

# TWVQ

Authorised Polish Translation

## Skala odpowiedzi

1 = nigdy lub rzadko

2 = czasami

3 = często

4 = zazwyczaj lub zawsze

Imię i nazwisko: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_\_

**Proszę zaznaczyć - na podstawie swoich rzeczywistych doświadczeń życiowych jako kobiety - tę odpowiedź, która najlepiej do Ciebie pasuje:**

	1	2	3	4
1. Ludzie mają trudności z usłyszeniem mnie w głośnym pomieszczeniu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Odczuwam niepokój, gdy wiem, że muszę użyć swojego głosu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Mój głos sprawia, że czuję się mniej kobieco, niżbym chciała.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Podczas mówienia wysokość mojego głosu jest zbyt niska.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Wysokość mojego głosu jest nieprzewidywalna.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Mój głos utrudnia mi życie, jakie chciałabym prowadzić jako kobieta.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Ze względu na mój głos unikam używania telefonu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Ze względu na mój głos jestem spięta, gdy rozmawiam z innymi osobami.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Mój głos staje się zachrypnięty, szorstki lub chropawy, gdy próbuję mówić kobiecym głosem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Mój głos sprawia, że trudno zidentyfikować mnie jako kobietę.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Podczas mówienia wysokość mojego głosu nie zmienia się wystarczająco.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Ze względu na mój głos czuję się nieswojo, rozmawiając z przyjaciółmi, sąsiadami i krewnymi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Ze względu na mój głos unikam publicznych występów.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Mój głos brzmi sztucznie.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Muszę się koncentrować, żeby mój głos brzmiał tak, jak chcę.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Czuję się sfrustrowana próbami zmiany mojego głosu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Moje trudności z głosem ograniczają moje życie towarzyskie.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Wysokość mojego głosu się obniża, gdy go nie kontroluję.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Gdy się śmieję, brzmię jak mężczyzna.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Mój głos nie pasuje do mojego wyglądu zewnętrznego.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Wkładam bardzo wiele wysiłku w wydobywanie mojego głosu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Mój głos szybko się męczy.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Mój głos wpływa ograniczająco na rodzaj pracy, którą wykonuję.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Czuję, że mój głos nie odzwierciedla „prawdziwej mnie”.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Z powodu mojego głosu jestem mniej towarzyska.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Czuję się skrępowana tym, jak obce osoby odbierają mój głos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Tracę głos w trakcie mówienia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Jestem przynębiona, gdy z powodu mojego głosu jestem postrzegana jako mężczyzna.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Podczas mówienia zakres wysokości mojego głosu jest ograniczony.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Czuję się dyskryminowana z powodu mojego głosu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Proszę przedstawić ogólną ocenę swojego głosu:**

**Obecnie mój głos jest:**

bardzo kobiecy

niedużo kobiecy

neutralnie płciowo

niedużo męski

bardzo męski

**Mój idealny głos brzmiałby:**

bardzo kobieco

niedużo kobieco

neutralnie płciowo

niedużo męsko

bardzo męsko