

Eenzaamheidsschaal van de UCLA (UCLA-LS)

De Eenzaamheidsschaal van de UCLA is een zelfrapportagevragenlijst om de subjectieve mate van eenzaamheid die iemand ervaart te beoordelen. De schaal wordt in de psychologie veel gebruikt om ervaren sociaal isolement en gevoelens van uitsluiting te verkennen, vooral bij volwassenen en adolescenten.

Aantal vragen	20 vragen
Geschatte duur	10 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	UCLA Loneliness Scale
Doelgroep	Volwassenen, adolescenten
Auteurs	Daniel W. Russell, Letitia A. Peplau, Mary L. Ferguson (1978)
Categorie	Algemeen

Voorbeeld van de 20 vragen

Ik ben ongelukkig omdat ik zoveel dingen alleen doe.

Zo voel ik me vaak | Zo voel ik me soms | Zo voel ik me zelden | Zo voel ik me nooit

Ik heb niemand om mee te praten.

Zo voel ik me vaak | Zo voel ik me soms | Zo voel ik me zelden | Zo voel ik me nooit

Ik kan het niet verdragen om zo alleen te zijn.

Zo voel ik me vaak | Zo voel ik me soms | Zo voel ik me zelden | Zo voel ik me nooit

Het ontbreekt me aan gezelschap.

Zo voel ik me vaak | Zo voel ik me soms | Zo voel ik me zelden | Zo voel ik me nooit

Ik heb het gevoel dat niemand me echt begrijpt.

Zo voel ik me vaak | Zo voel ik me soms | Zo voel ik me zelden | Zo voel ik me nooit

Neem je vragenlijsten online af

Stuur je patiënt een link: die antwoordt via telefoon of computer, en jij ontvangt de gescoorde resultaten per e-mail.

Bekijk de vragenlijst op mentaal.org ›

Scoring en interpretatie

Elk item wordt gescoord van 1 tot 4, afhankelijk van hoe vaak het gevoel voorkomt (Nooit, Zelden, Soms, Vaak). De antwoorden worden opgeteld tot een totaalscore (na omkering van bepaalde items). Hogere scores wijzen op een sterker gevoel van eenzaamheid.

Ben je psycholoog?

Met Mentaal krijg je relevante informatie om je patiënten te begeleiden.

- Gestandaardiseerde tests
- Automatische scoring
- Resultaten per e-mail

Probeer het gratis | Bekijk alle vragenlijsten

★★★★★

“De automatische scoring bespaart me enorm veel tijd en mijn patiënten zijn veel eerder bereid om de vragenlijsten in te vullen.”

Samia T. - Online psycholoog