

מין/יחסי-מין מוגדרים ככל פעילות או התנהגות המגרה או מעוררת אדם במטרה לייצר אורגזמה או עונג מיני (כגון אוננות עצמית, שימוש בפורנוגרפיה, יחסי-מין מלאים עם בן או בת-זוג, מין אוראלי, מין אנאלי וכיו"ב).
לפניך אמירות שונות המתארות מגוון מחשבות, תחושות והתנהגויות הקשורות במין. אנא חשוב/י עלששת החודשים האחרונים וציין/י באמצעות הסולם הבא עד כמה האמירות הללו נכונות לגביך. אין תשובות נכונות או שגויות.

- כלל לא מסכים/ה
- לא מסכים/ה במידת-מה
- מסכים/ה במידת-מה
- מסכים/ה לחלוטין

1. למרות שההתנהגות המינית שלי הייתה חסרת אחריות או רשלנית, התקשיתי להפסיק.
2. מין הוא הדבר החשוב ביותר בחיי.
3. הצלחתי לעמוד בפני הדחפים המיניים שלי רק לזמן מועט בטרם נכנעתי להם.
4. קיימתי יחסי-מין גם כשכבר לא נהיית מהם יותר.
5. הדחפים המיניים שלי שינו אותי לרעה.
6. לא יכולתי לשלוט במאוויים וברצונות המיניים שלי.
7. העדפתי לקיים יחסי-מין יותר מלבצע כל פעולה אחרת.
8. הניסיון לצמצם את כמות יחסי המין שקיימתי כמעט אף פעם לא צלח.
9. על אף שיחסי המין כבר לא היו מספקים כבעבר, המשכתי לקיים אותם.
10. לא ביצעתי משימות חשובות בשל התנהגותי המינית.
11. רצונותי המיניים שלטו בי.
12. כשהייתה לי אפשרות לקיים יחסי-מין, שום דבר אחר לא היה רלוונטי.
13. לא הצלחתי להפחית את כמות יחסי המין שקיימתי.
14. על אף שחיי המין שלי כבר לא היו מספקים כבעבר, קיימתי יחסי-מין.
15. הפעילויות המיניות שלי הפריעו לי בעבודתי ו/או בלימודיי.
16. ההתנהגויות המיניות שלי השפיעו לרעה על מערכות היחסים שלי עם אחרים.
17. הייתי מוטרד/ת בשל ההתנהגויות המיניות שלי.
18. הפעילויות המיניות שלי הפריעו ליכולת שלי לחוות מין בריא.
19. לעתים קרובות מצאתי את עצמי במצב מביך בשל התנהגותי המינית.

השאלון נכתב ע"י Dr. Beáta Bóthe (תורגם לעברית ע"י עטרת גבירץ מידן) beata.bothe@umontreal.ca ו"ר יניב אפרתי (ateret.meydan@gmail.com) ומפורסם פה באישורם. Efratiyefrati@gmail.com