**Orgasmic Perception Questionnaire (OPQ; Panzeri, 2016)**

Il seguente questionario contiene delle affermazioni riguardanti l’orgasmo. Legga ogni affermazione e indichi la frequenza con cui Le capita quanto espresso dalla frase, riferendosi esclusivamente alla fase dell'orgasmo e non a quanto accade subito prima o subito dopo. Segni con una crocetta la risposta che più si avvicina al Suo modo di pensare. Le ricordiamo che non esistono risposte giuste o sbagliate. Se recentemente non ha avuto un partner, si ricordi di segnare la casella “al momento non ho un partner sessuale”.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 = Mai | 2 = Raramente | 3 = Qualche volta | 4 = Spesso | 5 = Sempre | 6 = Al momento non ho un partner sessuale | 7 = Non so/ non ricordo |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. Ho un aumento della sudorazione | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. Prendo poca aria | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. La fatica e il dolore muscolare per lo sforzo sono molto più sopportabili rispetto ad altri momenti  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4. Percepisco delle contrazioni involontarie sulle gambe | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5. Percepisco un aumento della salivazione | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6. Sento dei brividi nella zona genitale | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7. Mi si offusca la vista | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8. Provo una sensazione di irrazionalità | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 9. Mi sento fuori di me | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 10. Percepisco l’aumento del battito cardiaco | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 11. È gratificante | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 12. Sento un leggero mal di testa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 13. Provo una sensazione di rilassamento | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 14. Provo un senso di potenza | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 15. I pensieri sono focalizzati sul piacere | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 16. Se il/la partner lo prova contemporaneamente a me è come se “si incastrassero due ingranaggi” e la sensazione è piena e completa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 17. Percepisco l’orgasmo in modo prevalentemente fisico, senza particolari pensieri o emozioni, eccezione fatta per la forte eccitazione | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 18. Sento un benessere generale | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 19. Lascio la mente libera | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 20. Sento di voler strappare qualcosa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 21. Mi sento più sensibile | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 22. Mi sembra di scalare una vetta e di raggiungere il punto più alto | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 23. Ho la sensazione di perdere il controllo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 24. Spero che l’altra persona non si fermi o cambi movimento per poter prolungare il più possibile quella sensazione | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 25. Provo amore per l’altra persona | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 26. Mi sento accaldato | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 27. La tensione scompare | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 28. Provo delle sensazioni di tensione crescente sempre più piacevoli che culminano con delle scariche di piacere | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 29. Mi rilasso | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 30. Provo un formicolio ai genitali | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 31. Ho bisogno che ci sia buona complicità con l’altra persona | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 32. Mi sento dissociato | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 33. Provo la sensazione di fare qualcosa di sporco | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 34. È un piacere di natura egoistica | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 35. Provo una scarica di piacere molto intensa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 36. Il mio corpo si contorce | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 37. Sento un forte tremolio nei muscoli del corpo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 38. Provo indifferenza rispetto al contesto che sto vivendo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 39. A volte il piacere è talmente forte e gratificante da essere quasi intollerabile | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 40. Mi ottunde tutti i sensi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 41. Mi sento euforico | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 42. Ho paura di essere inadeguato | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 43. Mi sento più sensuale | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 44. Provo fastidio | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 45. Provo una sensazione di calore | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 46. Percepisco delle contrazioni involontarie nella zona pelvica | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 47. Per qualche secondo mi sembra di andare in apnea | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 48. Mi sento esplodere | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 49. La sensazione fisica è quella di uno stress che viene sfogato | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 50. Sento dei brividi e dei fremiti alle estremità degli arti | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 51. Mi sento in colpa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 52. Mi sento realizzato | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 53. Mi sento “alleggerito” | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 54. Mi viene da ridere | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 55. Provo una sensazione di paura | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 56. Ho bisogno di sentirmi a mio agio | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 57. Mi sento in pace col mondo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 58. Piango di gioia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 59. Lo vivo in modo molto mentale e devo essere libero di potermi lasciare andare totalmente | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 60. Le mie percezioni sono uguali di volta in volta | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 61. Non riesco a guardare il/la partner | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 62. È uno sfogo della mia rabbia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 63. Provo una sensazione che definirei quasi “extracorporea” | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 64. Provo un gran desiderio di baciare il/la partner | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 65. Mi sento più legata al/a partner | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 66. Percepisco delle pulsazioni a livello dei genitali | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 67. Provo dolore | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 68. Percepisco un aumento della temperatura corporea | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 69. Sento una forte tensione di tutto il corpo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 70. Provo una sensazione di scosse/scariche elettriche che si propagano per il corpo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 71. Lo stress scompare | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 72. Provo una contrazione muscolare involontaria | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 73. Percepisco un aumento dei battiti nelle zone genitali | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 74. Percepisco un tremore al labbro | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 75. Provo un formicolio, ai limiti del piacere, che parte dalle cosce e si allunga fino ai piedi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 