

IDAS (Inventory of Depression and Anxiety Symptoms) Met toestemming van de auteur

Engelstalige versie uit:

Bron: Watson, D., O'Hara, M.W., Simms, L.J., Kotov, R., Chmielewski, M., McDade-Montez, E.A., Gamez, W., & Stuart, S. (2007). Development and Validation of the Inventory of Depression and Anxiety Symptoms (IDAS). *Psychological Assessment, 19(3)*, 253-268.

IDAS (Inventory of Depression and Anxiety Symptoms)

Below is a list of feelings, sensations, problems, and experiences that people sometimes have. Read each item to determine how well it describes your recent feelings and experiences. Then select the option that best describes **how much** you have felt or experienced things this way **during the past two weeks, including today**. Use this scale when answering:

1	2	3	4	5
Not at all	A little bit	Moderately	Quite a bit	Extremely

- | | |
|--|--|
| _____ 1. I was proud of myself | _____ 18. I thought a lot about food |
| _____ 2. I felt exhausted | _____ 19. I did not feel much like eating |
| _____ 3. I felt depressed | _____ 20. I ate when I wasn't hungry |
| _____ 4. I felt inadequate | _____ 21. I felt optimistic |
| _____ 5. I slept less than usual | _____ 22. I ate more than usual |
| _____ 6. I felt fidgety, restless | _____ 23. I felt that I had accomplished a lot |
| _____ 7. I had thoughts of suicide | _____ 24. I looked forward to things with
enjoyment |
| _____ 8. I slept more than usual | _____ 25. I was furious |
| _____ 9. I hurt myself purposely | _____ 26. I felt hopeful about the future |
| _____ 10. I slept very poorly | _____ 27. I felt that I had a lot to look forward
to |
| _____ 11. I blamed myself for things | _____ 28. I felt like breaking things |
| _____ 12. I had trouble falling asleep | _____ 29. I had disturbing thoughts of
something bad that happened to
me |
| _____ 13. I felt discouraged about things | _____ 30. Little things made me mad |
| _____ 14. I thought about my own death | |
| _____ 15. I thought about hurting myself | |
| _____ 16. I did not have much of an appetite | |
| _____ 17. I felt like eating less than usual | |

- _____ 31. I felt enraged
- _____ 32. I had nightmares that reminded me
of something bad that happened
- _____ 33. I lost my temper and yelled at
people
- _____ 34. I felt like I had a lot of interesting
things to do
- _____ 38. I felt a pain in my chest
- _____ 39. I was worried about embarrassing
myself socially
- _____ 40. I felt dizzy or light headed
- _____ 41. I cut or burned myself on purpose
- _____ 42. I had little interest in my usual
hobbies or activities
- _____ 43. I thought that the world would be
better off without me
- _____ 44. I felt much worse in the morning
than later in the day
- _____ 45. I felt drowsy, sleepy
- _____ 46. I woke up early and could not get
back to sleep
- _____ 47. I had trouble concentrating
- _____ 48. I had trouble making up my mind
- _____ 49. I talked more slowly than usual
- _____ 50. I had trouble waking up in the
morning
- _____ 51. I found myself worrying all the
time
- _____ 35. I felt like I had a lot of energy
- _____ 36. I had memories of something scary
that happened
- _____ 37. I felt self-conscious knowing that
others were watching me
- _____ 52. I woke up frequently during the
night
- _____ 53. It took a lot of effort for me to get
going
- _____ 54. I woke up much earlier than usual
- _____ 55. I was trembling or shaking
- _____ 56. I became anxious in a crowded
public setting
- _____ 57. I felt faint
- _____ 58. I found it difficult to make eye
contact with people
- _____ 59. My heart was racing or pounding
- _____ 60. I got upset thinking about
something bad that happened
- _____ 61. I found it difficult to talk with
people I did not know well
- _____ 62. I had a very dry mouth
- _____ 63. I was short of breath
- _____ 64. I felt like I was choking

Composition of the IDAS Scales

#37, #39, #56, #58, #61

GENERAL DEPRESSION

#2, #3, #4, #6, #7, #10, #11, #12, #13,
#15, #16, #17, #24*, #35*, #42, #47,
#48, #49, #51, #53

*reverse-keyed item

PANIC

#38, #40, #55, #57, #59, #62, #63, #64

TRAUMATIC INTRUSIONS

#29, #32, #36, #60

DYSPHORIA

#3, #4, #6, #11, #13, #42, #47, #48,
#49, #51

LASSITUDE

#2, #8, #44, #45, #50, #53

INSOMNIA

#5, #10, #12, #46, #52, #54

SUICIDALITY

#7, #9, #14, #15, #41, #43

APPETITE LOSS

#16, #17, #19

APPETITE GAIN

#18, #20, #22

ILL TEMPER

#25, #28, #30, #31, #33

WELL-BEING

#1, #21, #23, #24, #26, #27, #34, #35

SOCIAL ANXIETY

IDAS (Inventory of Depression and Anxiety Symptoms) Met toestemming van de auteur

Niet gevalideerde Franstalige vertaling.

