

Die Depression-Angst-Stress-Skala für die Peripartalzeit (DASS-P)

Die folgenden Fragen helfen Ihrem Arzt oder Ihrer Hebamme, mögliche emotionale Beschwerden vor und nach der Geburt frühzeitig zu erkennen. Bitte lesen Sie die einzelnen Aussagen sorgfältig durch und kreuzen Sie die Antwort an, die Ihrem Befinden in den *letzten beiden Wochen* am besten entspricht! Es gibt keine „richtigen“ oder „falschen“ Antworten.

Während der letzten beiden Wochen...	nie	manchmal	oft	sehr oft
1. ... hatte ich jegliches Interesse verloren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. ... schien es mir unmöglich, positive Gefühle zu empfinden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. ... fühlte ich mich als Person wertlos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. ... fand ich kein Vergnügen und keine Freude an den Dingen, die ich tat.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. ... hatte ich das Gefühl, dass es nichts gibt, worauf ich mich freuen kann.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. ... machte ich mir Sorgen über Situationen, in denen ich panisch reagieren oder mich blamieren könnte.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. ... hatte ich ohne ersichtlichen Grund Angst.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. ... war ich kurz davor, panisch zu reagieren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. ... befürchtete ich, mich könnte eine einfache aber unbekannte Aufgabe umwerfen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. ... gab es Situationen, die mich so ängstlich machten, dass ich erleichtert war, wenn die Situationen vorüber waren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. ... konnte ich es nur schwer tolerieren, wenn ich unterbrochen wurde.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. ... war ich aufgeregt und aufgewühlt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. ... war ich ständig in einem nervös-angespannten Zustand.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. ... konnte ich mich nur schwer wieder beruhigen, nachdem mich etwas aufgeregt hatte.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. ... war ich sehr empfindlich, reizbar und missgelaunt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Bitte kontrollieren Sie noch einmal, ob Sie alle Fragen beantwortet haben.

Vielen Dank!

Quellen:

Martini, J. (2011) Wenn das Muttersein nicht glücklich macht. *Ärztliche Praxis Neurologie Psychiatrie*, 3, 26-28.
 Martini, J., Einbock, K., Wintermann, G.-B., Klotsche, J., Junge-Hoffmeister, J. & Hoyer, J. (2009). Die Depression-Angst-Stress-Skala für die Peripartalzeit: Ein Screeninginstrument für die Schwangerschaft und das Wochenbett. *Klinische Diagnostik und Evaluation*, 4(2), 288-309.

Anwendung der DASS-P:

Die DASS-P dient dem *Screening* für eine übermäßige Belastung in der Peripartalzeit durch Stress, Angst und depressive Symptome, die sich als Risikofaktoren für den Verlauf von Schwangerschaft und Postpartalzeit für Mutter und Kind erwiesen haben. Das Instrument wurde speziell für den Einsatz ca. 4 Wochen vor und nach der Geburt entwickelt und validiert. Die Skala hat sich dabei als praktikabel, ökonomisch und sensitiv für psychische Auffälligkeiten in der Peripartalzeit erwiesen. Für klinische Anwender ergeben sich aus der einzelfallbezogenen Auswertung wertvolle Hinweise auf konkrete Problembereiche der Frau.

Auswertung:

Das Instrument umfasst folgende drei Skalen mit jeweils 5 Items:

- **Depression (Fragen 1 - 5)**
- **Angst (Fragen 6 - 10)**
- **Stress (Fragen 11 - 15)**

Das Antwortformat ist vierstufig:

- nie = 0
- manchmal = 1
- oft = 2
- sehr oft = 3

Die Auswertung erfolgt durch **Bildung der Summe über alle Items**. Bei einem **Summenwert über 5 Punkten auf der Gesamtskala** sollte eine weiterführende Diagnostik durchgeführt werden. Evtl. ist die Einleitung einer entsprechenden professionellen Behandlung notwendig.

Achtung: Die DASS-P enthält keine Fragen zu psychotischen Symptomen und zur Suizidalität. Diese Symptome müssen im Gespräch zusätzlich abgeklärt werden. Die DASS-P kann dies nicht ersetzen. Ferner müssen die bei Screeninguntersuchungen generell unvermeidbaren statistischen Unsicherheiten (z.B. falsch negative und falsch positive Ergebnisse) beachtet werden.

Bitte beachten Sie die weiterführende Informationen zur theoretischen Konzeption, klinischen Interpretation und Validierung der DASS-P in folgenden Originalarbeiten:

Martini, J., Einbock, K., Wintermann, G.-B., Klotsche, J., Junge-Hoffmeister, J. & Hoyer, J. (2009). Die Depression-Angst-Stress-Skala für die Peripartalzeit: Ein Screeninginstrument für die Schwangerschaft und das Wochenbett. *Klinische Diagnostik und Evaluation*, 4(2), 288-309.

Martini, J. (2011). Wenn das Muttersein nicht glücklich macht. *Ärztliche Praxis NeurologiePsychiatrie*, 3, 34-37

Kontakt: Dr. Julia Martini – martini@psychologie.tu-dresden.de