76. Mi manca l’aria | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 77. Mi sento affaticato | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 78. Involontariamente inarco la schiena | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 79. Il/la partner mi fa sentire unica | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 80. La sensazione generale è che il mio corpo si estranei dalle sensazioni comuni “terrene” e che si elevi assieme a quello dell’altra persona a uno stadio più alto | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 81. Provo uno stato di confusione assoluta | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 82. Provo vergogna | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 83. Mi domando se sono riuscito a soddisfare l’altra persona | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 84. Riesco a raggiungerlo con facilità | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 85. Ho l’impressione che sia stato meglio della volta precedente | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 86. Ho bisogno di sentirmi rispettata dal/la partner | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 87. Fermo il/la partner perché la sensazione che provo è cosi forte da non riuscire a gestirla  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 88. Non so quello che dico o quello che faccio | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 89. Mi sento in un limbo tra eccessiva gioia ed eccessivo dolore | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 90. Il piacere che provo risulta troppo forte da sopportare | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 91. Provo solo un piacere fisico (nulla di mentale) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 92. Chiudendo gli occhi vedo immagini ogni volta diverse | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 93. Ho la sensazione di svenire | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 94. Provo una sensazione di onnipotenza sul/la partner | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 95. Mi sento leggera  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 96. Mi sembra di non avere un controllo sulla situazione | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 97. Mi sento triste | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 98. Percepisco un piacere fisico localizzato a livello genitale | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 99. Provo un fremito lungo tutto il corpo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 100. La scossa elettrica viene a gradi, da piano diventa sempre più forte | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 101. Sento calore sul viso | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 102. Sento delle contrazioni muscolari che si diffondono dall’area genitale al resto del corpo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 103. Sento i capezzoli che si irrigidiscono | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 104. Il respiro si fa irregolare | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 105. Mi sento pervaso da una scarica di energia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 106. Percepisco un’accelerazione del respiro | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 107. Mi sento completamente rilassato a livello muscolare | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 108. Provo un senso di abbandono generale | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 109. Rifletto su cosa potrebbero pensare le altre persone se sapessero cosa faccio | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 110. Sento delle ondate di piacere che arrivano a un picco massimo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 111. Le emozioni che provo sono tutte positive | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 112. Mi sento estasiato | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 113. Mi sento sporco | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 114. Sento di essere andato contro me stesso (per accontentare l’altra persona) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 115. Non è facile lasciarsi andare | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 116. Ho una sensazione di onnipotenza dovuta a una sensazione di soddisfazione totale | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 117. Sento una completa incapacità di pensare ad altro | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 118. Mi concentro su me stesso e sul/la partner, il resto non esiste | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 119. Riesco a raggiungerlo con fatica | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 120. Ho voglia di urlare | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 121. Provo delle sensazioni contrastanti: da un lato voglio provarlo dall’altro tento di posticiparlo perché è un’esperienza che dura un istante | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 122. Si accavallano delle immagini mentali che non riesco a distinguere | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 123. Non riesco a sentire il mio corpo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 124. Provo un senso di rabbia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 125. Provo una sensazione di leggerezza | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 126. Mi sento rigenerata | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 127. Provo un brivido che anestetizza la zona genitale | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 128. Provo una sensazione di calore nella zona genitale | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 129. Percepisco tensione muscolare | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 130. Vengo investito da un’ondata di piacere che parte dalla zona genitale e si irradia fino alla testa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 131. Percepisco delle contrazioni involontarie sui fianchi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 132. Ho il respiro affannoso | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 133. Sento dei brividi lungo le gambe sino ai piedi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 134. Mi sembra un sogno | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 135. Provo solo un piacere mentale (nulla di fisico) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 136. Mi preoccupo per lo stato psicofisico dell’altra persona | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 137. Si susseguono in me pensieri positivi riguardo alla realtà | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 138. Mi sento ricco di energia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 139. Sento calore a livello dell’addome | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 140. Provo delle emozioni negative | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 141. Provo una sensazione di liberazione | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 142. Associo all’orgasmo un’immagine nella mente | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 143. Se durasse di più non so se riuscirei a sopportarlo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 144. Vorrei durasse sempre di più | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 145. Mi abbandono alle sensazioni escludendo il mondo esterno | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 146. Non compaiono pensieri articolati | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 147. Mi lacrimano gli occhi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 148. Provo una sensazione di pace con me stesso | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 149. Sento di voler stringere forte a me il/la partner | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 150. È come se nel mio corpo si accumulasse energia che si rilascia in ondate sempre maggiori | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 151. Provo gratitudine per il/la partner | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 152. Ho la sensazione di essere isolato dal resto del mondo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 153. L’orgasmo del/la partner influenza in modo positivo il mio orgasmo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 154. Ho difficoltà a distinguere le emozioni | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 155. Mi sento lontano da ogni cosa, in un’altra dimensione, una realtà parallela | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 156. Provo quasi paura a lasciarmi andare | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 157. Ho paura di star venendo troppo presto | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 158. Ho l’impressione che i pensieri si accavallino per poi sfogarsi nel pianto | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 159. Se ho dei pensieri, poi non li ricordo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 160. Le immagini mentali che provo in questo momento non le ricordo più | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 161. Mi sembra che intorno tutto sia perfetto | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 162. Provo una forte sensazione di volerne sempre di più | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 163. Mi sento come in paradiso | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 164. Sento la voglia di lasciarmi andare completamente, senza avere alcuna inibizione rispetto al mio corpo e alla mia fisicità | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 165. Provo una gioia infinita | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 166. Mi succede di provare fastidio e di non riuscire a vivere del tutto il momento, come se provassi vergogna | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 167. Perdo il senso del mio confine corporeo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 168. Sento una forte scarica, simile ad uno spasmo che si colloca a metà tra piacere e dolore | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 169. Se l’altro/a non prova l’orgasmo insieme a me la sensazione è meno bella | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 170. Ho il cuore a mille | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 171. La mia coscienza è assente e disinteressata | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 172. Mi sento più realizzato quando sono io a dare piacere al/la partner | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 173. Scompare qualsiasi ansia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 174. Non ho alcun tipo di inibizione, di freno o di limite | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 175. Mi sento determinato a raggiungerlo a qualunque costo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 176. I momenti stressanti influiscono negativamente sulla percezione dell’orgasmo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 177. Non mi preoccupo di far raggiungere l’orgasmo anche al/la partner | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 178. Sento vibrare il corpo come in una scarica elettrica | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 179. Provo contrazione e rilassamento corporeo piuttosto rapidi e intensi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 180. Mi sento intorpidito | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 181. In testa compaiono luci e colori | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 182. Ho la sensazione che la parte più istintiva di me prenda il sopravvento | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 183. Provo una sensazione inebriante che offusca i miei pensieri | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 184. Provo una sensazione di malinconia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 185. Provo estremo piacere | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 186. Mi sento per un attimo fuori dalla realtà | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 187. Mi manca il respiro | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 188. Mi sento immerso in una totale follia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 189. Provo una sensazione di tranquillità | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 190. Provo un senso di onnipotenza | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 191. Sento il desiderio che il/la partner provi quello che sto provando io | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 192. Sento dei brividi lungo le gambe | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 193. Provo un formicolio a mani e piedi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 194. A volte è così gradevole che ho l’impressione che sia “troppo” | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 195. Provo un senso di liberazione psicologica | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 196. Ho la sensazione che il tempo si sia fermato | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 197. Sento di amare profondamente colui/lei che mi ha provocato questo piacere | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 198. È fisicamente paralizzante | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 199. È come se le tensioni fluissero dopo “aver fatto saltare un resistente tappo” | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 200. Traggo piacere dall’orgasmo del/la partner | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 201. Sento una forte scossa elettrica che mi attraversa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 202. Sento una sorta di brivido | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 203. Avverto la contrazione dei muscoli | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 204. Sento una breve scarica che finisce con lo stancarmi molto | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 205. La mente si libera da altri pensieri | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 206. Ho bisogno di sentirmi rilassato | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 207. Sono imbarazzato | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 208. Ho paura di stare deludendo il/la partner | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 209. E’ un’emozione estrema | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 210. A volte non capisco da dove arrivi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 211. Mi sento vulnerabile | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 212. Sento un’amplificazione di tutte le emozioni e sensazioni, sia fisiche che mentali | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 213. Mi sento più disinibito | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 214. Ho una sensazione di estrema comunione con tutto ciò che ho intorno | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 215. Mi sento protetta dal/la partner | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 216. Ho l’impressione che ci sia un moto vorticoso nelle viscere | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 217. Sento i muscoli delle gambe irrigidirsi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 218. Ho la sensazione di diventare un tutt’uno con l’altra persona | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 219. Mi sento in colpa per il piacere raggiunto | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 220. Mi sento totalmente egocentrico, vorrei che l’altra persona sparisse | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 221. Provo un “senso di vittoria” | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 222. Lo vivo come un qualcosa di angosciante | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 223. Mi sento come se non avessi nessuna preoccupazione | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 224. Provo una scarica di energia seguita da rilassamento | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 225. Penso che non vorrei essere lì in quel momento | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 226. L’intensità dei miei orgasmi è abbastanza variabile | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 227. Non sento di essere andato contro me stesso (per accontentare l’altra persona) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 228. Mi sento sereno | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 229. Ho l’impressione di smettere di sentire i muscoli | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 230. Mi preoccupo di far raggiungere l’orgasmo anche al/la partner | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 231. Sento come se il corpo si allungasse fino a dividersi in due parti | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 232. Percepisco delle contrazioni involontarie sui piedi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 233. Sento l’esigenza di divaricare le gambe | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 234. Sono concentrata sul/la partner | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 235. Mi sento confuso | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 236. La mia parte razionale si annulla | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 237. La mia mente è occupata solo dal piacere e dall’oggetto sessuale che lo stimola | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 238. Ho voglia di dormire e allo stesso tempo di continuare | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 239. Ho la sensazione che il corpo “si muova da sé” | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 240. Mi sento più coinvolto se nello stesso momento prova l’orgasmo anche l’altra persona | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 241. Sento che la mia percezione della realtà è falsata | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 242. Mi tremano le gambe | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 243. Sento dei brividi a livello del bacino | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 244. Ho la sensazione di essere solo ed è l’unica cosa importante in quel momento | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 245. Provo un forte contatto emotivo con l’altra persona | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 246. Sento una totalità tra mente e corpo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 247. È come se la mia mente si spegnesse | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 248. Non penso a nulla | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 249. Mi sento insicuro | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 250. Provo una sensazione di estremo benessere | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 251. Mi preoccupo di raggiungere io l’orgasmo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 252. È come se la realtà si discostasse da me | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 253. Provo un senso di vuoto | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 254. I pensieri che provo in questo momento possono variare di volta in volta | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 255. Provo calma | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 256. Mi sento realizzato | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 257. L’orgasmo del/la partner influenza in modo negativo il mio orgasmo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 258. Provo un senso di completa comunione con l’altra persona | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 259. Percepisco delle contrazioni involontarie sulla schiena | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 260. Provo dolore nella zona genitale | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 261. Sento che i miei sensi sono amplificati | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 262. Mi sento forte | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 263. Provo un piacere quasi trascendentale | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 264. Ho la sensazione che la realtà intorno sia banale | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 265. Sento una sorta di rigidità muscolare | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 266. Mi sento parte dell’altra persona | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 267. E’ un qualcosa di travolgente | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 268. I pensieri accelerano fino ad essere indistinguibili | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 269. Ho la sensazione di libertà assoluta | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 270. Provo uno spasmo addominale | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 271. Sento dei brividi lungo la schiena | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 272. Sento bisogno dell’altra persona | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 273. Mi sento in estasi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 274. Provo emozioni molto forti e positive | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 275. Mi sento vuoto | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 276. Mi concentro totalmente sul mio corpo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 277. Mi concentro esclusivamente sulle sensazioni fisiche e sulle emozioni | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 278. Non riesco a rimanere in silenzio | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 279. Sento dei tremori | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 280. Percepisco una sensazione di “solletico” nella zona genitale | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 281. Provo un senso di perdita del controllo di emozioni, pensieri e azioni | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 282. Provo una sensazione di conforto | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 283. Ho degli spasmi involontari | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 284. Percepisco una forza concentrata sulla pancia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 285. Mi sento egocentrico | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 286. Mi viene da sorridere | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 287. Spero finisca presto | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 288. In quel preciso momento è puro istinto, senza lasciare molto spazio ai pensieri | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 289. È come se il corpo si annullasse | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 290. Mi sento inadeguato | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 291. Sento che il mio corpo è attraversato da spasmi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 292. Mi sento molto più in relazione con l’altra persona | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 293. Mi sento felice | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 294. Mi sento agitato | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 295. Mi sento etereo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 296. Provo un’emozione così forte che sento di dover piangere | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 297. Percepisco delle contrazioni involontarie sull’addome | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 298. Sento una sensazione di pienezza, abbondanza | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 299. Ho paura di non andar bene | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 300. Non riesco a distinguere bene i confini tra me e il resto | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 301. E’ una sensazione forte che fa sentire tutti i pensieri | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 302. Ho voglia di mordere qualcosa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 303. Mi focalizzo su quello che succede | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 304. Non riesco a distinguere le sensazioni | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 305. Ho la pelle d’oca | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 306. Provo una leggera ansia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 307. Piango perché sono triste | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 308. Provo esperienze di orgasmo diverse tra loro | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 309. Ho paura di essere giudicato | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 310. Mi sento bene | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 311. Non mi concentro su nulla in particolare | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 312. Mi sento appagato | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 313. Ho paura che la mia prestazione sia inadeguata | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 314. Non posso essere distratto | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 315. Provo una soddisfazione totale | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 316. Sento il bisogno di stringere qualcosa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |