

Namn

Datum

Baserat på din nuvarande upplevelse av att leva som kvinna, markera det svar som passar dig bäst	1	2	3	4
1. Folk har svårt att höra mig i ett bullrigt rum	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Jag känner mig orolig när jag vet att jag måste använda min röst.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Min röst gör att jag känner mig mindre kvinnlig än jag önskar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Tonläget i min talröst är för lågt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Tonläget i min röst är opålitligt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Min röst hindrar mig att leva som kvinna	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Jag undviker att använda telefonen på grund av min röst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Jag är spänd när jag talar med andra på grund av min röst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Min röst blir kraxig, hes eller beslöjad när jag försöker tala med kvinnoröst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Min röst gör det svårt för mig att uppfattas som kvinna	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. När jag talar varierar rösläget inte tillräckligt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Jag känner mig obekvämt när jag talar med vänner, grannar och släktingar på grund av min röst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Jag undviker att tala med främmande människor på grund av min röst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Min röst låter onaturlig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Jag måste koncentrera mig för att få min röst att låta som jag vill att den ska låta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Jag känner mig frustrerad när jag försöker ändra min röst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Mina svårigheter med rösten begränsar mitt sociala liv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. När jag inte är uppmärksam sjunker mitt rösläge	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. När jag skrattar låter jag som en man	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Min röst stämmer inte med mitt utseende	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Jag anstränger mig mycket för att få till min röst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Min röst blir fort trött	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Min röst begränsar det sorts arbete jag gör	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Jag känner att min röst inte speglar mitt "sanna jag"	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Jag är mindre utåtriktad på grund av min röst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Jag är känslig för hur främmande människor uppfattar min röst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Jag tappar rösten mitt under tal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Det berör mig illa då jag uppfattas som en man på grund av min röst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Tonomfånget i min talröst är begränsat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Jag känner mig diskriminerad på grund av min röst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Var god ge en övergripande gradering av din röst.

För närvarande är min röst
 Mycket kvinnlig Ganska kvinnlig Könsneutral Ganska manlig Mycket manlig

Min idealröst skulle låta
 Mycket kvinnlig Ganska kvinnlig Könsneutral Ganska manlig Mycket manlig