

© Copyright, 1991, D. B. Watson & L. A. Clark

Name/ID# _____ Sex _____ Age _____ Date ____/____/____

MASQ-Short Form

Below is a list of feelings, sensations, problems, and experiences that people sometimes have. Read each item and then mark the appropriate choice in the space next to that item. Use the choice that best describes how much you have felt or experienced things this way during the past week, including today. Use this scale when answering:

- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|------------|-----------------------------|------------|-----------------------------------------|-----------|
| not at all | a little bit | moderately | quite a bit | extremely |
| _____ | 1. Felt sad | _____ | 22. Felt like I was having a lot of fun | |
| _____ | 2. Startled easily | _____ | 23. Blamed myself for a lot of things | |
| _____ | 3. Felt cheerful | _____ | 24. Hands were cold or sweaty | |
| _____ | 4. Felt afraid | _____ | 25. Felt withdrawn from other people | |
| _____ | 5. Felt discouraged | _____ | 26. Felt keyed up, "on edge" | |
| _____ | 6. Hands were shaky | _____ | 27. Felt like I had a lot of energy | |
| _____ | 7. Felt optimistic | _____ | 28. Was trembling or shaking | |
| _____ | 8. Had diarrhea | _____ | 29. Felt inferior to others | |
| _____ | 9. Felt worthless | _____ | 30. Had trouble swallowing | |
| _____ | 10. Felt really happy | _____ | 31. Felt like crying | |
| _____ | 11. Felt nervous | _____ | 32. Was unable to relax | |
| _____ | 12. Felt depressed | _____ | 33. Felt really slowed down | |
| _____ | 13. Was short of breath | _____ | 34. Was disappointed in myself | |
| _____ | 14. Felt uneasy | _____ | 35. Felt nauseous | |
| _____ | 15. Was proud of myself | _____ | 36. Felt hopeless | |
| _____ | 16. Had a lump in my throat | _____ | 37. Felt dizzy or lightheaded | |
| _____ | 17. Felt faint | _____ | 38. Felt sluggish or tired | |
| _____ | 18. Felt unattractive | _____ | 39. Felt really "up" or lively | |
| _____ | 19. Had hot or cold spells | _____ | 40. Had pain in my chest | |
| _____ | 20. Had an upset stomach | _____ | 41. Felt really bored | |
| _____ | 21. Felt like a failure | _____ | 42. Felt like I was choking | |

MASQ-SF (cont.)

- | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|-------|------------|----------------------------------------------------------|------------|-------------|-----------|
| | not at all | a little bit | moderately | quite a bit | extremely |
| _____ | 43. | Looked forward to things with enjoyment | | | |
| _____ | 44. | Muscles twitched or trembled | | | |
| _____ | 45. | Felt pessimistic about the future | | | |
| _____ | 46. | Had a very dry mouth | | | |
| _____ | 47. | Felt like I had a lot of interesting things to do | | | |
| _____ | 48. | Was afraid I was going to die | | | |
| _____ | 49. | Felt like I had accomplished a lot | | | |
| _____ | 50. | Felt like it took extra effort to get started | | | |
| _____ | 51. | Felt like nothing was very enjoyable | | | |
| _____ | 52. | Heart was racing or pounding | | | |
| _____ | 53. | Felt like I had a lot to look forward to | | | |
| _____ | 54. | Felt numbness or tingling in my body | | | |
| _____ | 55. | Felt tense or "high-strung" | | | |
| _____ | 56. | Felt hopeful about the future | | | |
| _____ | 57. | Felt like there wasn't anything interesting or fun to do | | | |
| _____ | 58. | Seemed to move quickly and easily | | | |
| _____ | 59. | Muscles were tense or sore | | | |
| _____ | 60. | Felt really good about myself | | | |
| _____ | 61. | Thought about death or suicide | | | |
| _____ | 62. | Had to urinate frequently | | | |

Mood and Anxiety Symptom Questionnaire (MASQ) Scoring Key
90-item Version

To score scales, sum the subject's responses for each positively keyed scale item. For each negatively keyed item, add 6 and then subtract the subject's response. All items are positively keyed unless otherwise noted.

General Distress: Mixed Symptoms (GDM, 15 items)

Positively keyed items: 4, 17, 29, 31, 34, 37, 50, 51, 70, 76, 80, 83, 84, 90
Negatively keyed items: 5

GD: Anxious Symptoms (GDA, 11 items): 2, 9, 12, 15, 20, 59, 63, 65, 77, 81, 82

Anxious Arousal (AA, 17 items):

3, 19, 25, 45, 48, 52, 55, 57, 61, 67, 69, 73, 75, 79, 85, 87, 88

GD: Depressive Symptoms (GDD, 12 items): 6, 8, 10, 13, 16, 22, 24, 42, 47, 56, 64, 74

Anhedonic Depression (AD, 22 items)

Positively keyed items: 21, 26, 33, 39, 44, 53, 66, 89
Negative keyed items: 1, 14, 18, 23, 27, 30, 35, 36, 40, 49, 58, 72, 78, 86

SAS SCORING PROGRAM

Items are named SYMP1--SYMP90.

