*Version rassemblée par* ***Objets De Plaisir*** *(*[*objetsdeplaisir.fr*](http://www.objetsdeplaisir.fr)*)*

**Légende :**

|  |
| --- |
| **Catégories :**  **Sex** : Pratiques sexuelles  **Toy** : Sextoys  **Jeu** : Jeux  **Sof** : Soft  **Lib** : Libertinage  **B** : Bondage  **D/s** : Domination / soumission  **SM** : Sadomasochisme  **Sen** : Sensation play  **Vêt** : Tenue vestimentaire  **Exh** : Exhibitionnisme  **Fet** : Fétichisme  **Med** : Fétichisme médical  **Rol** : Jeux de rôles  **BM** : Modifications corporelles (body modifications)  **Phy** : Apparence physique  **Div** : Divers |

|  |
| --- |
| **Barème :**  **/**  : Techniquement impossible *(ex : action nécessitant un organe dont vous n'êtes pas pourvu(e))*  ♥ : Indispensable ! Il vous est inconcevable de vous en passer  **5** : Vous adorez !  **4** : Vous aimez  **3** : Oui, c'est une activité plutôt sympa  **2** : Mouais, bof, plutôt neutre  **1** : Vous n'aimez pas trop, mais vous êtes ok pour le faire si cela fait plaisir à votre partenaire  **0** : Vous détestez, mais vous seriez prêt(e) à le faire pour faire plaisir à votre partenaire  **...** : Vous n'êtes pas prêt(e) à le faire mais votre avis sur cette pratique pourrait évoluer dans   un avenir plus ou moins lointain  **NON** : Vous ne souhaitez jamais, ô grand jamais tenter cette pratique |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Caté-**  **gorie** | **Description** | **Que pensez-­vous de subir cette action de la part de votre partenaire ?** | **Que pensez-­vous de faire subir cette action à votre partenaire ?** |
| **Sex** | Anulingus |  |  |
| **Sex** | Avaler du sperme |  |  |
| **Sex** | Cunnilingus |  |  |
| **Sex** | Dilatation anale |  |  |
| **Sex** | Dilatation vaginale |  |  |
| **Sex** | Double pénétration |  |  |
| **Sex** | Fellation |  |  |
| **Sex** | Fisting anal |  |  |
| **Sex** | Fisting vaginal |  |  |
| **Sex** | Masturber |  |  |
| **Sex** | Pénétration vaginale |  |  |
| **Sex** | Se masturber devant son/sa partenaire |  |  |
| **Sex** | Sexe anal (de manière générale) |  |  |
| **Sex** | Sexe au téléphone avec le/la partenaire |  |  |
| **Sex** | Sexe au téléphone avec une autre personne |  |  |
| **Sex** | Sexe oral (de manière générale) |  |  |
| **Sex** | Sexe vaginal (de manière générale) |  |  |
| **Sex** | Sodomie |  |  |
| **Sex** | Triple pénétration |  |  |
| **Sex** | Rapports sexuels avec une personne du même sexe |  |  |
| **Sex** | Rapports sexuels avec une personne du sexe opposé |  |  |
| **Sof** | Massage |  |  |
| **Sof** | Regarder une vidéo érotique / porno |  |  |
| **Jeu** | Jeux de société sexy avec d'autres personnes |  |  |
| **Jeu** | Jeux de société sexy en privé |  |  |
| **Toy** | Boules de geisha (portées chez soi) |  |  |
| **Toy** | Boules de geisha (portées en public, sous des vêtements) |  |  |
| **Toy** | Chapelet anal |  |  |
| **Toy** | Cockring |  |  |
| **Toy** | Fellation sur gode |  |  |
| **Toy** | Fellation sur un gode-ceinture |  |  |
| **Toy** | Gates of Hell (sextoy pénien constitué de plusieurs anneaux) |  |  |
| **Toy** | Gode (insertion vaginale) |  |  |
| **Toy** | Godes anals |  |  |
| **Toy** | Oeuf vibrant (porté en public, sous des vêtements) |  |  |
| **Toy** | Pénétration avec un gode-ceinture |  |  |
| **Toy** | Plugs anals (insertion) |  |  |
| **Toy** | Plugs anals (porté en public, sous des vêtements) |  |  |
| **Toy** | Vibromasseur |  |  |
| **Toy** | Fucking machine |  |  |
| **Lib** | Candaulisme |  |  |
| **Lib** | Cuckolding |  |  |
| **Lib** | Échangisme |  |  |
| **Lib** | Mélangisme |  |  |
| **Lib** | Pluralisme féminin |  |  |
| **Lib** | Pluralisme masculin |  |  |
| **Lib** | Triolisme |  |  |
| **Lib** | Voyeurisme (regarder d'autres personnes) |  |  |
| **B** | Armbinder (fourreau d'immobilisation des bras) |  |  |
| **B** | Attaché(e) bras derrière et levés |  |  |
| **B** | Attaché(e) debout bras levés |  |  |
| **B** | Attaché(e) sur tréteau / baudet |  |  |
| **B** | Bâillon boule |  |  |
| **B** | Bâillon en ruban adhésif |  |  |
| **B** | Bâillon en tissu |  |  |
| **B** | Bâillon maintenant la bouche ouverte (anneau ou "spider") |  |  |
| **B** | Bâillon mors |  |  |
| **B** | Bandeau sur les yeux |  |  |
| **B** | Barres d'écartement |  |  |
| **B** | Bondage (en public, sous des vêtements) |  |  |
| **B** | Bondage avec cordes |  |  |
| **B** | Bondage avec des chaînes |  |  |
| **B** | Bondage avec des lanières |  |  |
| **B** | Bondage avec du film plastique |  |  |
