



پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

۴) پرسشنامه ی احساس تنهایی (UCLA)

عبارات زیر حالتی را توصیف می کند که یک فرد ممکن است احساس کند. هر عبارت را با دقت بخوانید و با توجه به موارد زیر، گزینه ی که در مورد شما صدق می کند را انتخاب نمایید. برای هر عبارت فقط یک پاسخ انتخاب کنید.

همیشه	گاهی	به ندرت	هرگز	
				۱. آیا احساس می کنید که با افراد دور و برتان سازگار هستید؟
				۲. آیا احساس می کنید که رفیق و همدلی ندارید؟
				۳. آیا احساس می کنید کسی را ندارید تا به او روی بیاورید؟
				۴. آیا احساس می کنید که تنها هستید؟
				۵. آیا خود را جزئی از گروه دوستان احساس می کنید؟
				۶. آیا احساس می کنید که با افراد دور و برتان مسائل و علایق مشترک بسیار زیادی دارید؟
				۷. آیا احساس می کنید به هیچ کس نزدیک نیستید؟
				۸. آیا احساس می کنید که با افراد دور و برتان علایق و افکار مشترکی ندارید؟
				۹. آیا با دیگران راحت می جوشید؟
				۱۰. آیا خودتان را به مردم نزدیک احساس می کنید؟
				۱۱. آیا احساس می کنید که کنار گذاشته شده اید؟
				۱۲. آیا احساس می کنید که روابطتان با دیگران بی معنی است؟

				۱۳. آیا احساس می کنید که هیچ کس از شما واقعا شناخت درستی ندارد؟
				۱۴. آیا احساس می کنید که از دیگران منزوی شده اید؟
				۱۵. آیا احساس می کنید هر وقت که بخواهید، می توانید برای خود هم صحبتی پیدا کنید؟
				۱۶. آیا احساس می کنید کسانی هستند که واقعا شما را درک می کنند؟
				۱۷. آیا احساس کم رویی می کنید؟
				۱۸. آیا احساس می کنید اطرافتان پر از آدم است، اما هیچ کس با شما نیست؟
				۱۹. آیا احساس می کنید کسانی هستند که بتوانید با آنها صحبت کنید؟
				۲۰. آیا احساس می کنید افرادی هستند که بتوانید به آنها روی بیاورید؟