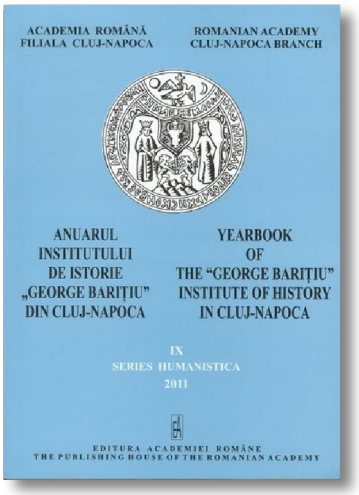

ISSN 1584-4404

Yearbook of the George Barițiu History Institute of Cluj-Napoca Series *Humanistica*

humanistica.ro

O variantă redusă a scalelor de depresie, anxietate și stres (DASS)

Monica Albu

How to cite this article:
Albu, Monica (2011) *O variantă redusă a scalelor de depresie, anxietate și stres (DASS)*, Yearbook of the George Barițiu History Institute of Cluj-Napoca, Series Humanistica, Vol. 9, pp. 287–294. DOI: 10.5281/zenodo.22966093

© 2011: The Publishing House of the Romanian Academy.
Humanistica Yearbook is published online since 2003.
Submit your article to Humanistica Yearbook: secretariat.dcsu@acad-cj.ro

O VARIANTĂ REDUSĂ A *SCALELOR DE DEPRESIE, ANXIETATE ŞI STRES* (DASS)

Monica Albu

Academia Română – Filiala Cluj-Napoca[1]
şi S.C. Cognitrom S.R.L., Cluj-Napoca

Abstract. *DASS (Depression Anxiety Stress Scales) is an instrument of self-assessment built by S. H. Lovibond and P. F. Lovibond. It is composed of three scales that measure depression, anxiety and stress. Each scale contains 14 items.*

The DASS variant adapted in Romanian language (DASS−r) does not have a good validity: its scales correlate pretty strong between them and the coefficient of correlation between the Beck Depression Inventory (BDI) and the Anxiety scale (r=.68) is higher than the one between BDI and the Depression scale (r=.63). For this reason, we built a reduced variant (DASS21−r), in which every scale contains 7 items extracted from DASS−r.

DASS21−r has a factorial structure similar to the one of the DASS−r variant. The coefficients of correlation betwen the scales from DASS21−r are comprised between.73 and.76, being smaller than the ones between the scales from DASS−r (that are comprised between .79 and .83), and the coefficient of correlation between the Anxiety scale and BDI (r=.57) is smaller than the one between the Depression scale and BDI (r=.65).

Thus, DASS21−r has a better validity than DASS−r.

The coefficeints of internal consistency of the scales from DASS21−r are smaller than the ones of the scales corresponding to those from DASS−r with less than .08.

Keywords: *DASS*, anxiety, depression, stress.

1. PREZENTAREA SCALELOR *DASS*

DASS (*Depression Anxiety Stress Scales*) este un set de trei scale de autoevaluare care măsoară depresia, anxietatea şi stresul. *DASS* a fost construit de

[1] Institutul de Istorie „George Barițiu" – Departamentul de cercetări socio-umane.

An. Inst. de Ist. „G. Barițiu" din Cluj-Napoca, Series Humanistica, tom. IX, 2011, p. 287–294

cercetătorii S. H. Lovibond şi P. F. Lovibond[2] de la University of New South Wales (Australia) şi a fost tradus până acum în 27 de limbi[3].

Principala funcţie a *DASS* este de a le permite persoanelor care răspund la itemii săi să îşi determine nivelul curent de anxietate, depresie şi stres, iar dacă este utilizat pe o perioadă mai îndelungată, de a le oferi un mijloc de monitorizare a schimbărilor emoţionale produse. *DASS* este un instrument care îi asistă pe indivizi în recunoaşterea şi controlarea stărilor lor emoţionale negative şi în realizarea de schimbări pozitive în viaţa proprie[4].

Scala *Depresie* măsoară disforia, pierderea speranţei, devalorizarea vieţii, autodeprecierea, pierderea interesului, anhedonia şi inactivitatea. Scala *Anxietate* evaluează activarea sistemului nervos autonom, efecte musculo-scheletale, anxietatea situaţională şi experienţa subiectivă a stării de anxietate. Scala *Stres* conţine itemi care se referă la dificultatea de a te relaxa, excitarea nervoasă şi caracteristica de a deveni cu uşurinţă supărat/agitat, iritabil/hiper-reactiv şi nerăbdător. După părerea autorilor instrumentului *DASS*, nu este sigur că denumirea de „stres" este potrivită pentru această scală, întrucât itemii săi sunt similari, în mare parte, cu cei care măsoară simptome ale tulburării de anxietate generalizată[5].

