

# Questionnaire Couple : Votre Partenaire sait-il ce qui vous donne du plaisir ?

## Partie FEMME

1. Dans votre vie de couple, êtes-vous souvent dans des conditions favorables pour avoir des moments d'intimité?
  - a. Pas du tout
  - b. Pas suffisamment
  - c. Peut mieux faire
  - d. Dans l'ensemble oui
  - e. Oui
2. Si vous ne pensez pas être dans des conditions favorables, pouvez-vous expliquer pourquoi ?
  - a. Stress de la vie quotidienne
  - b. Conflits dans le couple
  - c. Partenaire pas suffisamment à votre écoute
  - d. Côté maternel et/ou professionnel qui prend le dessus
  - e. Je ne suis pas concernée, parce que je suis dans des conditions favorables
3. Votre partenaire sait il vous mettre à l'aise avec votre corps ?
  - a. Pas du tout
  - b. Pas suffisamment
  - c. Peut mieux faire
  - d. Dans l'ensemble oui
  - e. Oui
4. Votre partenaire sait-il être attentif et attentionné ?
  - a. Pas du tout
  - b. Pas suffisamment
  - c. Peut mieux faire
  - d. Dans l'ensemble oui
  - e. Oui
5. Préférez-vous que votre partenaire prenne les devants?
  - a. Oui
  - b. Parfois
  - c. Non
6. Pensez-vous qu'il sache bien le faire ?
  - a. Non, il est trop direct
  - b. Cela dépend des moments
  - c. Oui à chaque fois, il sait comment m'aborder
7. A quelle fréquence avez-vous des rapports sexuels ?
  - a. Très rarement
  - b. 1 fois par mois
  - c. Plusieurs fois par mois
  - d. 1 fois par semaine
  - e. Plusieurs fois par semaine
  - f. Quasiment tous les jours
  - g. Plusieurs fois par jour

8. A quel moment préférez-vous avoir des rapports sexuels ? (1 réponse possible)
- J'ai très peu de désir
  - Matin
  - Après-midi
  - Soir (lumière éteinte)
  - Soir (avec lumière)
  - Tout le temps
9. A quelle fréquence avez-vous des orgasmes (non simulés) qu'ils soient vaginaux ou clitoridiens avec votre partenaire ?
- Jamais
  - Rarement
  - Occasionnellement
  - Pas assez
  - Souvent
  - A chaque fois
10. Avez-vous déjà simulé un orgasme avec votre partenaire ?
- Oui plusieurs fois
  - Oui à chaque fois
  - Non
11. Vous adonnez-vous aux plaisirs solitaires ?
- Jamais
  - Rarement
  - Occasionnellement
  - Pas assez
  - Souvent : au moins 1 fois par semaine
  - plusieurs fois par semaine
12. Si vous le faites, utilisez-vous certaines choses pour augmenter votre plaisir ? Plusieurs réponses possibles
- Je ne le fais pas
  - Non, juste mes doigts
  - Un support visuel et/ou fantasmagorique
  - Un lubrifiant
  - Un ou plusieurs sextoys : vibromasseur, gode, plug...
13. Lors de plaisirs solitaires, à quelle fréquence avez-vous des orgasmes ?
- Je ne m'adonne pas aux plaisirs solitaires
  - Jamais
  - Rarement
  - Occasionnellement
  - Pas assez
  - Souvent
  - A chaque fois

14. Avez-vous plus facilement des orgasmes solo ou/et avec des accessoires qu'avec votre partenaire ?
- Oui
  - Non
15. Pensez-vous que votre partenaire connaît bien votre corps?
- Pas du tout
  - Pas suffisamment
  - Peut mieux faire
  - Dans l'ensemble oui
  - Oui parfaitement
16. Pensez-vous que les préliminaires soient indispensables pour vous ?
- Oui à chaque fois
  - Oui dans la majorité des cas
  - Non dans certains cas
  - Non je n'en ai pas besoin
  - Non je trouve que c'est une perte de temps
17. Pensez-vous que votre partenaire connaît TOUTES vos zones érogènes ?
- Pas du tout
  - Pas suffisamment
  - Peut mieux faire
  - Dans l'ensemble oui
  - Oui parfaitement
18. Pensez-vous que votre partenaire s'attarde suffisamment sur TOUTES vos zones érogènes ?
- Oui
  - Non
  - A améliorer
19. votre partenaire connaît-il (ou elle) les caresses qui vous conviennent pour stimuler votre clitoris ?
- Oui
  - Non
  - A améliorer
20. Avez-vous des fantasmes non avoués par crainte d'être jugée par votre partenaire ?
- Oui
  - Non

21. Aimeriez-vous expérimenter d'autres pratiques ?

- a. Oui
- b. Non

22. Vous arrive-t-il d'accepter quelque chose juste pour le plaisir de votre partenaire ?

- a. Oui
- b. Non

23. Pensez-vous que votre partenaire fait moins d'efforts qu'au début pour vous satisfaire/séduire ?

- a. Oui
- b. Non

24. Pensez-vous parler suffisamment de vos attentes concernant vos rapports sexuels avec votre partenaire ?

- a. Pas du tout
- b. Pas suffisamment
- c. Peut mieux faire
- d. Dans l'ensemble oui
- e. Oui parfaitement

25. D'une manière générale, trouvez-vous que vous prenez du plaisir dans votre sexualité ?

- a. Pas du tout, je n'aime pas ça
- b. Pas du tout, je n'y arrive pas
- c. Pas suffisamment
- d. Dans l'ensemble oui
- e. Oui parfaitement

