

De korte versie van de eenzaamheidsschaal

De verkorte versie van de eenzaamheidsschaal bevat drie vragen over emotionele eenzaamheid en drie vragen over sociale eenzaamheid.

Emotionele eenzaamheid

Drie uitspraken over *emotionele eenzaamheid*:

"Ik ervaar leegte om me heen"

"Ik mis mensen om me heen"

"Vaak voel ik me in de steek gelaten"

Sociale eenzaamheid

Drie uitspraken over *sociale eenzaamheid*:

"Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen"

"Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen"

"Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel"

Vijf antwoordcategorieën:

Ja! Ja, Min of meer, Nee, Nee!

Een hoge score op de schaal duidt op een hoge mate van eenzaamheid