**Kysely sukupuolen yhteensopivuudesta ja tyytyväisyydestä elämään  
(Gender Congruence and Life Satisfaction Scale, GCLS)**

Jones, Bouman, Haycraft ja Arcelus

**Viitteet ja käyttö:** GCLS on vapaasti käytettävissä. Ole hyvä ja ota yhteyttä kirjoittajiin, jos tarvitset tarkat viittaustiedot tai jos sinulla on jotain kysyttävää.

Beth Jones: [B.Jones@lboro.ac.uk](mailto:B.Jones@lboro.ac.uk)

Prof Jon Arcelus: [Jon.Arcelus@nottingham.ac.uk](mailto:Jon.Arcelus@nottingham.ac.uk)

Jos haluat käyttää kyselyä jollain muulla kielellä (eli kääntää sen), ole hyvä ja ota yhteyttä kirjoittajiin, koska on mahdollista, että heillä on jo käännös olemassa tarvitsemallasi kielellä. Tällä tavoin vältetään useiden samankielisten versioiden käyttö. Jos kollegasi haluavat käyttää kyselyä, pyydä heitä olemaan yhteydessä kirjoittajiin, jotta käyttöä voidaan seurata. Pyydämme, ettet lähettäisi kyselyä kollegoillesi suoraan ilmoittamatta kirjoittajille ensin. Toivottavasti tästä kyselystä on sinulle hyötyä.

**Pisteytys:** Kohdat pisteytetään viiden pisteen asteikolla (aina=1, ei koskaan=5). Asteriskilla merkityt kohdat (listassa alla) pisteytetään päinvastoin (aina=5, ei koskaan=1). **Korkeampi pistemäärä** tarkoittaa siis **positiivisempaa tulosta** (suurempi sukupuolen vastaavuus, parempi sukupuoleen liittyvä henkinen hyvinvointi, ja parempi yleinen tyytyväisyys elämään).

Jos vastaaja on kohdassa 26 merkinnyt (rastittamalla laatikon), että hänelle on tehty sukuelinkirurgiaa, pisteytetään kohta kuin se olisi puuttuva vastaus. Jos hän ei ole rastinut laatikkoa, pisteytetään vastaus kuten muutkin kohdat (aina=1, ei koskaan=5).

Osapisteet ja kokonaispisteet saadaan laskemalla keskiarvo. Kokonaispistemäärä koostuu kaikista 38 kohdasta. Kohdat, joista kukin osapistemäärä muodostuu:

1. **Sukuelimet:** 14, 21, 25\*, 26, 27 ja 29 (6 kohtaa)
2. **Rintakehä:** 15, 18, 28 ja 30\* (4 kohtaa)
3. **Muut toissijaiset sukupuoliominaisuudet:** 17, 23 ja 24 (3 kohtaa)
4. **Muiden oletus sukupuolesta:** 16\*, 19, 20\* ja 22\* (4 kohtaa)
5. **Fyysinen ja henkinen läheisyys:** 3, 5, 32\* ja 33\* (4 kohtaa)
6. **Psyykkinen toimintakyky:** 1, 2, 4, 6, 7, 8, 9, 11, 12 ja 13 (10 kohtaa)
7. **Tyytyväisyys elämään:** 10, 31\*, 34\*, 35, 36\*, 37 ja 38\* (7 kohtaa)

Nämä osa-alueet voidaan myös koota kahteen ryhmään. Ryhmä 1, **sukupuolen yhteensopivuus**, koostuu osa-alueista 1 - 4, ja ryhmä 2, **sukupuoleen liittyvä henkinen hyvinvointi ja tyytyväisyys elämään**, koostuu osa-alueista 5 - 7. Ryhmäpisteet saadaan laskemalla yhteen keskiarvo kaikista ryhmän kohdista:

Ryhmä 1 (sukupuolen yhtyeensopivuus): 14, 15, 16\*, 17, 18, 19, 20\*, 21, 22\*, 23, 24, 25\*, 26, 27, 28, 29, 30\*

Ryhmä 2 (sukupuoleen liittyvä henkinen hyvinvointi ja yleinen tyytyväisyys elämään): 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 31\*, 32\*, 33\*, 34\*, 35, 36\*, 37, 38\*

**Kysely sukupuolen yhteensopivuudesta ja tyytyväisyydestä elämään (GCLS)**

Alla on väittämiä tuntemuksista liittyen sukupuoleen, henkiseen hyvinvointiin ja elämäntyytyväisyyteen. Vastaa jokaiseen kohtaan ja mieti miten usein olet tuntenut näin viimeisen **6 kuukauden** aikana.