Bron: Watson, D., O'Hara, M.W., Simms, L.J., Kotov, R., Chmielewski, M., McDade-Montez, E.A., Gamez, W., & Stuart, S. (2007). Development and Validation of the Inventory of Depression and Anxiety Symptoms (IDAS). *Psychological Assessment*, 19(3), 253-268.

IDAS (Inventory of Depression and Anxiety Symptoms)

Ci-dessous se trouve une liste de sentiments, de sensations, de problèmes et d'expériences que les gens ont parfois. Lisez chaque item afin de déterminer à quel point cela décrit vos sentiments et expériences récents. Ensuite sélectionnez l'option qui décrit le mieux à quel point vous avez ressenti ou expérimenté ce genre de choses au cours des deux semaines écoulées, aujourd'hui inclus. Utilisez cette échelle lorsque vous répondez:

1	2	3	4	5
Pas du tout	Un peu	Modérément	Assez fort	Intensément

- | | |
|---|---|
| _____ 1. J'étais fier(e) de moi | _____ 13. Je me suis senti(e) découragé(e) à propos de choses |
| _____ 2. Je me suis senti(e) épuisé(e) | _____ 14. J'ai pensé à ma propre mort |
| _____ 3. Je me suis senti(e) déprimé(e) | _____ 15. J'ai pensé à me faire du mal |
| _____ 4. Je me suis senti(e) incapable | _____ 16. Je n'avais pas beaucoup d'appétit |
| _____ 5. J'ai moins dormi que d'habitude | _____ 17. J'ai eu l'impression de manger moins que d'habitude |
| _____ 6. Je me suis senti(e) nerveux(-se), agité(e) | _____ 18. J'ai beaucoup pensé à la nourriture |
| _____ 7. J'ai eu des pensées suicidaires | _____ 19. Je n'avais pas très envie de manger |
| _____ 8. J'ai plus dormi que d'habitude | _____ 20. Je mangeais alors que je n'avais pas faim |
| _____ 9. Je me suis blessé(e) délibérément | _____ 21. Je me suis senti(e) optimiste |
| _____ 10. J'ai très mal dormi | _____ 22. J'ai mangé plus que d'habitude |
| _____ 11. Je me suis blâmé(e) pour des choses | _____ 23. J'ai ressenti que j'avais fait beaucoup de choses |
| _____ 12. J'ai eu du mal à m'endormir | |

- _____ 24. J'ai envisagé des choses plaisantes
- _____ 25. J'étais furieux(-se)
- _____ 26. Je me suis senti(e) plein(e) d'espoir envers l'avenir
- _____ 27. Je sentais que j'avais beaucoup à attendre du futur
- _____ 28. J'ai eu la sensation de casser des choses
- _____ 29. J'ai eu des pensées troublantes concernant des mauvaises choses qui m'étaient arrivé(e)s
- _____ 30. Des petites choses me rendaient fou (folle)
- _____ 31. J'étais en colère
- _____ 32. J'avais des cauchemars qui me rappelaient quelque chose de mal qui est arrivé
- _____ 33. J'ai perdu mon sang-froid et j'ai crié sur des gens
- _____ 34. J'ai eu la sensation d'avoir plein de choses intéressantes à faire
- _____ 35. J'ai eu la sensation d'avoir beaucoup d'énergie
- _____ 36. Je me suis souvenu(e) de quelque chose d'effrayant qui est arrivé
- _____ 37. Je me sentais gêné(e) sachant que d'autres me regardaient
- _____ 38. J'ai ressenti une douleur dans la poitrine
- _____ 39. J'étais inquiet(e) à l'idée de m'embarrasser moi-même en public
- _____ 40. Je me suis senti(e) écerelé(e) ou légèrement étourdi(e)
- _____ 41. Je me suis coupé(e) ou brûlé(e) moi-même volontairement
- _____ 42. J'avais peu d'intérêt dans mes hobbies ou activités habituelles
- _____ 43. J'ai pensé que le monde serait mieux sans moi
- _____ 44. Je me sentais moins bien le matin que plus tard dans la journée
- _____ 45. Je me suis senti(e) assoupi(e), somnolent(e)
- _____ 46. Je me réveillais tôt et ne pouvais me rendormir
- _____ 47. Je n'arrivais pas à me concentrer
- _____ 48. J'ai eu du mal à me décider
- _____ 49. J'ai parlé plus lentement que d'habitude
- _____ 50. J'avais du mal à me réveiller le matin
- _____ 51. Je me suis trouvé(e) inquiet(e) tout le temps
- _____ 52. Je me réveillais fréquemment pendant la nuit
- _____ 53. Cela m'a pris beaucoup d'effort pour faire quelque chose
- _____ 54. Je me réveillais plus tôt que d'habitude

