

แบบวัดความรู้สึกว่าเหวี่ยงซีแอลเอ

Revised UCLA Loneliness Scale-Thai version

คำแนะนำ: ข้อความต่อไปนี้เป็นการบรรยายความรู้สึกในบางครั้งของคนเรา โปรดระบุว่าท่านรู้สึกแบบนั้นบ่อยแค่ไหนในแต่ละประโยคต่อไปนี้ ด้วยการเติมตัวเลขลงในช่องว่างข้างหน้า

นี่คือตัวอย่าง

บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกมีความสุข

ถ้าท่านไม่เคยรู้สึกมีความสุขเลย ก็ตอบ "ไม่เคย (1)" ถ้ารู้สึกมีความสุขเป็นประจำก็ตอบ "ประจำ (4)"

ไม่เคย	แทบจะไม่เคย	บางครั้ง	เป็นประจำ
1	2	3	4

- _____ 1. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่า ท่าน "เข้ากัน" กับ คนรอบข้างได้
- _____ 2. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่า ท่านขาดพวกพ้อง
- _____ 3. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่าไม่มีใครที่ท่านหันหน้าไปพึ่งได้
- _____ 4. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกโดดเดี่ยว
- _____ 5. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่าท่านเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มเพื่อน ๆ
- _____ 6. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่าท่านมีอะไรหลายอย่างที่เหมือนกับคนอื่น ๆ รอบข้าง
- _____ 7. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่าท่านไม่รู้สึกใกล้ชิดสนิทสนมกับใครอีกต่อไปแล้ว
- _____ 8. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่าท่านไม่ได้แบ่งปันความสนใจและความคิดของท่านให้คนรอบข้างได้ทราบ
- _____ 9. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกอยากออกไปเที่ยวและผูกมิตรกับคนอื่น
- _____ 10. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกสนิทสนมกับคนอื่น
- _____ 11. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่าถูกทอดทิ้ง
- _____ 12. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่าความสัมพันธ์คนอื่นไม่มีความสำคัญอะไร
- _____ 13. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่าไม่มีใครที่รู้จักท่านดีพอ
- _____ 14. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกถูกตัดขาดจากคนอื่น
- _____ 15. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่าท่านสามารถแสวงความเป็นเพื่อนได้ หากท่านต้องการ
- _____ 16. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่ามีคน que เข้าใจท่านจริง ๆ
- _____ 17. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกขี้อาย
- _____ 18. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่ามีคนรายล้อม แต่ไม่ได้เข้าใจท่าน
- _____ 19. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่ามีคนที่ท่านสามารถพูดคุยด้วยได้
- _____ 20. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่ามีคนที่ท่านหันหน้าไปพึ่งได้