Vaihtoehdot ovat: **EI KOSKAAN (E), HARVOIN (H), TOISINAAN (T), USEIN (U), tai AINA (A)**

Huomioithan, että tässä **’*sukupuoli-identiteetti***’ tarkoittaa henkilön sisäistä käsitystä itsestään miehenä, naisena, tai muunsukupuolisena.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Viimeisen **6 kuukauden** aikana, sukupuoleni aiheuttaman ahdistuksen vuoksi (eli ahdistus siitä, että syntymässä todettu sukupuoli ei vastaa sukupuoli-identiteettiäni): |  |  |  |  |  |
| 1. Olen vältellyt sosiaalisia tilanteita ja/tai sosiaalista kanssakäymistä | E | H | T | U | A |
| 1. En ole mennyt kouluun/luennoille/töihin | E | H | T | U | A |
| 1. En ole kyennyt läheisiin suhteisiin toisten ihmisten kanssa | E | H | T | U | A |
| 1. Olen ollut ahdistunut | E | H | T | U | A |
| 1. En ole kyennyt olemaan fyysisessä läheisyydessä toisten ihmisten kanssa | E | H | T | U | A |
| 1. En ole kyennyt poistumaan kotoa | E | H | T | U | A |
| 1. Minulla on ollut vaikeuksia ystävystyä | E | H | T | U | A |
| 1. Olen ajatellut rintakehäni, sukuelimieni ja/tai ympäröivien alueiden leikkaamista tai vahingoittamista | E | H | T | U | A |
| 1. Olen kokenut elämän merkityksettömäksi | E | H | T | U | A |
| 1. En ole nauttinut elämästä | E | H | T | U | A |
| 1. En ole osallistunut vapaa-ajan toimintaan | E | H | T | U | A |
| 1. Olen ollut alakuloinen | E | H | T | U | A |
| 1. Olen ajatellut itseni vahingoittamista tai itsemurhaa | E | H | T | U | A |

Jatkuu seuraavalla sivulla.

Vastausvaihtoehdot ovat **EI KOSKAAN (E), HARVOIN (H), TOISINAAN (T), USEIN (U), tai AINA (A).**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Viimeisen **6 kuukauden** aikana: |  |  |  |  |  |
| 1. Olen ollut ahdistunut koskiessani sukuelimiini, koska ne eivät vastaa sukupuoli-identiteettiäni | E | H | T | U | A |
| 1. Olen ollut niin ahdistunut rintakehästäni, että en ole pystynyt elämään täyttä elämää | E | H | T | U | A |
| 1. Olen ollut tyytyväinen siihen, miten muut mieltävät sukupuoleni | E | H | T | U | A |
| 1. Olen kokenut, että kehoni karvoitus ei vastaa sukupuoli-identiteettiäni, koska sitä joko on enkä pidä siitä, tai koska haluaisin karvoitusta | E | H | T | U | A |
| 1. Olen kokenut, että rintakehäni ei vastaa sukupuoli-identiteettiäni | E | H | T | U | A |
| 1. Olen ollut ahdistunut, koska muut eivät puhuttele minua sukupuoli-identiteettini mukaisesti | E | H | T | U | A |
| 1. Olen ollut tyytyväinen pronomineihin, joilla minuun viitataan (kielissä, joissa on sukupuolisidonnaiset pronominit, esim. englannin he/she) | E | H | T | U | A |
| 1. Olen ollut tyytymätön sukuelimiini, koska ne eivät vastaa sukupuoli-identiteettiäni | E | H | T | U | A |
| 1. Olen ollut tyytyväinen siihen, miten muut mieltävät sukupuoleni ulkonäköni perusteella | E | H | T | U | A |
| 1. Ääneni on mielestäni vaikuttanut siihen, miten muut mieltävät sukupuoleni, ja se on ollut minusta ahdistavaa | E | H | T | U | A |
| 1. Olen kokenut, että kasvojeni karvoitus ei vastaa sukupuoli-identiteettiäni, koska sitä joko on enkä pidä siitä, tai koska haluaisin karvoitusta | E | H | T | U | A |
| 1. Olen kokenut, että sukuelimeni vastaavat sukupuoli-identiteettiäni | E | H | T | U | A |
| 1. Olen kokenut, että sukuelinkirurgia helpottaisi tyytymättömyyttäni sukupuoleeni  * Rasti tämä, jos sinulle on jo tehty sukuelinkirurgiaa (paitsi jos koet tarvitsevasi lisäkirurgiaa) | E | H | T | U | A |
| 1. En ole pystynyt elämään täyttä elämää sukuelimiini liittyvän ahdistuksen vuoksi | E | H | T | U | A |
| 1. Olen ollut erittäin ahdistunut katsoessani rintakehääni | E | H | T | U | A |
| 1. Olen ollut erittäin ahdistunut katsoessani sukuelimiäni | E | H | T | U | A |
| 1. Olen ollut tyytyväinen rintakehääni | E | H | T | U | A |

Jatkuu seuraavalla sivulla.

Vastausvaihtoehdot ovat **EI KOSKAAN (E), HARVOIN (H), TOISINAAN (T), USEIN (U), tai AINA (A).**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Seuraavat väittämät koskevat tyytyväisyyttäsi elämääsi viimeisen **6 kuukauden** aikana: |  |  |  |  |  |
| 1. Olen ollut tyytyväinen koulussa/luennoilla/töissä | E | H | T | U | A |
| 1. Olen ollut tyytyväinen läheisiin ihmissuhteisiini | E | H | T | U | A |
| 1. Olen ollut tyytyväinen seksielämääni | E | H | T | U | A |
| 1. Olen ollut tyytyväinen vapaa-ajan toimintaani ja harrastuksiini | E | H | T | U | A |
| 1. En ole ollut tyytyväinen ystävieni seurassa | E | H | T | U | A |
| 1. Olen ollut tyytyväinen tukeen, jota olen saanut läheisiltäni | E | H | T | U | A |
| 1. En ole ollut tyytyväinen terveyteeni | E | H | T | U | A |
| 1. Olen ollut yleisesti tyytyväinen elämääni | E | H | T | U | A |