

Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği (DASS-42)

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği (DASS-42)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=19660>

Özet

Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği (DASS-42), psikolojide yaygın olarak kullanılan, bireylerin yaşadığı üç temel negatif duygusal durumu--Depresyon, Anksiyete ve Stres--ayrıştıran ve de?erlendirmeyi amaçlayan bir öz bildirim aracıdır. Ölçek, S. H. Lovibond ve P. F. Lovibond tarafından 1995 yılında geliştirilmiştir. DASS-42'nin temel amacı, bu üç yapıyı tek bir genel olumsuz duygu durumundan ayırt edebilmektir.

Bu ölçeğin Türkçe uyarlaması, Nazan Bilgel ve Nurten Bayram tarafından 2010 yılında gerçekleştirilmiştir. Uyarlama çalışması, ölçeğin Türk kültürüne ve diline uygunluğunu, aynı zamanda orijinal üç faktörlü yapısının psikometrik özellikler açısından yeterliliğini test etmiştir. Çalışma sonuçları, DASS-42'nin Türkçe versiyonunun geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu göstermiştir.

Anahtar Kelimeler

DASS-42, Depresyon, Anksiyete, Stres, Psikolojik De?erlendirme, Ölçek Uyarlama, Klinik Psikoloji, Öz Bildirim Ölçeği.

Yazarlar

Orijinal ölçeğin yazarları Timothy P. Lovibond ve Peter F. Lovibond'dur. Türkçe uyarlamayı gerçekleştiren ve bu akademik girişte referans alınan çalışmanın yazarları ise Nazan Bilgel ve Nurten Bayram'dır.

Amaç

Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği (DASS-42), bireylerin son bir hafta içinde deneyimledikleri olumsuz duygusal durumların şiddetini ölçmek için tasarlanmıştır. Ölçeğin birincil amacı, klinik ve araştırma ortamlarında depresif, anksiyöz ve gerginlik/stres semptomlarının birbirinden ayrılarak, spesifik tedavi ve müdahale alanlarını belirlemeye yardımcı olmaktır.

Ölçek, bu üç durumun derecesini kantitatif olarak belirleyerek, hem klinik popülasyonlarda hem de genel popülasyonda duygusal sıkıntıların yaygınlığını ve şiddetini de?erlendirmede önemli bir araç işlevi görür. Uyarlama çalışması, Bilgel ve Bayram'ın (2010) hedef kitlesinde bu ayrıma başarılı bir şekilde yapabilmeyi amaçlamıştır.

Yapı

DASS-42, teorik olarak birbirlerinden bağımsız kabul edilen ancak sıkı bir şekilde birlikte ortaya çıkan üç temel psikolojik yapıyı ölçer:

Depresyon: Umutsuzluk, moral bozukluğu, deşersizlik, yaşımdan zevk alamama ve ilgisizlik gibi belirtileri kapsar.

Anksiyete: Otonom uyarılma, iskelet kası etkileri, durumsal anksiyete deneyimi ve panik ataklar gibi fizyolojik ve bilişsel belirtileri içerir.

Stres: Sürekli gerginlik, kolay sinirlenme/huzursuzluk, aşırı tepki verme ve rahatlayamama gibi sürekli uyarılma durumları ifade eder.

Ölçek, toplam 42 maddeden oluşur ve her bir alt ölçek (Depresyon, Anksiyete, Stres) 14 maddeden meydana gelir. Bu yapı, üç faktörün korelasyonlu olmasına rağmen ayrı ayrı ölçülebilir olduğunu varsayar.

Geçerlik

DASS-42'nin Türkçe uyarlama çalışması (Bilgel ve Bayram, 2010), ölçeğin yapı geçerliği incelenmiştir. Yapılan analizler, ölçeğin orijinal üç faktörlü yapıya Türk örneğinde de korunduğunu desteklemektedir. Bu durum, Depresyon, Anksiyete ve Stres faktörlerinin birbirinden anlamlı ölçüde ayrıldığını göstermiştir.

Uyarlama çalışması, ayrıca DASS-42'nin bilinen diğer depresyon ve anksiyete ölçüm araçlarıyla olan korelasyonlarına bakarak eş zamanlı geçerliği de deşlendirmiştir. Sonuçlar, ölçeğin benzer yapıları ölçen diğer araçlarla yüksek korelasyon gösterdiğini ve ölçmesi beklenen yapıları doğru bir şekilde ölçtüğünü kanıtlamıştır.

Güvenirlik

Türkçe DASS-42'nin güvenilirlik analizleri, iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) aracılığıyla incelenmiştir. Bilgel ve Bayram (2010) tarafından yapılan çalışmada, her bir alt ölçeğin ve toplam ölçeğin iç tutarlılık deşerlerinin kabul edilebilir düzeyde yüksek olduğu rapor edilmiştir. Bu yüksek deşerler, ölçek maddelerinin kendi alt ölçekleri içerisindeki tutarlılığını yeterli olduğunu ve ölçülen yapıların güvenilirliğini desteklediğini göstermektedir.