Fiecare dintre cele trei scale *DASS* conţine câte 14 itemi.

Persoana testată trebuie să aprecieze la fiecare item cât de mult i s-a potrivit pe parcursul ultimei săptămâni afirmaţia conţinută de acesta, folosind o scară de la 0 (nu mi s-a potrivit) la 3 (mi s-a potrivit foarte mult sau aproape tot timpul). Scorul fiecărei scale se obţine prin însumarea cotelor itemilor care o compun. Scorurile mari sunt indicatori ai unor niveluri ridicate de anxietate, depresie sau stres, în funcţie de scala la care sunt obţinute.

2. CONSTRUIREA INSTRUMENTULUI *DASS*

Recunoaşterea asocierii anxietăţii cu tulburări de dispoziţie a stat la baza mai multor dezbateri care au încercat să răspundă la întrebarea: *Anxietatea şi depresia sunt constructe distincte sau există un continuum care are la o extremitate anxietatea „pură" (fără depresie), la cealaltă extremitate are depresia „pură"*

[2] S. H. Lovibond, P. F. Lovibond, *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales*, 2nd ed., Sydney, Psychology Foundation, 1995.

[3] http://www2.psy.unsw.edu.au/groups/dass//translations.htm (vizitată în 20 octombrie 2010).

[4] *** *About The Depression Anxiety and Stress Test* – http://www.depression-anxiety-stress-test.org/About_The_Depression_Anxiety_Stress_Test.html (vizitată în 25 octombrie 2010).

[5] L. A. Campbell, T. A. Brown, *Generalized Anxiety Disorder*, in *** *Handbook of Assessment and Treatment Planning for Psychological Disorders*, M. M. Antony, D. A. Barlow (eds.), New York, The Guilford Press, 2002.

(neînsoțită de anxietate) şi al cărui centru este marcat de coexistența simptomelor de anxietate şi de depresie?[6]

Căutând un răspuns, A. Clark şi D. Watson au sintetizat rezultatele a numeroase cercetări cu privire la evaluarea anxietății şi a depresiei şi au ajuns la următoarele constatări[7]:

- Pe un număr mare de eşantioane clinice şi non-clinice, corelația dintre scalele de autoevaluare a anxietății şi scalele de autoevaluare a depresiei variază între 0,40 şi 0,70.
- Frecvent, coeficienții de corelație între scalele de anxietate şi scalele de depresie sunt la fel de mari ca şi cei dintre diverse scale de anxietate sau dintre diverse scale de depresie.
- Doar aproximativ jumătate dintre pacienții diagnosticați cu o tulburare depresivă sau cu o tulburare de anxietate prezintă sindroame relativ pure ale uneia sau alteia dintre ele.

Autorii menționați au încercat să explice aceste constatări şi au formulat părerea că atât anxietatea, cât şi depresia au simptome relativ specifice, cărora li se adaugă simptome comune celor două tulburări[8]. Corelațiile mari dintre scalele care evaluează anxietatea şi cele care măsoară depresia se explică prin faptul că scalele conțin itemi care descriu simptome comune. Această idee a stat la baza *Modelului tripartit al afectelor*, elaborat de Clark şi Watson[9]. El include trei factori:

- *Afectele pozitive* – factor care corespunde depresiei (niveluri înalte de afecte pozitive sunt asociate bucuriei, interesului şi entuziasmului, în timp ce nivelurile scăzute sunt reprezentate de oboseală şi apatie şi caracterizează depresia).
- *Hiperexcitarea fiziologică* – factor care corespunde anxietății şi măsoară tensiunea somatică şi excitarea somatică (nivelurile înalte sunt caracteristice anxietății).
- *Afectele negative* – un factor de distres ce reuneşte simptome nespecifice ale distresului general, care sunt comune anxietății şi depresiei (de exemplu, insomnia, lipsa poftei de mâncare, disforia şi indecizia) şi nu diferențiază între cele două.

[6] N. Haslam (2003) şi R. F. Krueger & T. M. Piasecki (2002), apud J. A. Buckby, S. M. Cotton**,** E. M. Cosgrave, E. J. Killackey, R. Alison, A. R. Yung**,** *A factor Analytic Investigation of the Tripartite Model of Affect in a Clinical Sample of Young Australians*, **„**BMC Psychiatry", vol. 8, nr. 79, 2008 – http://www.biomedcentral.com/1471-244X/8/79 (vizitată în 20 octombrie 2010).

