

*Subschaal Seksuele geremdheid*

1. Ik voel mij ongemakkelijk in seksuele situaties
4. Ik geneer me snel in seksuele situaties
9. Ik vind het moeilijk om me seksueel te laten gaan ten opzichte van de ander
10. Als ik mijzelf zie tijdens het vrijen wordt ik mij hinderlijk bewust van mijzelf
11. Het duurt bij mij vrij lang voordat ik mijn verlegenheid in seksuele situaties heb overwonnen
12. Tijdens het vrijen voel ik mij voortdurend bekeken door de ander

*Subschaal Seksueel Zelfbewustzijn*

2. Ik stel me vaak voor hoe ik mij tijdens het vrijen gedraag
3. Ik besteed veel aandacht aan mijn seksuele gedachten en gevoelens
5. Ik vraag me vaak af wat de ander van mij vindt tijdens het vrijen
6. De wijze waarop ik mij op seksueel vlak gedraag, houdt mij bezig
7. Ik ben me tijdens het vrijen bewust van de indruk die ik op de ander maak
8. Tijdens het vrijen let ik sterk op wat er in mijn lichaam gebeurt