

# 功能失调态度量表

（Dysfunctional Attitudes Scale，DAS）

编号\_\_\_\_\_ 姓名\_\_\_\_\_ 性别\_\_\_\_ 年龄\_\_\_\_ 测验日期 2011-06-03

以下所列的是人们经常所持有的不同态度或信念。仔细阅读每句话，采用如下的评分标准，判断大部分情况下你在多大的程度上同意或反对这些观点。

- ①完全反对
- ②非常反对
- ③有点反对
- ④既不同意也不反对（中立）
- ⑤有点同意
- ⑥非常同意
- ⑦完全同意

| 项目                                | 完全反对 | 非常反对 | 有点反对 | 中立 | 有点同意 | 非常同意 | 完全同意 |
|-----------------------------------|------|------|------|----|------|------|------|
| 1. 人一定要相貌好看、聪明、富有、有创造性，否则很难感到快乐   | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 2. 与其讲快乐是别人对我的感觉，还不如讲快乐是我对于自身的态度  | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 3. 如果我犯错了，人们就可能对我有不好的评价           | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 4. 如果我不能总做得很好，人们就不会尊重我            | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 5. 即使冒小的风险也是很愚蠢的，因为不成功就是一场灾难      | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 6. 一个人即使没有在任何方面具备特别的天赋，也可能获得他人的尊重 | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 7. 除非我所认识的人大部分都欣赏我，否则我无法感到快乐      | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |

| 项目  | 完全反对 | 非常反对 | 有点反对 | 中立 | 有点同意 | 非常同意 | 完全同意 |
|---|------|------|------|----|------|------|------|
| 8. 向别人求助是软弱的一个标志                          | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 9. 如果我不能做得与别人一样出色，那就意味着我的能力比别人差           | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 10. 如果我工作失败，那我做人也就很失败                     | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 11. 如果你不能把某件事情做好，那么做这件事也就没有必要了            | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 12. 犯错也是一件好事，因为我可以从中学到知识                  | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 13. 假如有人不赞同我的意见，那可能表明他 / 她不喜欢我            | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 14. 假如我在某方面失败了，那与彻底失败一样的糟糕                | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 15. 如果别人了解了真正的你，他们对你的评价就会变差               | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 16. 如果我爱的人不喜欢我，那我是没价值的                    | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 17. 无论结果如何，我们都可以从活动中获得快乐                  | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 18. 人们应该对事情成功的可能性有一个合理的把握，才能着手办某件事        | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 19. 我的人生价值观在很大程度上取决于其他人是如何看待我的            | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 20. 如果我不为自己设定一个最高标准，那么我可能最终沦落为二流的人        | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 21. 如果我要成为一个有价值的人，那我就必须至少在某一重要领域上有真正出色的表现 | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 22. 有好主意的人要比那些毫无建议的人要更有价值                 | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 23. 如果我犯错了，我一定会感到心烦意乱的                    | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 24. 我对自己的看法比其他人对我的看法更重要                   | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 25. 要成为一个优秀的、有道德的、有价值的人，我就必须帮助那些需要帮助的人    | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 26. 假如我向别人请教，那会显得我不如别人                    | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |

| 项目                               | 完全反对 | 非常反对 | 有点反对 | 中立 | 有点同意 | 非常同意 | 完全同意 |
|----------------------------------|------|------|------|----|------|------|------|
| 27. 如果你所重视的人不赞同你的意见，那是非常糟糕的      | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 28. 如果除了你自己，没有人可以给你依靠，那你一定会悲伤难过的 | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 29. 我不用苛刻地鞭策自己，也可以实现我人生的重要目标     | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 30. 一个人受到谴责却不感到苦恼不安，这是可能的        | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 31. 我无法相信别人，因为他们可能会冷酷地对待我        | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 32. 如果别人不喜欢你，你是不会快乐的             | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 33. 为了取悦他人，你最好放弃你自己的利益           | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 34. 我的快乐更多地取决于别人，而不是自己           | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 35. 我不一定要获得别人的认同才能感到快乐           | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 36. 人如果回避困难，那困难就可能会逐渐消失          | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 37. 即使错过了生命中很多美好的事物，我仍然可以感到快乐    | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 38. 别人是如何看待我的，这于我来讲是非常重要的        | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 39. 被别人孤立，这一定会导致出现不愉快的情绪         | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |
| 40. 即使其他人不爱我，我也能找到快乐             | ①    | ②    | ③    | ④  | ⑤    | ⑥    | ⑦    |

摘自 蔡琳 硕士学位论文《大学生功能失调性态度对抑郁症状预测作用的追踪研究》

#### DAS 记分方法以及因子结构

DAS 可归纳为八个因子结构，分别为：

脆弱性（D1）3. 8. 15. 17.18 、吸引和排斥（D2）16. 31. 32. 39. 40、完美化（D3）1. 11. 14. 20 .23.、强制性（D4）5. 13. 25. 30. 36.、寻求赞许（D5）19. 27.

33. 34. 35.、依赖性（D6）7. 24. 26. 28. 38.、自主性态度（D7）4. 9. 10. 21. 22.、认知哲学 （D8）2. 6. 12. 29. 37 。

正常人群中获得的 DAS 均数（≤ 130 分）作为标准。

采用反向记分的条目有 2.6.12.18.24.29.30.35.37.40 共 10 个条目分数越高，认知障碍越严重。药物治疗后患者 DAS 的评分虽较治疗前有所降低，但仍较正常人高，故提示功能失调性状况是特征性表现。

功能失调性状况评定量表( DAS) 在抑郁症中的初步应用 中国神经精神疾病杂志 1998 年第 24 卷第 5 期 290～292