

## De Sexual Self-Consciousness Scale

### Instructie

Bij iedere uitspraak staan vijf antwoordmogelijkheden: 'sterk mee oneens' (0), 'nogal mee oneens' (1), 'weet niet' (2), 'nogal mee eens' (3) en 'sterk mee eens' (4). Wilt u bij iedere uitspraak het cijfer omcirkelen dat het beste uw mening weergeeft?

U hoeft niet bij iedere vraag lang stil te staan. Wel is het belangrijk, dat u het antwoord omcirkelt dat overeenkomt met uw mening en niet met wat u vindt dat uw mening zou moeten zijn.

Wilt u erop letten dat u geen vragen heeft overgeslagen?

---

1. Ik voel mij ongemakkelijk in seksuele situaties	0	1	2	3	4
2. Ik stel me vaak voor hoe ik mij tijdens het vrijen gedraag	0	1	2	3	4
3. Ik besteed veel aandacht aan mijn seksuele gedachten en gevoelens	0	1	2	3	4
4. Ik geneer me snel in seksuele situaties	0	1	2	3	4
5. Ik vraag me vaak af wat de ander van mij vindt tijdens het vrijen	0	1	2	3	4
6. De wijze waarop ik mij op seksueel vlak gedraag, houdt mij bezig	0	1	2	3	4
7. Ik ben me tijdens het vrijen bewust van de indruk die ik op de ander maak	0	1	2	3	4
8. Tijdens het vrijen let ik sterk op wat er in mijn lichaam gebeurt	0	1	2	3	4
9. Ik vind het moeilijk om me seksueel te laten gaan ten opzichte van de ander	0	1	2	3	4
10. Als ik mijzelf zie tijdens het vrijen wordt ik mij hinderlijk bewust van mijzelf	0	1	2	3	4
11. Het duurt bij mij vrij lang voordat ik mijn verlegenheid in seksuele situaties heb overwonnen	0	1	2	3	4
12. Tijdens het vrijen voel ik mij voortdurend bekeken door de ander	0	1	2	3	4