UCLA-LS

Escala de solidão da UCLA (UCLA-LS)

A Escala de solidão da UCLA é um questionário de autorresposta que permite avaliar o nível subjetivo de solidão sentido por uma pessoa. É amplamente utilizada em psicologia para explorar o isolamento social percebido e os sentimentos de exclusão, sobretudo em adultos e adolescentes.

Número de perguntas	20 perguntas
Duração estimada	10 minutos
Idioma	Português
Nome original	UCLA Loneliness Scale
Público-alvo	Adultos, adolescentes
Autores	Daniel W. Russell, Letitia A. Peplau, Mary L. Ferguson (1978)
Categoria	Geral

Pré-visualização das 20 perguntas

Sente-se infeliz por fazer muitas coisas sozinho/a

Frequentemente | Algumas vezes | Raramente | Nunca

Sente que não tem alguém com quem falar

Frequentemente | Algumas vezes | Raramente | Nunca

Sente que é insuportável estar só

Frequentemente | Algumas vezes | Raramente | Nunca

Sente que tem falta de companhia

Frequentemente | Algumas vezes | Raramente | Nunca

Sente-se como se realmente ninguém o/a compreendesse

Frequentemente | Algumas vezes | Raramente | Nunca

Cotação e interpretação

Cada item é cotado de 1 a 4 de acordo com a frequência com que o sentimento é vivido (Nunca, Raramente, Às vezes, Frequentemente). As respostas são somadas para obter uma pontuação total (depois de inverter a cotação de alguns itens). Pontuações mais elevadas indicam um sentimento de solidão mais intenso.