_____ 55. Je tremblais ou j'étais agité(e)

_____ 56. Je devenais anxieux(-se) dans un
endroit public bondé

_____ 57. Je me sentais faible

_____ 58. J'ai trouvé difficile d'avoir un
contact visuel avec les gens

_____ 59. Mon cœur battait la chamade ou
martelait

_____ 60. J'étais bouleversé(e) en pensant à
quelque chose de mal qui est arrivé

_____ 61. J'ai trouvé ça difficile de parler avec
des gens que je ne connaissais pas bien

_____ 62. J'avais la bouche très sèche

_____ 63. J'étais à bout de souffle

_____ 64. J'ai eu l'impression d'étouffer

Composition du IDAS

DÉPRESSION GÉNÉRALE

#2, #3, #4, #6, #7, #10, #11, #12, #13, #15, #16, #17, #24*, #35*, #42, #47, #48,
#49, #51, #53

* items inversés

DYSPHORIE

#3, #4, #6, #11, #13, #42, #47, #48, #49, #51

LASSITUDE

#2, #8, #44, #45, #50, #53

INSOMNIE

#5, #10, #12, #46, #52, #54

SUICIDE

#7, #9, #14, #15, #41, #43

PERTE D'APPÉTIT

#16, #17, #19

GAIN D'APPÉTIT

#18, #20, #22

MAUVAISE HUMEUR

#25, #28, #30, #31, #33

BIEN-ÊTRE

#1, #21, #23, #24, #26, #27, #34, #35

ANXIÉTÉ SOCIALE

#37, #39, #56, #58, #61

PANIQUE

#38, #40, #55, #57, #59, #62, #63, #64

INTRUSIONS TRAUMATIQUES

#29, #32, #36, #60

IDAS (Inventory of Depression and Anxiety Symptoms) Met toestemming van de auteur

Niet gevalideerde Nederlandstalige vertaling.

Bron: Watson, D., O'Hara, M.W., Simms, L.J., Kotov, R., Chmielewski, M., McDade-Montez, E.A., Gamez, W., & Stuart, S. (2007). Development and Validation of the Inventory of Depression and Anxiety Symptoms (IDAS). *Psychological Assessment, 19(3)*, 253-268.

IDAS (Inventory of Depression and Anxiety Symptoms)

Hier staat een lijst met gevoelens, ervaringen, problemen en sensaties die mensen soms hebben. Lees elk item om te bepalen hoe goed het je recente gevoelens en ervaringen beschrijft. Selecteer dan de optie die het best beschrijft **hoe vaak** je dit zo gevoeld of ervaren hebt **tijdens de voorbije twee weken, vandaag inbegrepen**. Gebruik deze schaal bij het beantwoorden:

