

SVHI

Singers' Voice Handicap Index (Hebrew Version)

גרסה בלשון זכר

הנחיות: המשפטים הבאים נאמרו על ידי זמרים רבים, כדי לתאר את קולם ואת ההשפעה שיש לקול שלהם על חייהם. נא להקיף בעיגול את המספר המתאר באיזו תדירות המשפט נכון עבורך

4=תמיד	3=לעיתים קרובות	2=לפעמים	1=לעיתים רחוקות	0=אף פעם	
4	3	2	1	0	F1. נדרש מאמץ רב כדי לשיר
4	3	2	1	0	P2. הקול שלי נסדק ונשבר
4	3	2	1	0	F3. אני מתוסכל מהשירה שלי
4	3	2	1	0	P4. אנשים שואלים "מה הבעיה בקול שלך?" כשאני שר
4	3	2	1	0	F5. היכולת שלי לשיר משתנה מיום ליום
4	3	2	1	0	F6. הקול שלי "נגמר" לי כשאני שר
4	3	2	1	0	E7. קול השירה שלי גורם לי להרגיש רע
4	3	2	1	0	F8. בעיות השירה שלי גורמות לי לא לרצות לשיר/להופיע
4	3	2	1	0	E9. אני נבוך מהשירה שלי
4	3	2	1	0	P10. אני לא יכול להשתמש ב"קול הגבוה" שלי
4	3	2	1	0	F11. אני נלחץ לפני שאני שר בגלל בעיות השירה שלי
4	3	2	1	0	F12. קול הדיבור שלי אינו נורמלי
4	3	2	1	0	P13. הגרון שלי יבש כשאני שר
4	3	2	1	0	P14. נאלצתי לוותר על שירים מסוימים בהופעות שלי
4	3	2	1	0	E15. אין לי ביטחון בקול השירה שלי
4	3	2	1	0	F16. קול השירה שלי אף פעם לא נורמלי
4	3	2	1	0	P17. קשה לי לגרום לקול שלי לעשות מה שאני רוצה
4	3	2	1	0	P18. עליי "ללחוץ" כדי להפיק את הקול שלי כשאני שר
4	3	2	1	0	F19. קשה לי לשלוט בנשיפתיות שבקול שלי

תמיד=4	לעיתים קרובות=3	לפעמים=2	לעיתים רחוקות=1	אף פעם=0	
4	3	2	1	0	P20. קשה לי לשלוט בחספוס של הקול שלי
4	3	2	1	0	P21. קשה לי לשיר בקול רם
4	3	2	1	0	F22. קשה לי לשמור על הטון כשאני שר
4	3	2	1	0	E23. אני חרד לגבי השירה שלי
4	3	2	1	0	E24. השירה שלי נשמעת מאומצת
4	3	2	1	0	E25. קול הדיבור שלי צרוד אחרי שאני שר
4	3	2	1	0	P26. איכות הקול שלי אינה עקבית
4	3	2	1	0	E27. קול השירה שלי מקשה על הקהל להאזין לי
4	3	2	1	0	E28. השירה שלי גורמת לי להרגיש מוגבל
4	3	2	1	0	E29. קול השירה שלי מתעייף בקלות
4	3	2	1	0	E30. אני מרגיש כאב, עקצוץ או מחנק כשאני שר
4	3	2	1	0	E31. אני לא בטוח "מה ייצא" כשאני שר
4	3	2	1	0	E32. אני מרגיש שמהו חסר בחיי בגלל חוסר היכולת שלי לשיר
4	3	2	1	0	E33. אני חושש שבעיות השירה שלי יגרמו לי לאבדן הכנסה
4	3	2	1	0	E34. אני מרגיש "מחוץ לעניינים" בסצנת המוזיקה בגלל הקול שלי
4	3	2	1	0	E35. השירה שלי גורמת לי להרגיש חסר יכולת
4	3	2	1	0	E36. אני נאלץ לבטל הופעות, חזרות או אימונים בגלל השירה שלי

שאלון זה תורגם והותאם לעברית במסגרת עבודת התיזה של שני ישעיה, בחוג להפרעות בתקשורת, אוניברסיטת תל אביב, בהנחיית פרופ' עופר אמיר. ניתן להשתמש בשאלון למטרות בסיסיות, אך הוא עדיין לא פורסם בכתב עת מדעי.