## Partie Partenaire

1. Dans votre vie de couple, pensez-vous que votre partenaire est souvent dans des conditions favorables pour avoir des moments d'intimité?
  - a. Pas du tout
  - b. Pas suffisamment
  - c. Peut mieux faire
  - d. Dans l'ensemble oui
  - e. Oui
  
2. Si vous pensez que non, pensez-vous que cela soit dû à :
  - a. Stress de sa vie quotidienne
  - b. Conflits dans le couple
  - c. Vous n'êtes pas suffisamment à son écoute
  - d. Côté maternel et/ou professionnel qui prend le dessus
  - e. Je ne suis pas concerné, nous avons suffisamment de moments d'intimité
  
3. Pensez-vous savoir mettre suffisamment votre partenaire à l'aise avec son corps?
  - a. Pas du tout
  - b. Pas suffisamment
  - c. Peut mieux faire
  - d. Dans l'ensemble oui
  - e. Oui
  
4. Pensez-vous être assez attentif et attentionnée ?
  - a. Pas du tout
  - b. Pas suffisamment
  - c. Peut mieux faire
  - d. Dans l'ensemble oui
  - e. Oui
  
5. Pensez-vous que votre partenaire préfère que vous preniez les devants ?
  - a. Oui
  - b. Parfois
  - c. Non
  
6. Quand vous le faites, comment pensez-vous qu'elle le perçoit ?
  - a. Pas très bien, je sais que je suis trop direct
  - b. Cela dépend des moments
  - c. Très bien, je sais comment l'aborder
  
7. A quelle fréquence avez-vous des rapports sexuels ?
  - a. Très rarement
  - b. 1 fois par mois
  - c. Plusieurs fois par mois

- d. 1 fois par semaine
  - e. Plusieurs fois par semaine
  - f. Quasiment tous les jours
  - g. Plusieurs fois par jour
8. A quel moment votre partenaire préfère elle avoir des rapports sexuels ? (1 réponse possible)
- a. Elle a très peu de désir
  - b. Matin
  - c. Après-midi
  - d. Soir (lumière éteinte)
  - e. Soir (avec lumière)
  - f. Tout le temps
9. A quelle fréquence pensez-vous que votre partenaire a des orgasmes (non simulés) vaginaux et/ou clitoridiens avec vous ?
- a. Jamais
  - b. Rarement
  - c. Occasionnellement
  - d. Pas assez
  - e. Souvent
  - f. A chaque fois
10. Pensez-vous que votre partenaire a déjà simulé un orgasme avec vous ?
- a. Oui plusieurs fois
  - b. Oui à chaque fois
  - c. Non
11. Pensez-vous que votre partenaire s'adonne aux plaisirs solitaires ?
- a. Jamais
  - b. Rarement
  - c. Occasionnellement
  - d. Pas assez
  - e. Souvent : au moins 1 fois par semaine
  - f. Plusieurs fois par semaine
12. Si elle le fait, pensez-vous qu'elles prennent certaines choses pour augmenter votre plaisir ?  
plusieurs réponses possibles
- a. Elle ne le fait pas
  - b. Non, juste ses doigts
  - c. Un support visuel et/ou fantasmagique
  - d. Un lubrifiant
  - e. Un ou plusieurs sextoys : vibromasseur, gode, plug...

13. Lors de ces plaisirs solitaires, à quelle fréquence pensez-vous que votre partenaire atteint l'orgasme ?

- a. Elle ne s'adonne pas aux plaisirs solitaires
- b. Jamais
- c. Rarement
- d. Occasionnellement
- e. Pas assez
- f. Souvent
- g. A chaque fois

14. Pensez-vous que votre partenaire atteint plus facilement des orgasmes solo ou/et avec des accessoires qu'avec vous ?

- a. Oui
- b. Non

15. Pensez-vous bien connaître le corps de votre partenaire?

- a. Pas du tout
- b. Pas suffisamment
- c. Peut mieux faire
- d. Dans l'ensemble oui
- e. Oui parfaitement

16. Pensez-vous que les préliminaires soient indispensables pour votre partenaire ?

- a. Oui à chaque fois
- b. Oui dans la majorité des cas
- c. Non dans certains cas
- d. Non elle n'en a pas besoin
- e. Non elle pense que c'est une perte de temps

17. Pensez-vous connaître TOUTES les zones érogènes de votre partenaire?

- a. Pas du tout
- b. Pas suffisamment
- c. Peut mieux faire
- d. Dans l'ensemble oui
- e. Oui parfaitement

18. Pensez-vous suffisamment vous attarder sur TOUTES ses zones érogènes ?

- a. Oui
- b. Non
- c. A améliorer

19. Votre partenaire pense-t-elle que vous connaissez les caresses qui lui conviennent le mieux pour stimuler son clitoris ?
- Oui
  - Non
  - A améliorer
20. Pensez-vous que votre partenaire a des fantasmes non avoués par crainte d'être jugée par vous?
- Oui
  - Non
21. Pensez-vous que votre partenaire aimerait expérimenter d'autres pratiques ?
- Oui
  - Non
22. Lui arrive-t-il d'accepter quelque chose juste pour votre plaisir ?
- Oui
  - Non
23. Votre partenaire pense-t-elle que vous faites moins d'efforts qu'au début pour la satisfaire/séduire ?
- Oui
  - Non
24. Votre partenaire pense-t-elle parler suffisamment avec vous de ses attentes concernant vos rapports sexuels?
- Pas du tout
  - Pas suffisamment
  - Peut mieux faire
  - Dans l'ensemble oui
  - Oui parfaitement
25. D'une manière générale, trouvez-vous que votre partenaire prenne du plaisir dans sa sexualité ?
- Pas du tout, elle n'aime pas ça
  - Pas du tout, elle n'y arrive pas
  - Pas suffisamment
  - Dans l'ensemble oui
  - Oui parfaitement