

Dette spørgeskema består af en række udsagn og beskrivelser, der på forskellige måder handler om din egen stemme. Angiv i hvert tilfælde, i hvor høj grad du er enig eller uenig ved hjælp af det tal mellem 0 og 12, du synes passer bedst. Du kan også svare "Ved ikke", men vi vil bede dig om at tage aktivt stilling til så mange spørgsmål som muligt.

Her er tre udsagn om din egen stemme. I hvor høj grad er du enig i disse udsagn?															
	Helt uenig	Delvis uenig	Neutral	Delvis enig	Helt enig	Ved ikke									
Jeg synes, at min egen stemme lyder godt.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	A1
Min egen stemme er fremmed for mig.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	A2
Jeg føler mig indelukket eller tilstoppet, når jeg selv taler.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	A3

Her er en række udsagn, der gør brug af sproglige billeder til at beskrive lyden af din egen stemme. I hvor høj grad er du enig i, at udsagnene beskriver din stemme?															
	Helt uenig	Delvis uenig	Neutral	Delvis enig	Helt enig	Ved ikke									
Jeg oplever, at min egen stemme lyder som om ...															
... jeg taler i en tønde.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	B1
... jeg taler igennem et rør.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	B2
... jeg taler i et badeværelse.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	B3
... jeg hører mig selv fra en bånd-optager/videoptagelse/telefonsvarer.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	B4
... jeg hører mig selv i telefonen.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	B5
... der er ekko på.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	B6
... jeg taler i et stort rum.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	B7

Her er en række udsagn, der kan bruges til at beskrive lyden af din egen stemme. I hvor høj grad er du enig i, at udsagnene beskriver din stemme?															
Jeg oplever, at min egen stemme lyder ...	Helt uenig		Delvis uenig		Neutral		Delvis enig		Helt enig		Ved ikke				
... mørk.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C1
... fyldig.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C2
... dyb.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C3
... hul.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C4
... rungende.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C5
... ulden.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C6
... snøvlende.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C7
... nasal.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C8
... skurrende.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C9
... skrattende.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C10
... skarp.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C11
... skinger.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C12
... metallisk.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C13
... hvislende.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C14
... læspende.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C15
... genkendelig.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C16
... klangeløs.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C17
... højt.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C18
... forvrænget.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C19
... behagelig.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C20
... unaturlig.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	C21
	Helt uenig		Delvis uenig		Neutral		Delvis enig		Helt enig		Ved ikke				

Her er en række udsagn, der handler om situationer, hvor du deltager i en samtale, en diskussion, eller et møde med en gruppe mennesker, som du kender godt. Forestil dig, at omgivelserne i øvrigt er rolige. I hvor høj grad er du enig i, at udsagnene gælder for dig ?															
	Helt uenig	Delvis uenig	Neutral	Delvis enig	Helt enig	Ved ikke									
Når jeg er i en gruppe, synes jeg selv, at min egen stemme falder naturligt ind i lydbilledet med de andre stemmer.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	D1
Når jeg er i en gruppe, synes jeg selv, at styrken af min stemme er ligeværdig med styrken af de andre stemmer.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	D2
Jeg kan sagtens deltage og følge med i en diskussion med hurtige ping-pong ordvekslinger.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	D3
Jeg kan sagtens deltage og følge med i en diskussion, hvor jeg og de andre taler i munden på hinanden.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	D4
Jeg kan sagtens høre, hvad folk siger til mig, hvis de afbryder mig, inden jeg har talt færdig.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	D5
Når jeg deltager i en diskussion, er min egen stemme alt for dominerende i forhold til det, jeg skal høre.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	D6
Jeg kan sagtens høre, hvad folk siger, mens jeg tygger min mad.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	D7
	Helt uenig	Delvis uenig	Neutral	Delvis enig	Helt enig	Ved ikke									

Her er en række udsagn, der handler om styrken af din egen stemme i forskellige situationer. I hvor høj grad er du enig i, at udsagnene gælder for dig ?															
	Helt uenig	Delvis uenig	Neutral	Delvis enig	Helt enig	Ved ikke									
Min egen stemme generer mig, når jeg hæver stemmen.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	E1
Andre mennesker fortæller mig ofte, at jeg taler for lavt.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	E2
Andre mennesker fortæller mig ofte, at jeg taler for højt.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	E3
Det er pinligt at komme til at tale for lavt.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	E4
Det er pinligt at komme til at tale for højt.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	E5
Jeg kan have problemer med at finde en passende styrke af min stemme, når jeg deltager i en stilfærdig samtale i rolige omgivelser.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	E6
Jeg kan have problemer med at finde en passende styrke af min stemme, når jeg skal føre en samtale i moderat baggrundsstøj; f.eks. i en livlig restaurant, eller hjemme i køkkenet mens jeg steger bacon.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	E7
Jeg kan have problemer med at finde en passende styrke af min stemme, når jeg skal føre en samtale i kraftig baggrundsstøj; f.eks. lige ved siden af en larmende græsslåmaskine, eller til en fest med høj musik.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	E8
Jeg finder det anstrengende at skulle tale til nogen i kraftig støj.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	E9
	Helt uenig	Delvis uenig	Neutral	Delvis enig	Helt enig	Ved ikke									

... *fortsat*. Her er en række udsagn, der handler om styrken af din egen stemme i forskellige situationer. I hvor høj grad er du enig i, at udsagnene gælder for **dig**?