SVHI

Singers' Voice Handicap Index (Hebrew Version)

גרסה בלשון נקבה

הנחיות: המשפטים הבאים נאמרו על ידי זמרים רבים, כדי לתאר את קולם ואת ההשפעה שיש לקול שלהם על חייהם. נא להקיף בעיגול את המספר המתאר באיזו תדירות המשפט נכון עבורך

4=תמיד	3=לעיתים קרובות	2=לפעמים	1=לעיתים רחוקות	0=אף פעם	
4	3	2	1	0	F1. נדרש מאמץ רב כדי לשיר
4	3	2	1	0	P2. הקול שלי נסדק ונשבר
4	3	2	1	0	F3. אני מתוסכלת מהשירה שלי
4	3	2	1	0	P4. אנשים שואלים "מה הבעיה בקול שלך?" כשאני שרה
4	3	2	1	0	F5. היכולת שלי לשיר משתנה מיום ליום
4	3	2	1	0	F6. הקול שלי "נגמר" לי כשאני שרה
4	3	2	1	0	E7. קול השירה שלי גורם לי להרגיש רע
4	3	2	1	0	F8. בעיות השירה שלי גורמות לי לא לרצות לשיר/להופיע
4	3	2	1	0	E9. אני נבוכה מהשירה שלי
4	3	2	1	0	P10. אני לא יכולה להשתמש ב"קול הגבוה" שלי
4	3	2	1	0	F11. אני נלחצת לפני שאני שרה, בגלל בעיות השירה שלי
4	3	2	1	0	F12. קול הדיבור שלי אינו נורמלי
4	3	2	1	0	P13. הגרון שלי יבש כשאני שרה
4	3	2	1	0	P14. נאלצתי לוותר על שירים מסוימים בהופעות שלי
4	3	2	1	0	E15. אין לי ביטחון בקול השירה שלי
4	3	2	1	0	F16. קול השירה שלי אף פעם לא נורמלי
4	3	2	1	0	P17. קשה לי לגרום לקול שלי לעשות מה שאני רוצה
4	3	2	1	0	P18. עליי "ללחוץ" כדי להפיק את הקול שלי כשאני שרה
4	3	2	1	0	F19. קשה לי לשלוט בנשיפתיות שבקול שלי

0=אף פעם	1=לעיתים רחוקות	2=לפעמים	3=לעיתים קרובות	4=תמיד	
0	1	2	3	4	P20. קשה לי לשלוט בחספוס של הקול שלי
0	1	2	3	4	P21. קשה לי לשיר בקול רם
0	1	2	3	4	F22. קשה לי לשמור על הטון כשאני שרה
0	1	2	3	4	E23. אני חרדה לגבי השירה שלי
0	1	2	3	4	E24. השירה שלי נשמעת מאומצת
0	1	2	3	4	E25. קול הדיבור שלי צרוד אחרי שאני שרה
0	1	2	3	4	P26. איכות הקול שלי אינה עקבית
0	1	2	3	4	E27. קול השירה שלי מקשה על הקהל להאזין לי
0	1	2	3	4	E28. השירה שלי גורמת לי להרגיש מוגבלת
0	1	2	3	4	E29. קול השירה שלי מתעייף בקלות
0	1	2	3	4	E30. אני מרגישה כאב, עקצוץ או מחנק כשאני שרה
0	1	2	3	4	E31. אני לא בטוחה "מה ייצא" כשאני שרה
0	1	2	3	4	E32. אני מרגישה שמשוהו חסר בחיי בגלל חוסר היכולת שלי לשיר
0	1	2	3	4	E33. אני חוששת שבעיות השירה שלי יגרמו לי לאבדן הכנסה
0	1	2	3	4	E34. אני מרגישה "מחוץ לעניינים" בסצנת המוזיקה בגלל הקול שלי
0	1	2	3	4	E35. השירה שלי גורמת לי להרגיש חסרת יכולת
0	1	2	3	4	E36. אני נאלצת לבטל הופעות, חזרות או אימונים בגלל השירה שלי

שאלון זה תורגם והותאם לעברית במסגרת עבודת התיזה של שני ישעיה, בחוג להפרעות בתקשורת, אוניברסיטת תל אביב, בהנחיית פרופ' עופר אמיר. ניתן להשתמש בשאלון למטרות בסיסיות, אך הוא עדיין לא פורסם בכתב עת מדעי.