

Vragenlijst seks bespreekbaar maken

1. Wat is voor jou het verschil tussen de liefde bedrijven en seks?
2. Hou je van praten tijdens de seks? En indien ja, op wat voor een manier vind jij dat aantrekkelijk om te doen?
3. Ben je bang om mijn gevoelens of ego te kwetsen, als je aangeeft wat je seksueel opwindend vindt?
4. Vind je het moeilijk om te vragen wat je wilt als het om aanraking gaat?
5. Heb je wel eens het gevoel dat je je seksueel moet inhouden bij mij?
6. Hoe kan ik je helpen om een veiliger gevoel te krijgen als we seks hebben?
7. Is er iets dat je zou willen uitproberen op seksueel gebied, dat we nog niet hebben besproken?
8. Denk je dat er tussen ons een verschil is in verlangen naar seks? En hoe denk je dat we daarmee kunnen omgaan?
9. Waar ben je het meest tevreden over aan je lichaam?
10. Voelt het wel eens alsof er wordt verwacht dat elke aanraking leidt naar seks?
11. Wat waren voor jou de beste of meest romantische momenten tussen ons?
12. Van wat voor een soort aanraking geniet je het meest?
13. Zou het helpen als ik je vraag, "Wat wil je en wat heb je nu nodig?"
14. Hoe denk je over orale seks?
15. Hoe denk je over het geven van orale seks?
16. Hoe denk je over het gebruiken van seksspeeltjes?
17. Hoe denk je over rollenspellen en verkleeden?
18. Hoe denk je over vastbinden met bijvoorbeeld sjaals of handboeien?
19. Van wat voor seksuele fantasieën kun je genieten?
20. Hoe denk je over porno kijken? Is het anders wanneer je dat alleen of samen doet?
21. Windt praten over seks je op?
22. Heb je ervaringen gehad met seksualiteit die jou nu nog in de weg zitten?
23. Zou je daarover iets met me willen delen?
24. Is er iets dat ik kan doen waardoor jij je meer op je gemak voelt?
25. Hoe ongemakkelijk vind je het op dit moment om over seks te praten (op een schaal van 0-10)?
26. Hoe zou je willen dat het zou zijn?
27. Zijn er dingen die ik doe die jou een slecht gevoel geven over je lichaam? Wat zou ik anders kunnen doen?
28. Zijn er dingen die ik doe die jou een goed gevoel geven over je lichaam? Wat zou ik nog meer kunnen doen?
29. Hoe voelt het voor jou als ik seks initieer?
30. Hoe voelt het voor jou als jij seks initieert?

31. Hoe kan ik je laten weten dat ik niet in de stemming ben voor seks, zonder je het gevoel te geven dat ik je afwijs?
32. Heb je ooit het gevoel gehad dat ik op seksueel vlak over jouw grenzen ben gegaan op een negatieve manier?
33. Wat is voorspel voor jou? Wat windt jou op?
34. Welk deel van voorspel vind je het leukst?
35. Welk deel van voorspel vind je het minst leukst? Wat zou je willen dat ik anders doe?
36. Zijn er delen van je lichaam waar ik meer aandacht aan mag schenken?