Результаты

BAI — Незначительный уровень тревоги

Низкая тревожность. Отличная вещь! (если вы были реалистичны в своей оценке)

Слишком низкая тревога может указывать на то, что вы оторваны от себя, других или своего окружения.

Результаты

BAI — Средняя выраженность тревоги

• 22-35 баллов — Средняя выраженность тревоги

Предрасположенность к восприятию широкого круга ситуаций как

угрожающих своей самооценке, престижу, самоуважению или жизнедеятельности.

Склонность реагировать на такие ситуации состоянием тревоги.

Чувствительность в отношении тех негативных событий или неудач которые предположительно могут случиться или произойти.

Результаты

BAI — Очень высокая тревога

• более 36 баллов — Очень высокая тревога

Это потенциальная причина для беспокойства.

Стоит задуматься — в каких обстоятельствах, как и когда проявляются эти симптомы.

Постоянное и сильное беспокойство не является признаком личной слабости или неудачи. Однако такой высокий уровень тревоги требует не просто вашего внимания, такое состояние стоит проактивно лечить. (Иначе это может иметь значительные последствия для вас, и умственно и физически.) Если накал чувств сохраняется, стоит обратиться к врачу или психологу.

Обработка результатов. Показатель по каждой категории рассчитывается следующим образом: каждый пункт шкалы оценивается от 0 до 3 в соответствии с нарастанием тяжести симптома. Суммарный балл составляет от 0 до 63 и снижается в соответствии с улучшением состояния. Интерпретация (ключ) теста Бека.

Результаты теста интерпретируются следующим образом:

0-9 — отсутствие депрессивных симптомов

10-15 — легкая депрессия (субдепрессия)

16-19 — умеренная депрессия

20-29 — выраженная депрессия (средней тяжести)

30-63 — тяжёлая депрессия

Также в методике выделяются две субшкалы: Пункты 1-13 - когнитивно-аффективная субшкала (C-A) Пункты 14-21 - субшкала соматических проявлений депрессии (S-P)  
Источник: <https://psycabi.net/testy/592-shkala-test-oprosnik-depressii-beka-kognitivnaya-terapiya-beka-ili-kak-vyjti-iz-depressii>