GENERAL DISTRESS: MIXED SYMPTOMS

GDM = SYMP4 + SYMP17 + SYMP29 + SYMP31 + SYMP34 + SYMP37
+ SYMP50 + SYMP51 + SYMP70 + SYMP76 + SYMP80 + SYMP83 +
SYMP84 + SYMP90 + 6 - SYMP5;

GENERAL DISTRESS: ANXIOUS SYMPTOMS

GDA = SYMP2 + SYMP9 + SYMP12 + SYMP15 +
SYMP20 + SYMP59 + SYMP63 + SYMP65 + SYMP77 + SYMP81 + SYMP82;

ANXIOUS AROUSAL

AA = SYMP3 + SYMP19 + SYMP25 + SYMP45 + SYMP48 + SYMP52 +
SYMP55 + SYMP57 + SYMP61 + SYMP67 + SYMP69 + SYMP73 +
SYMP75 + SYMP79 + SYMP85 + SYMP87 + SYMP88;

GENERAL DISTRESS: DEPRESSIVE SYMPTOMS

GDD = SYMP6 + SYMP8 + SYMP10 + SYMP13 + SYMP16 +
SYMP22 + SYMP24 + SYMP42 + SYMP47 + SYMP56 + SYMP64 + SYMP74;

ANHEDONIC DEPRESSION

AD = SYMP21 + SYMP26 + SYMP33 + SYMP39 + SYMP44 + SYMP53 +
SYMP66 + SYMP89 + 84 - (SYMP1 + SYMP14 + SYMP18 + SYMP23 +
SYMP27 + SYMP30 + SYMP35 + SYMP36 + SYMP40 + SYMP49 +
SYMP58 + SYMP72 + SYMP78 + SYMP86);

Mood and Anxiety Symptom Questionnaire (MASQ)
62-item Short Form Scoring Key

To score scales, sum the subject's responses for each positively keyed scale item. For each negatively keyed item, add 6 and then subtract the subject's response. All items are positively keyed unless otherwise noted.

General Distress: Mixed Symptoms -- not available in short form

GD: Anxious Symptoms (GDA, 11 items): 4, 8, 11, 14, 16, 20, 26, 32, 35, 55, 59

Anxious Arousal (AA, 17 items):

2, 6, 13, 17, 19, 24, 28, 30, 37, 40, 42, 44, 46, 48, 52, 54, 62

GD: Depressive Symptoms (GDD, 12 items): 1, 5, 9, 12, 21, 23, 29, 31, 34, 36, 38, 45

Anhedonic Depression (AD, 22 items)

Positively keyed items: 18, 25, 33, 41, 50, 51, 57, 61

Negative keyed items: 3, 7, 10, 15, 22, 27, 39, 43, 47, 49, 53, 56, 58, 60

SAS SCORING PROGRAM

Items are named SYMP1--SYMP62.

GENERAL DISTRESS: MIXED SYMPTOMS -- not available in short form

GENERAL DISTRESS: ANXIOUS SYMPTOMS

GDA = SYMP4 + SYMP8 + SYMP11 + SYMP14 + SYMP16 + SYMP20 +
SYMP26 + SYMP32 + SYMP35 + SYMP55 + SYMP59;

ANXIOUS AROUSAL

AA = SYMP2 + SYMP6 + SYMP13 + SYMP17 + SYMP19 + SYMP24 +
SYMP28 + SYMP30 + SYMP37 + SYMP40 + SYMP42 + SYMP44 + SYMP46 +
SYMP48 + SYMP52 + SYMP54 + SYMP62;

GENERAL DISTRESS: DEPRESSIVE SYMPTOMS

GDD = SYMP1 + SYMP5 + SYMP9 + SYMP12 + SYMP21 + SYMP23 +
SYMP29 + SYMP31 + SYMP34 + SYMP36 + SYMP38 + SYMP45;

ANHEDONIC DEPRESSION

AD = SYMP18 + SYMP25 + SYMP33 + SYMP41 + SYMP50 + SYMP51 +
SYMP57 + SYMP61 + 84 - (SYMP3 + SYMP7 + SYMP10 + SYMP15 +
SYMP22 + SYMP27 + SYMP39 + SYMP43 + SYMP47 + SYMP49 + SYMP53 +
SYMP56 + SYMP58 + SYMP60);

Echelle en anglais – avec autorisation de l’auteur : Watson, D., Clark, L.A., Weber, K., Assenheimer, J.S., Strauss, M.E., & McCormick, A., (1995a). Testing a Tripartite Model: I. Evaluating the Convergent and Discriminant Validity of Anxiety and Depression Symptom Scales. *Journal of Abnormal Psychology*, 104(1), 3-14.

