

외로움과 사회적 고립 척도

Loneliness and Social Isolation Scale, LSIS

각 문항을 읽고, 최근 한 달간 자신의 상태를 설명하는 항목에 표시해주세요.

1 나는 외롭다고 느낀다.

☐ 거의 그렇지 않다 (0) ☐ 다소 그렇지 않다 (1) ☐ 다소 그렇다 (2) ☐ 매우 그렇다 (3)

2 나는 소외되어 있다고 느낀다.

☐ 거의 그렇지 않다 (0) ☐ 다소 그렇지 않다 (1) ☐ 다소 그렇다 (2) ☐ 매우 그렇다 (3)

3 나는 가족이나 친구들에게 편하게 의지할 수 있다.

☐ 거의 그렇지 않다 (0) ☐ 다소 그렇지 않다 (1) ☐ 다소 그렇다 (2) ☐ 매우 그렇다 (3)

4 나는 일상적인 일에 도움을 줄 수 있는 사람이 있다.

☐ 거의 그렇지 않다 (0) ☐ 다소 그렇지 않다 (1) ☐ 다소 그렇다 (2) ☐ 매우 그렇다 (3)

5 월 1회 이상 사적으로 만나거나 주 1회 이상 연락을 할 정도로 친한 사람은 몇명입니까?(가족, 친척, 친구 포함)

☐ 0명 (3) ☐ 1-2명 (2) ☐ 3-6명 (1) ☐ 7명 이상 (0)

6 친구나 가족과 사적인 연락을 하는 데 하루 중 평균 몇 분 정도를 사용하십니까?(전화, 문자, 카카오톡 등 메시지)

☐ 전혀 안함 (3) ☐ 15분 이하 (2) ☐ 15분-1시간 (1) ☐ 1시간 이상 (0)

고위험
분류

외로움 고위험군

외로움(문항 1, 2)요인의 총합 3점 이상

사회적 고립 고위험군

사회적 지지(문항 3, 4)요인 4점 이상 &
사회적 관계망(문항 5, 6)요인 4점 이상

Notice

☒ 본 자료는 국립정신건강센터 누리집 → 자료실 → 연구소자료실에서 다운로드하여 이용하실 수 있습니다.



보건복지부
국립정신건강센터



한 통의 전화! 따뜻한 연결!

혼자라고 느껴질 때 120으로 전화주세요.
인천이 함께 합니다.



#전화상담 120+9
1899-2579



#카카오톡 채널
'인천 외로움 톡톡'



인천광역시사회서비스원

혹시 이런 마음이 드시나요?



괜찮습니다.

누구나 외로움을 느낄 수 있습니다.

전문 상담사가 언제나 당신의 이야기에 귀 기울이며
필요시 도움을 요청 할 수 있도록
24시간 외로움 상담콜을 운영합니다.

24시간 외로움 상담콜은
이렇게 진행 됩니다.

365일 24시간 상담(전화,채팅)

#전화상담 120+9 또는 1899-2579

#카카오톡 채널 '인천 외로움 톡톡'



시민 누구나 이용 가능



외로움 대화 및 기초상담



개인별 필요 정보 제공 및 서비스 연계



위기상황 발생 시 경찰 등 즉시 협력 대응

