

VH -indeksi

Nimi _____ Henkilötunnus _____ Päiväys _____

Näillä väittämillä monet ihmiset ovat kuvailleet omaa ääntään ja sen vaikutuksia elämäänsä.

Ohje: Ympyröi vastaus, joka kertoo kuinka usein sinusta tuntuu samalta

0= Ei koskaan 1= Ei juuri koskaan 2= Joskus 3= Melkein aina 4= Aina

T1. Ääneni vuoksi ihmisten on vaikea kuulla minua.	0	1	2	3	4
F1. Minulta loppuu ilma kun puhun.	0	1	2	3	4
T2. Ihmisten on vaikea ymmärtää mitä sanon meluisassa huoneessa.	0	1	2	3	4
F2. Ääneni laatu vaihtelee päivän mittaan.	0	1	2	3	4
T3. Perheelläni on vaikeuksia kuulla minua, kun kutsun heitä asunnon toiselta puolelta.	0	1	2	3	4
T4. Käytän puhelinta harvemmin kuin haluaisin.	0	1	2	3	4
E1. Puhuessani muille olen ääneni vuoksi jännittynyt.	0	1	2	3	4
T5. Välttelen ihmisryhmiä ääneni vuoksi.	0	1	2	3	4
E2. Ihmiset tuntuvat ärsyntyvän äänestäni.	0	1	2	3	4
F3. Ihmiset kysyvät: "Mikä ääntäsi vaivaa?"	0	1	2	3	4
T6. Puhun ystävien, naapureiden tai sukulaisten kanssa harvemmin ääneni vuoksi.	0	1	2	3	4
T7. Ihmiset pyytävät minua toistamaan puhuessamme kasvotusten.	0	1	2	3	4
F4. Ääneni kuulostaa narisevalta ja kuivalta.	0	1	2	3	4
F5. Minusta tuntuu, että joudun ponnistelemaan tuottaakseni ääntä.	0	1	2	3	4
E3. Minusta tuntuu, että muut ihmiset eivät ymmärrä ääniongelmaani.	0	1	2	3	4
T8. Ääniongelmani rajoittavat henkilökohtaista ja sosiaalista elämäni.	0	1	2	3	4
F6. Ääneni selkeyttä on vaikea ennustaa.	0	1	2	3	4
F7. Yritän saada ääneni kuulostamaan erilaiselta.	0	1	2	3	4
T9. Tunnen jääväni keskustelujen ulkopuolelle ääneni vuoksi.	0	1	2	3	4
F8. Puhuminen on minulle työlästä.	0	1	2	3	4
F9. Ääneni on huonompi iltaisin.	0	1	2	3	4
T10. Ääniongelmani vuoksi menetän tuloja.	0	1	2	3	4
E4. Ääniongelmani hermostuttaa minua.	0	1	2	3	4
E5. En ole kovin ulospäinsuuntautunut ääniongelmani vuoksi.	0	1	2	3	4
E6. Ääneni aiheuttaa minulle huomattavan haitan.	0	1	2	3	4
F10. Ääneni "pettää" puhuessani.	0	1	2	3	4
E7. Minua ärsyttää, kun ihmiset pyytävät minua toistamaan.	0	1	2	3	4
E8. Minua nolottaa, kun ihmiset pyytävät minua toistamaan.	0	1	2	3	4
E9. Ääneni vuoksi tunnen itseni epäpäteväksi.	0	1	2	3	4
E10. Häpeän ääniongelmaani.	0	1	2	3	4