



COMPRENDRE MON NIVEAU DE SATISFACTION LORS DE MES EXPÉRIENCES SEXUELLES

CONSENTEMENT DE QUALITÉ



PLAISIR

Oh oui! C'est en plein de que j'ai envie de vivre.

DÉSIRS



PLAISIR

Mes besoins sont compris et ses besoins sont considérés.



EXPLORATION

J'écoute mes sensations pour comprendre à quel point j'aime ça.



EXPLORATION

Nos limites sont respectées, la communication est ouverte et confortable.

CONSENTEMENT ALTRUISTE ▲ OU CONTRAIGNANT ▼



CONTRAINTE

Ça ne me tente pas mais je veux éviter que la situation dégénère.



CONTRAINTE

Ses besoins sont plus importants que mon bien-être.



AGRESSION

Je ne veux vraiment pas, tout mon corps le dit, mais l'autre continue.

LIMITES



AGRESSION

Son intention est d'avoir du plaisir peu importe le mal physique ou psychologique que je ressens.



ABSENCE DE CONSENTEMENT



MOI



AVEC L'AUTRE