

## **BAI – Beck Anxiety Inventory**

Симптомы тревожности

Имя пациента \_\_\_\_\_

Идентификационный номер (туннус) \_\_\_\_\_

Номер исследования \_\_\_\_\_

Проводящий исследование \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

Сумма баллов \_\_\_\_\_

Ниже перечислены ощущения, которые могут возникать, когда человек переживает тревожность. Обведите кружком номер в соответствии с тем, насколько сильно вас беспокоило данное ощущение на протяжении последней недели.

1 – не беспокоило, 1 – как обычно, 2 – не очень сильно (неприятно, но я справляюсь), 3 – очень сильно

1. Нечувствительность или покалывания	0	1	2	3
2. Ощущение жара	0	1	2	3
3. Слабость в коленях/ногах	0	1	2	3
4. Невозможность расслабиться	0	1	2	3
5. Боязнь неприятностей	0	1	2	3
6. Головокружение или заторможенность	0	1	2	3
7. Учащенное сердцебиение	0	1	2	3
8. Пошатывание	0	1	2	3
9. Ужас, страх	0	1	2	3
10. Нервозность	0	1	2	3
11. Ощущение удушья	0	1	2	3
12. Дрожь в руках	0	1	2	3
13. Дрожь в других частях тела	0	1	2	3
14. Страх, что не можешь себя контролировать	0	1	2	3
15. Одышка	0	1	2	3
16. Страх смерти	0	1	2	3
17. Уязвимость, боязнь	0	1	2	3
18. Расстройства желудка или пищеварения	0	1	2	3

19. Слабость	0	1	2	3
20. Покраснение лица	0	1	2	3
21. Потливость (не по причине перегрева)	0	1	2	3

**Итоги:**

Баллы	Степень тревожности
0-7	нормальная
8-15	легкая
16-25	средняя
26-63	тяжелая