UCLA-LS

Scala della solitudine UCLA (UCLA-LS)

La UCLA Loneliness Scale è un questionario di autovalutazione che permette di valutare il livello soggettivo di solitudine percepito da una persona. È ampiamente utilizzata in psicologia per esplorare l'isolamento sociale percepito e il senso di esclusione, soprattutto negli adulti e negli adolescenti.

Numero di domande	20 domande
Durata stimata	10 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	UCLA Loneliness Scale
Destinatari	Adulti, adolescenti
Autori	Daniel W. Russell, Letitia A. Peplau, Mary L. Ferguson (1978)
Categoria	Generale

Anteprima delle 20 domande

Sono infelice di fare così tante cose da solo/a.

Mi sento spesso così | Mi sento a volte così | Mi sento raramente così | Non mi sento mai così

Non ho nessuno con cui parlare.

Mi sento spesso così | Mi sento a volte così | Mi sento raramente così | Non mi sento mai così

Non riesco a sopportare di essere così solo/a.

Mi sento spesso così | Mi sento a volte così | Mi sento raramente così | Non mi sento mai così

Mi manca la compagnia.

Mi sento spesso così | Mi sento a volte così | Mi sento raramente così | Non mi sento mai così

Ho la sensazione che nessuno mi capisca davvero.

Mi sento spesso così | Mi sento a volte così | Mi sento raramente così | Non mi sento mai così

Scoring e interpretazione

Ogni item è valutato da 1 a 4 in base alla frequenza con cui si prova la sensazione descritta (Mai, Raramente, A volte, Spesso). Le risposte vengono sommate per ottenere un punteggio totale (dopo l'inversione di alcuni item). Punteggi più alti indicano un maggiore senso di solitudine.