

CUESTIONARIOS SOBRE SATISFACCIÓN Y DESEO SEXUAL

BY @ESMIPSILOGA & @SERESSEXUADOS

CUESTIONARIO AUTOADMINISTRADO DE FACTORES QUE INFLUYEN AL DESEO

SEXUAL MASCULINO: (Sacado del libro “Hablando con ellos” de Ana Lombardia)

Puntúa del 0 al 10 cada una de estas afirmaciones en función del grado de acuerdo que tienes con ellas.

- Estoy a gusto con mi cuerpo
- Me cuido y arreglo para sentirme atractivo
- Me siento cómodo estando desnudo delante de otra persona
- Sé masturbarme y llegar al orgasmo con facilidad.
- Tengo fantasías sexuales.
- Pienso en sexo con frecuencia.
- Cuando estoy en la cama con alguien sé lo que me gusta.
- Pido lo que quiero en la cama a mis parejas.
- Me siento desinhibido en el sexo
- Me siento seguro y confiado a la hora de dar placer a mis parejas
- Estoy satisfecho con mis relaciones personales
- Estoy satisfecho con mi vida profesional
- Estoy satisfecho con mi vida en general
- Me siento confiado a la hora de conocer a alguien nuevo sentimentalmente
- Tengo buena salud en general
- Cuido mi alimentación
- Practico deporte de forma regular
- Conozco mi cuerpo, mi anatomía y puntos erógenos.
- Duermo bien y me siento descansado
- Gestiono y manejo bien el estrés.
- En general tengo la mente tranquila y despreocupada
- Estoy contento con el funcionamiento de mis erecciones
- Estoy contento con el control de mis eyaculaciones
- Estoy satisfecho con mi relación de pareja.

GMSEX (Lawrance & Byers, 1998)

En general cómo describirías tu relación sexual con tu pareja:

Buena							Mala
1	2	3	4	5	6	7	

Placentera							No placentera
1	2	3	4	5	6	7	

Positiva							Negativa
1	2	3	4	5	6	7	

Satisfactoria							Insatisfactoria
1	2	3	4	5	6	7	

Valiosa							No valiosa
1	2	3	4	5	6	7	