

Inwentarz lęku Becka (BAI)

BAI to kwestionariusz samoopisowy służący do pomiaru nasilenia lęku u dorosłych. Jest często stosowany w praktyce klinicznej do oceny zmian nasilenia lęku w czasie lub skuteczności interwencji. Odróżnia lęk od depresji, koncentrując się głównie na somatycznych i subiektywnych objawach lęku.

Liczba pytań	21 pytań
Szacowany czas	10 minut
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Beck Anxiety Inventory
Grupa docelowa	Dorośli
Autorzy	Aaron T. Beck, Robert A. Steer (1988)
Kategoria	Lęk

Podgląd 21 pytań

Drętwienie lub mrowienie

Wcale | Trochę | Umiarkowanie | Bardzo

Uderzenia gorąca

Wcale | Trochę | Umiarkowanie | Bardzo

„Nogi jak z waty", drżenie nóg

Wcale | Trochę | Umiarkowanie | Bardzo

Niemożność odprężenia się

Wcale | Trochę | Umiarkowanie | Bardzo

Obawa, że wydarzy się najgorsze

Wcale | Trochę | Umiarkowanie | Bardzo

Obliczanie wyników i interpretacja

Każdą pozycję punktuje się od 0 do 3 według nasilenia odczuwanego w ciągu ostatniego tygodnia. Wynik całkowity mieści się w zakresie od 0 do 63: 0—7 = lęk minimalny, 8—15 = lęk łagodny, 16—25 = lęk umiarkowany, 26—63 = lęk ciężki.

Korzystanie

To narzędzie nie jest dostępne na platformie Mentaal. Aby korzystać z tego kwestionariusza w swojej praktyce, musisz mieć ważną licencję. Zachęcamy do wysłania go bezpośrednio ze strony wydawcy.

Przejdź na stronę wydawcy