Traduction en français non validée :

Waintraub, L., Delalleau, B., Lavergne, A., & Bertrand, F., (1997)

Voici une liste de sentiments, de sensations que les gens éprouvent parfois, de problèmes qu'ils peuvent rencontrer, d'expériences qu'ils peuvent vivre. Lisez chaque phrase et notez votre réponse dans chacune des cases correspondantes. Faites le choix qui décrit le mieux possible à quel point vous avez éprouvé les choses de cette façon au cours de la dernière semaine, y compris aujourd'hui.

Utilisez pour répondre l'échelle suivante:

	pas du tout	un peu	modérément	beaucoup	extrêmement
	1	2	3	4	5
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					
13.					
14.					
15.					
16.					
17.					
18.					
19.					
20.					
21.					
22.					
23.					
24.					
25.					
26.					
27.					
28.					
29.					
30.					
31.					
32.					
33.					

34. J'ai eu l'impression que quelque chose de terrible allait se produire
35. J'ai eu l'impression que j'avais accompli beaucoup de choses
36. J'ai eu l'impression que j'avais beaucoup de choses intéressantes à faire
37. J'ai eu peu d'appétit
38. J'ai eu envie d'être avec les autres
39. J'ai eu l'impression d'avoir beaucoup d'efforts à faire pour me mettre en train
40. J'ai eu l'impression que j'avais beaucoup de choses à espérer
41. Les idées et les pensées me venaient très facilement
42. Je me suis senti(e) pessimiste à propos de l'avenir
43. J'ai eu l'impression que j'étais en mesure de faire tout ce que j'avais à faire
44. J'ai eu l'impression qu'il n'y avait rien d'intéressant ou d'amusant à faire
45. J'ai ressenti(e) une douleur dans la poitrine
46. J'ai eu très envie de parler
47. J'ai eu une sensation d'échec
48. J'ai réagi de manière différente d'un jour à l'autre face à une même situation
49. J'étais fier(e) de moi
50. Je me suis senti(e) très agité(e)
51. J'ai eu du mal à m'endormir
52. J'ai ressenti des vertiges ou des étourdissements
53. Je me suis senti(e) peu attirant(e)
54. Je me suis senti(e) l'esprit très clair
55. J'ai eu le souffle court
56. Je me suis senti(e) ramolli(e) ou fatigué(e)
57. J'ai eu les mains qui tremblaient
58. Je me suis senti(e) vraiment en forme ou plein d'entrain
59. J'étais incapable de me détendre
60. J'ai eu envi(e) d'être seul(e)
61. J'ai eu l'impression que j'étouffais
62. J'étais d'humeur à rire facilement
63. J'ai eu l'estomac dérangé
64. Je me suis senti(e) inférieur(e) aux autres
65. J'ai eu une boule dans la gorge
66. Je me suis senti(e) vraiment ralenti(e)
67. J'ai eu la bouche très sèche
68. J'ai eu confiance en moi
69. J'ai eu les muscles qui tremblaient ou qui tressautaient
70. J'ai eu du mal à prendre des décisions
71. J'ai eu l'impression que je devenais fou (folle)
72. Je me suis senti(e) plein d'énergie
73. J'ai craint d'être sur le point de mourir
74. J'étais déçu(e) par moi-même
75. Mon coeur battait très vite ou s'emballait
76. J'ai eu du mal à me concentrer
77. Je me suis senti(e) tendu(e) ou nerveux(se)
78. Je me suis senti(e) confiant(e) dans l'avenir
79. Je tremblais ou j'avais des secousses

80. J'ai eu du mal à fixer mon attention
81. J'ai eu les muscles tendus ou douloureux
82. Je me suis senti(e) surexcité(e), les nerfs à vif
83. Je me suis réveillé(e) souvent, sans raison
84. Je me suis inquiété(e) beaucoup
85. J'ai eu besoin d'uriner souvent
86. Je me suis vraiment senti(e) bien dans ma peau
87. J'ai eu du mal à avaler
88. J'ai eu les mains froides ou moites
89. J'ai eu des pensées de mort ou de suicide
90. Je me suis senti(e) vite fatigué(e) ou las(se)