1	2	3	4	5
Helemaal niet	een beetje, af en toe	matig	redelijk veel	zeer veel

- | | |
|---|---|
| _____ 1. Ik was trots op mezelf | _____ 17. Ik had minder zin om te eten dan gewoonlijk |
| _____ 2. Ik voelde me uitgeput | _____ 18. Ik dacht veel aan eten |
| _____ 3. Ik voelde me depressief | _____ 19. Ik had niet vaak zin om te eten |
| _____ 4. Ik voelde me ontoereikend | _____ 20. Ik at als ik geen honger had |
| _____ 5. Ik sliep minder dan gewoonlijk | _____ 21. Ik voelde me optimistisch |
| _____ 6. Ik voelde me rusteloos | _____ 22. Ik at meer dan gewoonlijk |
| _____ 7. Ik had zelfmoordgedachten | _____ 23. Ik voelde dat ik veel bereikt had |
| _____ 8. Ik sliep meer dan gewoonlijk | _____ 24. Ik keek met plezier uit naar dingen |
| _____ 9. Ik deed mezelf opzettelijk pijn | _____ 25. Ik was razend kwaad |
| _____ 10. Ik sliep zeer slecht | _____ 26. Ik was hoopvol over de toekomst |
| _____ 11. Ik nam mezelf dingen kwalijk | _____ 27. Ik had het gevoel dat er veel was om naar uit te kijken |
| _____ 12. Ik had moeite om in slaap te vallen | _____ 28. Ik had zin om dingen stuk te maken |
| _____ 13. Ik voelde me ontmoedigd | _____ 29. Ik had storende gedachten over slechte dingen die me overkwamen |
| _____ 14. Ik dacht aan mijn eigen dood | |
| _____ 15. Ik dacht aan mezelf pijnigen | |
| _____ 16. Ik had weinig eetlust | |

- _____ 30. Kleine zaken maakten me kwaad
- _____ 31. Ik was woedend
- _____ 32. Ik had nachtmerries over slechte dingen die me overkwamen
- _____ 33. Ik verloor mijn kalmte en schreeuwde tegen mensen
- _____ 34. Ik had het gevoel dat ik veel boeiende dingen te doen had
- _____ 35. Ik voelde me energiek
- _____ 36. Ik had herinneringen aan akelige dingen die me overkwamen
- _____ 37. Ik was me zeer bewust van het feit dat anderen me bekeken
- _____ 38. Ik voelde pijn in mijn borst
- _____ 39. Ik maakte me zorgen om mezelf voor schut te zetten
- _____ 40. Ik voelde me duizelig of licht in het hoofd
- _____ 41. Ik sneed of verbrandde mezelf opzettelijk
- _____ 42. Ik had weinig interesse in mijn gewoonlijke hobby's of activiteiten
- _____ 43. Ik dacht dat de wereld beter af zou zijn zonder mij
- _____ 44. Ik voelde me veel slechter 's morgens dan later op de dag
- _____ 45. Ik was slaperig
- _____ 46. Ik werd vroeg wakker en kon niet opnieuw in slap geraken
- _____ 47. Ik had moeite om me te concentreren
- _____ 48. Ik had moeite met beslissingen nemen
- _____ 49. Ik sprak langzamer dan gewoonlijk
- _____ 50. Ik had 's morgens moeite met opstaan
- _____ 51. Ik maakte me voortdurend zorgen
- _____ 52. Ik werd vaak wakker tijdens de nacht
- _____ 53. Het kostte me veel moeite om op gang te komen
- _____ 54. Ik werd veel vroeger wakker dan gewoonlijk
- _____ 55. Ik trilde
- _____ 56. Ik werd angstig op een drukke publieke plaats
- _____ 57. Ik voelde me flauw
- _____ 58. Ik had moeite met het maken van oogcontact
- _____ 59. Mijn hart racete of dreunde
- _____ 60. Ik geraakte overstuur door te denken aan slechte dingen die me overkomen waren
- _____ 61. Ik had moeite om te praten met mensen die ik niet goed kende
- _____ 62. Ik had een zeer droge mond
- _____ 63. Ik was kortademig
- _____ 64. Ik had het gevoel te stikken

Samenstelling van de IDAS

ALGEMENE DEPRESSIE

#2, #3, #4, #6, #7, #10, #11, #12, #13, #15, #16, #17, #24*, #35*, #42, #47, #48, #49, #51, #53

* inverse items

DYSFORIE

#3, #4, #6, #11, #13, #42, #47, #48, #49, #51

VERMOEIDHEID

#2, #8, #44, #45, #50, #53

INSOMNIE

#5, #10, #12, #46, #52, #54

SUICIDE

#7, #9, #14, #15, #41, #43

VERLIES VAN EETLUST

#16, #17, #19

TOENAME VAN EETLUST

#18, #20, #22

SLECHT HUMEUR

#25, #28, #30, #31, #33

WELZIJN

#1, #21, #23, #24, #26, #27, #34, #35

SOCIALE ANGST

#37, #39, #56, #58, #61

PANIEK

#38, #40, #55, #57, #59, #62, #63, #64

TRAUMATISCHE GEDACHTEN

#29, #32, #36, #60