	Helt uenig	Delvis uenig	Neutral	Delvis enig	Helt enig	Ved ikke									
Jeg kan have problemer med at finde en passende styrke af min stemme, når jeg skal tale med folk på 10 meters afstand.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	E10
Når jeg skal holde tale, foredrag eller lignende, er jeg i tvivl, om jeg vælger den rette styrke af min stemme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	E11
Jeg tænker ofte på, om styrken af min egen stemme er passende.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	E12
Når omstændighederne kræver, at jeg hæver stemmen, for at andre finder styrken passende, synes jeg selv, at min stemme lyder dårligt.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	E13

Her er en række udsagn, der handler om hvad man kan gøre for at opnå en passende styrke af sin stemme. I hvor høj grad er du enig i, at udsagnene gælder for dig ?															
	Helt uenig	Delvis uenig	Neutral	Delvis enig	Helt enig	Ved ikke									
Jeg aftaler på forhånd med en ven/kollega, at han/hun leder mig frem til den passende styrke af min stemme; f.eks. ved hjælp af tegn eller mimik.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	F1
Jeg spørger dem, jeg er sammen med, om styrken af min stemme er passende.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	F2
Jeg er opmærksom på ændringer i folks ansigtsudtryk, mens jeg taler.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	F3
Jeg er opmærksom på ændringer i folks kropssprog, mens jeg taler.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	F4
Jeg lytter til andres stemmer og forsøger at opnå ligeværdighed – en balance.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	F5
Jeg lægger bevidst styrken af min stemme, så det lyder som det skal i mine ører.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	F6
Jeg lægger bevidst styrken af min stemme efter hukommelsen – så det fornemmes som det plejer.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	F7
Jeg tænker aldrig over det.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	F8
	Helt uenig	Delvis uenig	Neutral	Delvis enig	Helt enig	Ved ikke									

Her er en række udsagn, der handler om at hviske. I hvor høj grad er du enig i, at udsagnene gælder for dig ?															
	Helt uenig		Delvis uenig			Neutral			Delvis enig			Helt enig		Ved ikke	
Jeg kan sagtens føre en hviskende samtale, hvis situationen kræver det.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	G1
Jeg har svært ved at høre hvisken.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	G2
Jeg kan sagtens finde på at hviske til andre, hvis situationen kræver det.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	G3
Hvis jeg forsøger at hviske, får jeg at vide, at jeg taler for højt.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	G4

Her er en række udsagn, der kan bruges til at beskrive, hvor du rent fysisk oplever, at din egen stemme kommer fra, når du taler. I hvor høj grad er du enig i, at udsagnene beskriver, hvor din stemme kommer fra?															
Min egen stemme ...	Helt uenig		Delvis uenig			Neutral			Delvis enig			Helt enig		Ved ikke	
... lyder som om, den kommer nede fra min hals.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	H1
... lyder som om, den kommer fra min mund.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	H2
... lyder som om, den kommer inde fra mit hoved.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	H3
... lyder som om, den kommer ude fra.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	H4
... sidder bag i hovedet.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	H5
... sidder i mit øre / mine ører.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	H6
Tilføj gerne dine egne beskrivelser: <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>															

Her er to overordnede udsagn om din egen stemme. I hvor høj grad er du enig i disse udsagn?															
	Helt uenig		Delvis uenig			Neutral			Delvis enig			Helt enig		Ved ikke	
Lyden af min egen stemme er et problem for mig.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	I1
Lyden af min egen stemme er vigtig for mig.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	I2

Tænk tilbage på den seneste gang du var forkølet, det vil sige, hvor du var godt "snottet", men hvor din stemmefunktion i øvrigt var nogenlunde normal (altså ingen udpræget hæshed eller mistet stemme).

Her er tre udsagn om din egen stemme. I hvor høj grad er du enig i, at disse udsagn beskriver din stemme, når du er forkølet?															
	Helt uenig		Delvis uenig			Neutral			Delvis enig			Helt enig		Ved ikke	
Jeg synes, at min egen stemme lyder godt.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	J1
Min egen stemme er fremmed for mig.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	J2
Jeg føler mig indelukket eller tilstoppet, når jeg selv taler.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	J3

Her er en række udsagn, der kan bruges til at beskrive lyden af din egen stemme, når du er forkølet. I hvor høj grad er du enig i, at udsagnene beskriver **din** stemme?

Jeg oplever at min egen stemme lyder ...	Helt uenig	Delvis uenig	Neutral	Delvis enig	Helt enig	Ved ikke									
... mørk.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	K1
... fyldig.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	K2
... hul.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	K3
... rungende.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	K4
... ulden.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	K5
... mumlende.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	K6
... snøvlende.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	K7
... nasal.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	K8
... skurrende.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	K9
... genkendelig.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	K10
... klangløs.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	K11
... højt.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	K12
... forvrænget.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	K13
... unaturlig.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	K14
... dybere end normalt.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	K15
... som om, jeg taler i en tønde.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	<input type="checkbox"/>	K16
	Helt uenig	Delvis uenig	Neutral	Delvis enig	Helt enig	Ved ikke									