Güvenirlik katsayıları yüksek olması, ölçeğin farklı zamanlarda veya farklı madde setleriyle uygulandığında benzer sonuçlar üretme yeteneğinin güçlü olduğu anlamına gelir. Bu, DASS-42'nin klinik ve araştırma amaçlı kullanımlarda tutarlı sonuçlar sağlayacağına işaret eder.

Faktör Analizi

Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği'nin (DASS-42) temel psikometrik dayanağı, üç faktörlü yapıya dayanır. Türkçe uyarlama çalışması (Bilgel ve Bayram (2010) Doğrulanması Faktör Analizi (DFA) yöntemini kullanarak ölçeğin yapısal modelini test etmişlerdir.

Analizler, verilerin orijinal ölçekte önerilen üç bağımsız ancak ilişkili faktörden oluşan modeli desteklediğini göstermiştir.

Bu Faktör Analizi sonuçları, ölçeğin Depresyon, Anksiyete ve Stres alt ölçeklerinin gerçekten de farklı latent yapıları temsil ettiğini ve bu nedenle psikolojik sıkıntının spesifik doğasını araştırmada değerli bir araç olduğunu kanıtlamaktadır.

Ölçek Bilgileri

Test Type: Uyarlama (Adaptation)

Format: Öz Bildirim Ölçeği (Self-Report Scale). 42 madde, 4'lü Likert tipi derecelendirme (0 = Hiç bana uymadı, 3 = Çok fazla veya çoğu zaman bana uydu).

Language Available: Türkçe (Turkish), Orijinal İngilizce (English) ve çok sayıda başka dil.

Population Group: Klinik ve Klinik Olmayan Yetkin Popülasyon.

Age Group: Genellikle 17 yaş ve üzeri yetkinler.

Population Details: Bilgel ve Bayram (2010) çalışması, çeşitli üniversite öğrencileri ve genel popülasyon örneklemleri üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Test Methodology: Bireylerden, belirtilen maddelerin kendilerini ne ölçüde tanımladığını, son bir hafta içinde yaşadıkları deneyimleri temel alarak ifadelerleri istenir. Puanlama, her alt ölçekteki maddelerin toplanmasıyla yapılır.

Anahtar Kelimeler

DASS-42, Klinik Değerlendirme, Depresyon Skoru, Psikometrik Özellikler, Duygusal Durum, Öz Bildirim.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Uyarlama yazarları için ORCID bilgisi kaynakta mevcut değildir.

Affiliation Email addresses: Sorumlu Yazar: nazan@uludag.edu.tr (Nazan Bilgel)

Correspondence Address: Nazan Bilgel, Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, Bursa, Türkiye (2010 çalışması itibarıyla).

İzinler, Ücret ve Test Yolu?

DASS ölçeğinin orijinal versiyonu (Lovibond & Lovibond, 1995) ticari olmayan araştırmaya ve klinik kullanım için genellikle ücretsiz olarak sunulmaktadır. Türkçe uyarlama çalışması 2010 yılında yayımlanmıştır.

Ölçeğin ticari amaçlarla veya büyük ölçekli kurumsal uygulamalarda kullanılması durumunda, orijinal telif hakkı sahipleriyle iletişime geçilmesi gerekebilir. Türkçeye uyarlanması ölçeğin kullanımına dair detaylı izinler için sorumlu yazar Nazan Bilgel ile iletişime geçilmesi tavsiye edilir.

Kaynaklar

Orijinal makale ve ölçekle ilgili ek kaynaklar aşağıda sunulmuştur. Ölçeğin Türkçe uyarlamasına ait PDF dosyası bu bağlantıdan indirilebilir: [depresyon-anksiyete-stres-olcegi-dass-42-toad.pdf](https://www2.psy.unsw.edu.au/~bilgel/psychology/psychology.com/depresyon-anksiyete-stres-olcegi-dass-42-toad.pdf)

Ayrıca, psikometrik özelliklerin tartışıldığı makaleye bu bağlantıdan ulaşılabilir: www2.psy.unsw.edu.au

Temel Kaynak:

Bilgel, N., ve Bayram, N. (2010). Depresyon Anksiyete Stres Ölçeğinin (DASS-42) Türkçeye uyarlanması ölçeğinin psikometrik özellikleri. *Archives of Neuropsychiatry*, 47, 118-26. DOI: 10.4274/npa.5344

Orijinal Kaynak:

Lovibond, S. H., & Lovibond, P. F. (1995). 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*, 33(3), 335-343.

Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği (DASS-42) Maddeleri

IMPORTANT: The following scale items must be preserved in their original language and must not be changed in any way.

Ölçek maddeleri, aşağıdaki kaynakta bulunmamaktadır.