

## שאלון סקר קצר לזיהוי בדידות

הרבה אנשים בגיל המבוגר חווים בדידות, בגלל כל מיני סיבות  
(למשל: פרישה מהעבודה).

לתחושת הבדידות יכולה להיות השפעה על הבריאות של האדם.  
ברשותך, אני רוצה לשאול אותך כמה שאלות בעניין הזה:

בדרך-כלל כשאתה רוצה להיות בחברת אנשים, האם  
אתה מרגיש שאתה יכול למצוא חברה?



האם יש מספיק אנשים שאתה מרגיש קרוב אליהם?



האם יש אנשים שאתה מרגיש נוח לבקש מהם  
עזרה בכל זמן שאתה צריך?



האם אתה מרוצה מהקשרים שיש לך עם אנשים  
אחרים?



האם אתה מרגיש בודד לעיתים קרובות?



הרחבה של דוגמאות – מיועד לסייע לאיש-המקצוע שמוביל את השיחה  
ושואל את השאלות:

האם את/ה מרוצה מהקשרים שיש לך אנשים אחרים?  
(לדוגמה: האם אתה נפגש עם חברים בתדירות שמספיקה לך?  
משוחח בטלפון עם בני משפחה?  
האם יש לך קשרים טובים וקרובים עם אנשים אחרים?)

האם אתה מרגיש בודד לעיתים קרובות?  
(לפעמים? לעיתים קרובות? רוב הזמן? לעיתים רחוקות?)