

Deltager ID: \_\_\_\_\_

Dato: \_\_\_\_\_

## ISEL

**Instruktioner:** Denne skala består af en række udsagn, der hver især måske passer eller ikke passer på dig. For hvert udsagn skal du sætte kryds ved ”bestemt sandt”, hvis du er sikker på at det er sandt for dig, og ”sandsynligvis sandt”, hvis du synes det er sandt, men ikke er helt sikker. På samme måde skal du sætte kryds ved ”bestemt falsk”, hvis du er sikker på at det er falsk for dig, og ”sandsynligvis falsk”, hvis du synes det er falsk, men ikke er helt sikker.

**1. Der er flere personer, jeg har tillid til, som ville hjælpe mig med at løse mine problemer.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**2. Hvis jeg havde brug for hjælp til at reparere et apparat eller min bil, så er der nogen som ville hjælpe mig.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**3. De fleste af mine venner er mere interessante end jeg er.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**4. Der er nogen som er stolte over hvad jeg har opnået.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**5. Når jeg føler mig ensom, er der flere personer jeg kan snakke med.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**6. Der er ikke nogen, som jeg føler mig tryk ved at snakke med om intime og personlige problemer.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**7. Jeg mødes eller snakker ofte med familie eller venner.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**8. De fleste som jeg kender har store tanker om mig.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**9. Hvis jeg havde brug for at køre til lufthavnen tidligt om morgenen, ville jeg have svært ved at finde nogen til at tage mig med.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**10. Jeg føler det som om at jeg ikke altid er en del af min vennekreds.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**11. Der er virkelig ikke nogen, som kan give mig en objektiv vurdering af hvordan jeg håndterer mine problemer.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**12. Der er flere forskellige slags personer som jeg nyder at tilbringe tiden med.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**13. Jeg tror at mine venner føler, at jeg ikke er særligt god til at hjælpe dem med at løse deres problemer.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**14. Hvis jeg var syg og havde brug for nogen (ven, familiemedlem, eller bekendt) til at tage mig til lægen, ville jeg have svært ved at finde nogen.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**15. Hvis jeg havde lyst til at tage på en tur en dag (fx til stranden eller på landet), ville jeg have svært ved at finde nogen til at tage med mig.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**16. Hvis jeg havde brug for et sted at bo en uge på grund af en nødsituation (fx hvis vandet eller elektriciteten gik ud i min lejlighed eller hus) kunne jeg nemt finde nogen til at lade mig bo hos dem.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**17. Jeg føler at der ikke er nogen, som jeg kan dele min inderste ængstelse eller frygt med.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**18. Hvis jeg var syg kunne jeg nemt finde nogen at hjælpe mig med mine daglige pligter.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**19. Der er nogen som jeg kan henvende mig til for at få råd om hvordan jeg kan håndtere problemer med min familie.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**20. Jeg er lige så god til at gøre ting som de fleste andre er.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**21. Hvis jeg en eftermiddag beslutter mig for, at jeg gerne vil gå i biografen om aftenen, kan jeg nemt finde nogen til at tage med mig.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**22. Når jeg har brug for råd om hvordan jeg bør håndtere et personligt problem, så kender jeg nogen jeg kan henvende mig til.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**23. Hvis jeg havde brug for et nødlån på 500 kr. er der nogen (ven, slægning, eller bekendt), som jeg kan få det fra.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**24. Generelt har folk ikke så meget tillid til mig.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**25. De fleste folk jeg kender nyder ikke de samme ting som jeg gør.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**26. Der er nogen jeg kan henvende mig til for at få råd om at lægge karriereplaner eller skifte mit job.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**27. Jeg bliver ikke så ofte inviteret til at gøre ting med andre.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**28. De fleste af mine venner har bedre held til at lave ændringer i deres liv end jeg er.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**29. Hvis jeg var nødt til at tage hjemmefra et par uger ville det være svært at finde nogen, som ville holde øje med mit hus eller min lejlighed (blomsterne, kæledyr, have, osv.)**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**30. Der er slet ikke nogen jeg kan stole på til at give mig gode økonomiske råd.**

\_\_\_bestemt falsk (0)\_\_\_ sandsynligvis falsk (1)\_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_bestemt sandt (3)

**31. Hvis jeg ønskede at have frokost med nogen kunne jeg nemt finde nogen at spise sammen med.**

\_\_\_ bestemt falsk (0) \_\_\_ sandsynligvis falsk (1) \_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_ bestemt sandt (3)

**32. Jeg er mere tilfreds med mit liv end de fleste andre folk er med deres liv.**

\_\_\_ bestemt falsk (0) \_\_\_ sandsynligvis falsk (1) \_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_ bestemt sandt (3)

**33. Hvis jeg strandede 15 kilometer hjemmefra, ville der være nogen jeg kunne ringe til og få til at hente mig.**

\_\_\_ bestemt falsk (0) \_\_\_ sandsynligvis falsk (1) \_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_ bestemt sandt (3)

**34. Ingen jeg kender ville holde fødselsdagsfest for mig.**

\_\_\_ bestemt falsk (0) \_\_\_ sandsynligvis falsk (1) \_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_ bestemt sandt (3)

**35. Det ville være svært at finde nogen, som ville låne mig deres bil et par timer.**

\_\_\_ bestemt falsk (0) \_\_\_ sandsynligvis falsk (1) \_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_ bestemt sandt (3)

**36. Hvis der opstod en familiekrise ville det blive svært at finde nogen, som kunne give mig gode råd om hvordan jeg bør håndtere det.**

\_\_\_ bestemt falsk (0) \_\_\_ sandsynligvis falsk (1) \_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_ bestemt sandt (3)

**37. Jeg er tættere på mine venner end de fleste andre folk er til deres venner.**

\_\_\_ bestemt falsk (0) \_\_\_ sandsynligvis falsk (1) \_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_ bestemt sandt (3)

**38. Der er mindst en person jeg kender hvis råd jeg virkelig stoler på.**

\_\_\_ bestemt falsk (0) \_\_\_ sandsynligvis falsk (1) \_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_ bestemt sandt (3)

**39. Hvis jeg havde brug for hjælp til at flytte i ny hus eller lejlighed ville jeg have svært ved at finde nogen til at hjælpe mig.**

\_\_\_ bestemt falsk (0) \_\_\_ sandsynligvis falsk (1) \_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_ bestemt sandt (3)

**40. Jeg har svært ved at holde trit med mine venner.**

\_\_\_ bestemt falsk (0) \_\_\_ sandsynligvis falsk (1) \_\_\_ sandsynligvis sandt (2) \_\_\_ bestemt sandt (3)