**Orgasmic Perception Questionnaire (OPQ; Panzeri, Mauro, Ronconi & Arocs-Romero)**

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 dopo. L’orgasmo può essere provato in diversi modi: risponda sulla base di quello che Lei prova solitamente, riferendosi soprattutto agli ultimi orgasmi provati. Segni con una crocetta la risposta che più si avvicina al Suo modo di pensare e alle sensazioni da Lei provate. Non esistono risposte giuste o sbagliate. Se non ha mai avuto un/a partner, barri pure la casella “non ho mai avuto un/a partner” nelle frasi in cui ci si riferisce esplicitamente ad esso/a.

**ALCUNE DEFINIZIONI**

**Coito**: rapporto sessuale con introduzione del pene in vagina

**Masturbazione**: autostimolazione dei genitali al fine di procurarsi piacere sessuale

**Sesso orale**: rapporto sessuale che consiste nella stimolazione orale (cioè con la bocca) del pene o dei genitali femminili

**Sesso anale**: rapporto sessuale con l’introduzione del pene nell’ano

**Relazione sessuale**: uno o più rapporti sessuali con una o più persone, fini a se stessi che non implichi necessariamente uno scambio affettivo

**Relazione affettiva**: rapporto con uno o più partner che non implichi necessariamente una relazione sessuale

**Rapporto sessuale**: forma di stimolazione reciproca che può comprendere baci, carezze, stimolazione reciproca, coito, sesso orale, sesso anale

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Provo un senso di potenza** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **2. Sento un forte tremolio nei muscoli del corpo** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **3. Mi sento euforico** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **4. Mi sento più sensuale** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **5. Sento dei brividi e dei fremiti alle estremità degli arti** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **6. Mi sento realizzato** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **7. Percepisco un aumento della temperatura corporea** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **8. Sento una forte tensione di tutto il corpo** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **9. Provo una sensazione di scosse/scariche elettriche che si propagano per il corpo** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **10. Percepisco un piacere fisico localizzato a livello genitale** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **11. Provo un fremito lungo tutto il corpo** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **12. Sento calore sul viso** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **13. Sento delle contrazioni muscolari che si diffondono dall’area genitale al resto del corpo** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **14. Mi sento completamente rilassato a livello muscolare** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **15. Sento una completa incapacità di pensare ad altro** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **16. Ho voglia di urlare** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 1 = Mai | 2 = Raramente | 3 = Qualche volta | 4 = Spesso | 5 = Sempre | 6 = Non ho mai avuto un/a partner sessuale | 7 = Non so/ non ricordo |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **17. Provo una sensazione di calore nella zona genitale** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **18. Percepisco tensione muscolare** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **19. Mi sembra che intorno tutto sia perfetto** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **20. Ho il respiro affannoso** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **21. Si susseguono in me pensieri positivi riguardo alla realtà** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **22. Mi sento ricco di energia** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **23. Non compaiono pensieri articolati** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **24. Ho la sensazione di essere isolato dal resto del mondo** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **25. 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 |
| **26. Scompare qualsiasi ansia** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **27. Non ho alcun tipo di inibizione, di freno o di limite** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **28. Mi sento determinato a raggiungerlo a qualunque costo** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **29. Sento vibrare il corpo come in una scarica elettrica** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **30. Ho la sensazione che la parte più istintiva di me prenda il sopravvento** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **31. Mi sento per un attimo fuori dalla realtà** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **32. Provo una sensazione di tranquillità** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **33. Ho la sensazione che il tempo si sia fermato** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 1 = Mai | 2 = Raramente | 3 = Qualche volta | 4 = Spesso | 5 = Sempre | 6 = Non ho mai avuto un/a partner sessuale | 7 = Non so/ non ricordo |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **34. Sento una forte scossa elettrica che mi attraversa** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **35. Ho bisogno di sentirmi rilassato** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **36. Mi sento protetto dal/la partner** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **37. Sento i muscoli delle gambe irrigidirsi** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **38. Provo un “senso di vittoria”** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **39. Mi sento come se non avessi nessuna preoccupazione** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **40. La mia mente è occupata solo dal piacere e dall’oggetto sessuale che lo stimola** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **41. Mi sento forte** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **42. Non penso a nulla** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **43. Provo calma** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **44. Sento una totalità tra mente e corpo** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **45. Provo un piacere quasi trascendentale** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **46. Mi concentro esclusivamente sulle sensazioni fisiche e sulle emozioni** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **47. Sento dei tremori** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **48. Provo una sensazione di conforto** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **49. Mi viene da sorridere** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **50. In quel preciso momento è puro istinto, senza lasciare molto spazio ai pensieri** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| 1 = Mai | 2 = Raramente | 3 = Qualche volta | 4 = Spesso | 5 = Sempre | 6 = Non ho mai avuto un/a partner sessuale | 7 = Non so/ non ricordo |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **51. Sento che il mio corpo è attraversato da spasmi** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **52. Mi focalizzo su quello che succede** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **53. Ho la pelle d’oca** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **54. Provo esperienze di orgasmo diverse tra loro** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |
| **55. Non mi concentro su nulla in particolare** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  7 |