[7] A. Clark şi D. Watson (1990), apud S. H. Lovibond, P. F. Lovibond, *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales*, ...

[8] L. A. Clark, D. Watson (1991) şi S. Mineka, D. Watson, L. A. Clark (1998), apud M. J. Boschen, T. P. S. Oei, *The MASQ Factor Structure Does Not Generalize to an Anxious/ Depressed Sample*, 2006 – http://www98.griffith.edu.au/dspace/bitstream/10072/11262/3/Text_%28Revision_3%29.pdf (vizitată în 20 octombrie 2010).

[9] L. A. Clark, D. Watson, *Tripartite Model of Anxiety and Depression: Psychometric Evidence and Taxonomic Implications*, „Journal of Abnormal Psychology", 100(3), 1991, p. 316–336.

Conform acestui model, nervozitatea, tensiunea şi îngrijorarea sunt legate de anxietate, în timp ce furia, sentimentul de vinovăție şi tristețea se asociază cu depresia. Se consideră că afectele negative şi afectele pozitive sunt relativ stabile, sunt trăsături ereditare şi sunt independente între ele[10].

DASS are la bază *Modelul tripartit al afectelor*.

Scopul inițial al cercetării efectuate pentru construirea *DASS* a fost acela de a obține două scale, una pentru autoevaluarea anxietății şi una pentru autoevaluarea depresiei, care să îndeplinească următoarele condiții[11]:

- să se refere la toate simptomele centrale ale anxietății şi ale depresiei;
- să asigure o discriminare maximă între depresie şi anxietate;
- să aibă calități psihometrice bune.

Au fost formulați itemi care făceau parte din trei categorii:

C1. itemi asociați în mod clar cu anxietatea şi care era puțin probabil să fie asociați cu depresia;

C2. itemi asociați în mod clar cu depresia şi care era puțin probabil să fie asociați cu anxietatea;

C3. itemi care au fost apreciați ca fiind la fel de probabil asociați cu anxietatea şi cu depresia şi itemi asupra cărora au existat dezacorduri în privința categoriei din care fac parte.

Itemii din grupul C3 au fost incluşi în prelucrările inițiale ca şi itemi de control. Pe parcursul cercetării, s-a observat că aceştia au manifestat tendința de a forma o a treia scală. Analiza lor a sugerat că mulți dintre ei măsoară o stare de tensiune sau/şi stres caracterizată printr-o activare cronică nespecifică (de exemplu: agitație, iritare, tulburări de somn). Au fost scrişi itemi suplimentari care să măsoare această dimensiune, iar acei itemi de control care nu s-au potrivit au fost eliminați din *DASS*. Aşa a fost obținută scala de evaluare a stresului.

3. ADAPTAREA *DASS* ÎN LIMBA ROMÂNĂ ŞI CONSTRUIREA SCALELOR *DASS* REDUSE

DASS a fost adaptat în limba română de un colectiv al unității de cercetare-dezvoltare S.C. Cognitrom S.R.L. din Cluj-Napoca, coordonat de Adela Perțe, în anul 2010.

Lucrând în cadrul acestui colectiv, am constatat că itemii şi scalele variantei adaptate în limba română (*DASS-r*) prezintă deosebiri mari față de cele din varianta originală *DASS*, construită de S. H. Lovibond şi P. F. Lovibond. Astfel:

- coeficienții de corelație liniară dintre scalele din *DASS−r* erau mai mari decât cei dintre scalele din *DASS* (*tabelul* 1);

[10] E. Keogh şi J. Reidy (2000), apud Buckby şi colab., *op. cit.*

[11] S. H. Lovibond, P. F. Lovibond, *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales*, ...

- scala *Anxietate* din *DASS-r* corela cu *Inventarul de depresie Beck* (*BDI*) mai puternic decât scala *Depresie* din *DASS-r* (*tabelul 2*);
- în urma analizei factoriale efectuate asupra itemilor, itemii care aveau cele mai mari saturații în acelaşi factor nu aparțineau toți unei singure scale.

Din acest motiv, am construit scale reduse. Din fiecare scală am extras 7 itemi care au îndeplinit următoarele condiții:

- corelau putenic între ei;
- corelau puțin cu itemii din celelalte două scale;
- itemii care urmau să formeze scala *Depresie* corelau mai puternic cu *BDI* decât ceilalți itemi din *DASS-r*;
- itemii care urmau să formeze scalele *Anxietate* şi *Stres* corelau mai puțin cu *BDI* decât ceilalți itemi din *DASS-r*.

În continuare, prezentăm calitățile psihometrice ale variantei construite (*DASS21-r*), în comparație cu cele ale variantei *DASS-r* şi ale variantei originale, *DASS*.

4. VALIDITATEA VARIANTELOR *DASS*

a. *Corelațiile scalelor DASS cu Inventarul de depresie Beck* (*BDI*)

DASS-r şi *Inventarul de depresie Beck* au fost administrate unui eşantion format din 64 de persoane (28 de bărbați şi 36 de femei), cu vârsta cuprinsă între 30 şi 60 de ani (m=40,0; σ=8,7). Pe baza răspunsurilor la itemii din *DASS-r*, au fost calculate scorurile scalelor din *DASS2-r* şi din *DASS21-r*. Apoi, s-au calculat coeficienții de corelație liniară între scorurile scalelor şi *BDI* (*tabelul 1*).

Tabelul 1

Coeficienții de corelație liniară între scalele din *DASS* şi *Inventarul de depresie Beck*

Scala	Varianta *DASS*		
	DASS (N=717)	***DASS-r*** (N=64)	***DASS21-r*** (N=64)
Anxietate	0,58	0,68	0,57
Depresie	0,74	0,63	0,65
Stres	0,60	0,60	0,57

Notă: Toți coeficienții de corelație sunt semnificativi la pragul p=0,001.

Cercetând calitățile psihometrice ale *DASS*, Lovibond şi Lovibond[12] au afirmat că o dovadă a validității instrumentului pe care l-au construit este faptul că,

[12] S. H. Lovibond, P. F. Lovibond, *The Structure of Negative Emotional States: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories*, „Behaviour Research and Therapy", vol. 33, nr. 3, 1995, p. 335–343.

într-un eşantion format din 717 studenţi, scalele *Anxietate* şi *Stres* din *DASS* au corelaţii mai scăzute cu *BDI* decât scala *Depresie* din *DASS*. Dintre variantele în limba română ale *DASS*, numai *DASS21-r* îndeplineşte această condiţie. În cazul varianteei *DASS-r*, *BDI* corelează mai puternic cu scala *Anxietate* decât cu scala *Depresie*.

b. ***Inter-corelaţiile scalelor DASS***

Au răspuns la *DASS-r* 1027 de persoane (395 de bărbaţi şi 632 de femei) dintr-o populaţie non-clinică, având vârsta cuprinsă între 19 şi 74 de ani (m=39,2; σ=10,4). S-au calculat scorurile scalelor din *DASS-r* şi *DASS21-r*, apoi s-au calculat coeficienţii de corelaţie liniară între scalele fiecărui instrument (*tabelul 2*). Pentru ambele variante în limba română, coeficienţii de corelaţie dintre scale sunt mai mari decât cei obţinuţi de autorii instrumentului *DASS* într-un eşantion format din 717 studenţi[13]. În varianta *DASS21-r*, scalele corelează mai slab între ele decât în varianta *DASS-r*.

Tabelul 2

Coeficienţii de corelaţie liniară între scalele *DASS*

Scale între care s-au calculat coeficienţii de corelaţie liniară	**Varianta *DASS***		
	DASS (N=717)	***DASS-r*** (N=1027)	***DASS21-r*** (N=1027)
Anxietate − Depresie	0,54	0,83	0,76
Anxietate − Stres	0,65	0,79	0,75
Depresie − Stres	0,56	0,79	0,73

Notă: Toţi coeficienţii de corelaţie sunt semnificatvi la pragul p=0,001.

c. ***Structura factorială a variantelor DASS***

Pentru toate variantele instrumentului *DASS* s-a efectuat o analiză factorială asupra itemilor componenţi, urmând procedeul descris în *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales*[14]: s-a utilizat metoda *Componentelor principale*, s-a impus condiţia de a se extrage trei factori, iar factorii au fost rotiţi prin metoda *Promax*.

În eşantionul de subiecţi format din 717 studenţi, folosit de Lovibond şi Lovibond[15]**,** factorii obţinuţi după rotire au reprodus fidel cele trei scale *DASS*, cu o singură excepţie (un item din scala *Anxietate*, care avea cea mai mare saturaţie în factorul corespunzător *Stresului*); în rest, itemii care făceau parte din aceeaşi scală aveau cele mai mari saturaţii în factorul corespunzător scalei.

[13] S. H. Lovibond, P. F. Lovibond, *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales, ...*
[14] *Ibidem*.
[15] *Ibidem*.

Variantele *DASS-r* şi *DASS21-r* au fost analizate folosind eşantionul descris la pasul *b*, compus din 1027 de persoane. Şi în cazul lor, factorii extraşi au corespuns scalelor din varianta *DASS* analizată, în sensul că majoritatea itemilor care aveau cea mai mare saturație în acelaşi factor făceau parte din aceeaşi scală. Pentru varianta *DASS-r* au existat 7 excepții (4 itemi din scala *Anxietate* şi 3 itemi din scala *Depresie*), iar pentru varianta *DASS21-r* au existat 4 excepții (un item din scala *Anxietate*, un item din scala *Stres* şi 2 itemi din scala *Depresie*).

În cazul variantei *DASS21-r*, coeficienții de corelație liniară între factorii extraşi sunt mai mai mici decât cei pentru varianta *DASS-r* (*tabelul 3*). Aceasta înseamnă că factorii extraşi din itemii variantei *DASS21-r* diferențiază mai bine între constructele măsurate decât factorii extraşi din itemii variantei *DASS-r*.

Tabelul 3

Coeficienții de corelație liniară între factorii extraşi din *DASS*

Factorii între care s-au calculat coeficienții de corelație liniară	**Varianta *DASS***		
	DASS (*N*=717)	***DASS-r*** (*N*=1027)	***DASS21-r*** (*N*=1027)
Anxietate − Depresie	0,42	0,69	0,55
Anxietate − Stres	0,46	0,63	0,56
Depresie − Stres	0,39	0,68	0,59

Notă: Toți coeficienții de corelație sunt semnificatvi la pragul *p*=0,001.

5. FIDELITATEA VARIANTELOR *DASS*

Calculul coeficienților de consistență internă α pentru varianta originală *DASS* s-a realizat într-un eşantion non-clinic, format din 2914 persoane (1044 de bărbați şi 1870 de femei), cu vârsta cuprinsă între 17 şi 69 de ani[16].

Pentru variantele *DASS-r* şi *DASS21-r*, coeficienții de consistență internă α au fost calculați în eşantionul descris la pasul *b*, compus din 1027 de persoane.

După cum se observă în *tabelul 4*, scalele variantei *DASS21-r* au o consistență internă aproape la fel de bună ca scalele din variantele *DASS* şi *DASS-r*, care au un număr dublu de itemi. Coeficienții lor de consistență internă sunt aproximativ egali cu cei obținuți de Imam pentru varianta originală *DASS* pe un eşantion format din 850 de studenți (pentru *Anxietate*: α=0,85; pentru *Depresie*: α=0,88; pentru *Stres*: α=0,86)[17].

[16] *Ibidem*.

[17] S. S. Imam, *Depression Anxiety Stress Scales − Revisited*, http://bsris.swu.ac.th/iprc/4th/24.pdf (vizitată în 20 octombrie 2010).

Tabelul 4

Coeficienţii de consistenţă internă α (Cronbach)

Scala	**Varianta *DASS***		
	DASS (*N*=2914)	***DASS-r*** (*N*=1027)	***DASS21-r*** (*N*=1027)
Anxietate	0,84	0,92	0,86
Depresie	0,91	0,93	0,85
Stres	0,90	0,93	0,87

6. **CONCLUZII**

Scalele formate din câte 7 itemi, pe care le-am construit (*DASS21-r*), prezintă următoarele avantaje faţă de varianta *DASS* adaptată în limba română (*DASS-r*):

- Coeficienţii de corelaţie liniară între scale sunt mai mici decât cei dintre scalele din *DASS−r*: într-un eşantion non-clinic format din 1027 de persoane, coeficienţii de corelaţie între scalele din *DASS21-r* sunt cuprinşi între 0,73 şi 0,76, în timp ce coeficienţii de corelaţie între scalele cu 14 itemi, din *DASS-r*, sunt cuprinşi între 0,79 şi 0,83.
- Scala *Depresie* din *DASS21-r* corelează mai puternic cu *BDI* decât scala *Anxietate* din *DASS21-r* (0,65 faţă de 0,57) şi decât scala *Depresie* din *DASS-r* (0,65 faţă de 0,63), într-un eşantion format din 64 de persoane.

Deşi coeficienţii de consistenţă internă α ai scalelor din *DASS21-r* sunt mai mici decât cei ai scalelor din *DASS-r* − fapt explicabil prin numărul mai mic de itemi, recomand folosirea instrumentului *DASS21-r* în locul instrumentului *DASS-r*, datorită validităţii sale mai bune şi timpului mai redus necesar pentru administrarea sa.