



نام و نام خانوادگی:

سن:

تحصیلات:

تاریخ اجرا:

جنسیت:

باسلام

**دستورالعمل:** عباراتی که در زیر آورده شده‌اند، با موضوع روابط جنسی ارتباط دارند. لطفاً هر عبارت را با دقت بخوانید و مشخص کنید که تا چه میزان با شما تناسب دارد. برخی از عبارات به یک رابطه جنسی خاص بر می‌گردند. تا جایی که ممکن است، شرایط فعلی‌تان زندگی زناشویی‌تان را در نظر بیاورید. اگر ازدواج نکرده‌اید، برای پاسخ به عبارات، گزینه‌ای را که فکر می‌کنید پاسختان آن گونه باشد، انتخاب کنید. سپس، برای نشان دادن میزان تناسب خود با هر عبارت، یکی از گزینه‌های زیر را در پاسخنامه علامت بزنید.

الف- اصلاً تناسب ندارد      ب- کمی تناسب دارد      ج- تا حدی تناسب دارد  
د- متوسط تناسب دارد      ه- خیلی تناسب دارد

ردیف	عبارات	الف	ب	ج	د	ه
۱	از خودم به عنوان یک شریک جنسی مطمئنم.					
۲	در مورد رابطه جنسی، همه اوقات فکر می‌کنم.					
۳	در مورد مسائل جنسی‌ام تا حد زیادی پاسخگو هستم.					
۴	از احساسات جنسی‌ام تا حد زیادی آگاهم.					
۵	برای اینکه از نظر جنسی فعال باشم، خیلی انگیزه دارم.					
۶	هنگامی که در مورد مسائل جنسی زندگی‌ام فکر می‌کنم، احساس اضطراب می‌کنم.					
۷	تا حد زیادی در مورد مسائل جنسی زندگی‌ام قاطعم.					
۸	در مورد مسائل جنسی زندگی‌ام افسرده هستم.					
۹	اغلب، مسائل جنسی زندگی‌ام به وسیله پیش آمدهای اتفاقی تعیین می‌شوند.					
۱۰	گاهی اوقات نمی‌دانم که دیگران در مورد مسائل جنسی زندگی‌ام چه فکری می‌کنند.					
۱۱	گاهی اوقات از اینکه درگیر رابطه جنسی با کسی شوم می‌ترسم.					
۱۲	از راه و روشی که نیازهای جنسی‌ام برآورده می‌شوند، تا حد زیادی راضیم.					
۱۳	شریک جنسی خیلی خوبی هستم.					
۱۴	در مورد رابطه جنسی بیشتر از هر چیز دیگری فکر می‌کنم.					
۱۵	بخش عمده‌ای از مسائل جنسی زندگی‌ام بوسیله رفتار خودم تعیین می‌شوند.					
۱۶	از انگیزه‌های جنسی‌ام تا حد زیادی آگاهم.					
۱۷	به شدت انگیزه دارم تا برای رابطه جنسی زمان بگذارم و تلاش بکنم.					
۱۸	در مورد مسائل جنسی زندگی‌ام نگرانم.					
۱۹	در بیان ترجیحات جنسی‌ام خیلی رک و بی‌پرده نیستم.					
۲۰	من از کیفیت زندگی جنسی‌ام ناامیدم.					
۲۱	بیشتر چیزهایی که بر مسائل جنسی زندگی‌ام اثر می‌گذارند، اتفاقی پیش می‌آیند.					
۲۲	تا حد زیادی از اینکه دیگران چگونه مسائل جنسی زندگی‌ام را ارزیابی می‌کنند، نگرانم.					
۲۳	گاهی اوقات از روابط جنسی ترس دارم.					
۲۴	از رابطه جنسی‌ام خیلی راضیم.					
۲۵	در رابطه جنسی نسبت به اغلب مردم عملکرد بهتری دارم.					
۲۶	تمایل دارم که مدام به رابطه جنسی فکر کنم.					



ردیف	عبارات	الف	ب	ج	د	ه
۲۷	بر مسائل جنسی زندگی ام کنترل دارم.					
۲۸	تمایل دارم تا در مورد احساسات جنسی ام فکر کنم.					
۲۹	میل شدیدی دارم تا از نظر جنسی فعال باشم.					
۳۰	هنگامی که در مورد مسائل جنسی زندگی ام فکر می کنم، احساس راحتی ندارم.					
۳۱	تا حدی در ابراز تمایلات جنسی ام، منفعلم.					
۳۲	در مورد زندگی جنسی ام احساس یأس می کنم.					
۳۳	شانس نقش زیادی در تأثیرگذاری بر مسائل جنسی زندگی ام دارد.					
۳۴	از آنچه که دیگران در مورد مسائل جنسی زندگی ام فکر می کنند، تا حد زیادی آگاهم.					
۳۵	گاهی اوقات از فعالیت جنسی هراس دارم.					
۳۶	رابطه جنسی ام خواسته های اصلیم را برآورده می کند.					
۳۷	به عنوان یک شریک جنسی به خودم نمره خیلی مطلوب می دهم.					
۳۸	دائماً به داشتن رابطه جنسی فکر می کنم.					
۳۹	عامل اساسی که بر مسائل جنسی زندگی ام اثر می گذارد، آن چیزی است که خودم انجام می دهم.					
۴۰	از تغییرات در تمایلات جنسی ام تا حد زیادی آگاهم.					
۴۱	واقعاً برایم مهم است که خود را درگیر یک فعالیت جنسی بکنم.					
۴۲	معمولاً در مورد مسائل جنسی زندگی ام دلوایسم.					
۴۳	بی درنگ در روابط جنسی ام به دنبال چیزی هستم که می خواهم.					
۴۴	در مورد روابط جنسی ام احساس ناراحتی می کنم.					
۴۵	مسائل جنسی زندگی ام به طور گسترده ای شانسی پیش می آیند.					
۴۶	در مورد اینکه مسائل جنسی زندگی ام چگونه به نظر دیگران می آیند، نگرانم.					
۴۷	از اینکه درگیر یک رابطه جنسی شوم، ترس زیادی ندارم.					
۴۸	در مقایسه با اغلب مردم، رابطه جنسی من وضعیت خوبی دارد.					
۴۹	در یک رابطه جنسی از خودم مطمئنم.					
۵۰	اکثر اوقات به رابطه جنسی می اندیشم.					
۵۱	مسئولیت مسائل جنسی ام را خودم به عهده می گیرم.					
۵۲	از تمایلات جنسی ام تا حد زیادی آگاهم.					
۵۳	تلاش می کنم تا خودم را از نظر جنسی فعال نگه دارم.					
۵۴	هنگامی که در مورد مسائل جنسی زندگی ام فکر می کنم، دلشوره می گیرم.					
۵۵	در رابطه جنسی معمولاً دنبال چیزی هستم که می خواهم.					
۵۶	هنگامی که در مورد تجارب جنسی ام فکر می کنم غمگین می شوم.					
۵۷	مسائل جنسی زندگی ام بخشی از سرنوشت هستند.					
۵۸	از آنچه که دیگران در مورد مسائل جنسی زندگی ام فکر می کنند، نگرانم.					
۵۹	از اینکه از نظر جنسی فعال باشم، خیلی هراس ندارم.					
۶۰	از مسائل جنسی زندگی ام تا حد زیادی راضیم.					

۶۱- من با در نظر گرفتن ..... به عبارات بالا پاسخ دادم:

الف- رابطه جنسی فعلی ام.

ب- رابطه جنسی گذشته ام.

ج- رابطه جنسی خیالی ام.