-se a mim a maior parte das vezes

Senti a minha boca seca

Não se aplicou nada a mim | Aplicou-se a mim algumas vezes | Aplicou-se a mim muitas vezes | Aplicou-se a mim a maior parte das vezes

Não consegui sentir nenhum sentimento positivo

Não se aplicou nada a mim | Aplicou-se a mim algumas vezes | Aplicou-se a mim muitas vezes | Aplicou-se a mim a maior parte das vezes

Senti dificuldades em respirar

Não se aplicou nada a mim | Aplicou-se a mim algumas vezes | Aplicou-se a mim muitas vezes | Aplicou-se a mim a maior parte das vezes

Parecia-me não estar a conseguir ir mais além

Não se aplicou nada a mim | Aplicou-se a mim algumas vezes | Aplicou-se a mim muitas vezes | Aplicou-se a mim a maior parte das vezes

Aplique os seus questionários online

Envie um link ao seu paciente: responde no telemóvel ou no computador, e recebe os resultados cotados por email.

Ver o questionário em mentaal.org ›

Cotação e interpretação

Cada item é cotado de 0 («Não se aplicou nada a mim») a 3 («Aplicou-se a mim muito, ou a maior parte do tempo»). As pontuações são somadas para cada subescala (depressão, ansiedade, stress). As pontuações brutas podem depois ser interpretadas com as tabelas de pontos de corte fornecidas no manual do teste, que situam a gravidade (normal, ligeira, moderada, grave, extremamente grave) de cada dimensão.

É psicólogo?

Com o Mentaal, obtenha informações relevantes para acompanhar os seus pacientes.

- Testes padronizados
- Cotação automática
- Resultados recebidos por email

Experimentar gratuitamente | Ver todos os questionários

★★★★★

“Utilizo o Mentaal há 2 meses e esta ferramenta revolucionou a minha forma de ver o acompanhamento e a minha agenda!”

Romane L. - Psicóloga online (TCC)