| **B** | Bondage avec du scotch ou du "bondage tape" |  |  |
| **B** | Bondage lourd |  |  |
| **B** | Bondage soft |  |  |
| **B** | Bondage sur une longue période |  |  |
| **B** | Cagoule recouvrant toute la tête |  |  |
| **B** | Camisole de force |  |  |
| **B** | Croix de Saint-André |  |  |
| **B** | Dormir attaché(e) |  |  |
| **B** | Enfermement dans un placard ou une cellule |  |  |
| **B** | Enfermement dans une cage |  |  |
| **B** | Équipement de contraintes complexes en (faux-)cuir |  |  |
| **B** | Harnais de tête |  |  |
| **B** | Harnais en (faux-)cuir |  |  |
| **B** | Harnais en corde |  |  |
| **B** | Mains attachées |  |  |
| **B** | Menottes en cuir |  |  |
| **B** | Menottes en métal |  |  |
| **B** | Menottes en sangle |  |  |
| **B** | Mise au pilori |  |  |
| **B** | Momification |  |  |
| **B** | Pieds attachés |  |  |
| **B** | Shibari (Bondage complexe avec corde) |  |  |
| **B** | Sling |  |  |
| **B** | Suspension à l'envers |  |  |
| **B** | Suspension à l'horizontale |  |  |
| **B** | Suspension en position debout |  |  |
| **D/s** | Accessoires de chasteté (cage ou ceinture) |  |  |
| **D/s** | Chasteté forcée |  |  |
| **D/s** | Collier (porté en cercle restreint) |  |  |
| **D/s** | Collier (porté en privé) |  |  |
| **D/s** | Collier (porté en public) |  |  |
| **D/s** | Compétition (avec d'autres personnes soumises) |  |  |
| **D/s** | Contrôle d'orgasme |  |  |
| **D/s** | Contrôle de l'utilisation de la salle de bains |  |  |
| **D/s** | Contrôle de l'utilisation des toilettes |  |  |
| **D/s** | Déni d'orgasme |  |  |
| **D/s** | Devoirs à la maison (exercices à réaliser seul(e)) |  |  |
| **D/s** | Être donné(e) à une autre personne dominante |  |  |
| **D/s** | Être prêté(e) à une autre personne dominante |  |  |
| **D/s** | Exercice physique "forcé" |  |  |
| **D/s** | Faire hommage avec la langue (non-sexuel) |  |  |
| **D/s** | Fournir de nouveaux partenaires pour la personne dominante |  |  |
| **D/s** | Frustration |  |  |
| **D/s** | Harems (servitude avec d'autres personnes soumises) |  |  |
| **D/s** | Hétérosexualité imposée |  |  |
| **D/s** | Homosexualité imposée |  |  |
| **D/s** | Humiliation (en cercle restreint) |  |  |
| **D/s** | Humiliation (en privé) |  |  |
| **D/s** | Humiliation (en public) |  |  |
| **D/s** | Humiliation verbale |  |  |
| **D/s** | Laisse (en cercle restreint) |  |  |
| **D/s** | Laisse (en privé) |  |  |
| **D/s** | Laisse (en public) |  |  |
| **D/s** | Lécher (non-sexuel) |  |  |
| **D/s** | Lécher des objets (ex : sol) |  |  |
| **D/s** | Masturbation imposée |  |  |
| **D/s** | Mise au piquet (debout dans un coin) |  |  |
| **D/s** | Nourriture dans la main de la personne dominante |  |  |
| **D/s** | Nourriture dans une gamelle |  |  |
| **D/s** | Nourriture imposée |  |  |
| **D/s** | Obéir à des ordres |  |  |
| **D/s** | Orgasme ruiné |  |  |
| **D/s** | Orgasme sur commande |  |  |
| **D/s** | Port de bijoux symboliques |  |  |
| **D/s** | Règles de comportement (à suivre distance) |  |  |
| **D/s** | Restriction de parole |  |  |
| **D/s** | Restriction de sommeil |  |  |
| **D/s** | Restriction des contacts visuels |  |  |
| **D/s** | Restriction sexuelle (court terme) |  |  |
| **D/s** | Restriction sexuelle (long terme) |  |  |
| **D/s** | S'agenouiller |  |  |
| **D/s** | Sermon / leçon en cas de mauvaise conduite |  |  |
| **D/s** | Servir (de manière générale) |  |  |
| **D/s** | Servir d'autres personnes (avec supervisation de la personne dominante) |  |  |
| **D/s** | Servir d'autres personnes (sans supervisation de la personne dominante) |  |  |
| **D/s** | Servir de cendrier |  |  |
| **D/s** | Servir de chauffeur |  |  |
| **D/s** | Servir de décoration (ex : statue) |  |  |
| **D/s** | Servir de domestique |  |  |
| **D/s** | Servir de meuble |  |  |
| **D/s** | Servir de serveur(se) (ex : soubrette) |  |  |
| **D/s** | Servir de toilette |  |  |
| **D/s** | Servir sexuellement |  |  |
| **D/s** | Danser sur demande de la personne dominante |  |  |
| **D/s** | Travaux ménagers |  |  |
| **SM** | "Paddle" en bois |  |  |
| **SM** | "Torture" des parties génitales |  |  |
| **SM** | Badine |  |  |
| **SM** | Branches épineuses |  |  |
| **SM** | Brûlures |  |  |
| **SM** | Canne (rigide) |  |  |
| **SM** | Canne (souple) |  |  |
| **SM** | Claques |  |  |
| **SM** | Correction douce |  |  |
| **SM** | Correction dure |  |  |
| **SM** | Coups sur le dos |  |  |
| **SM** | Coups sur le sexe |  |  |
| **SM** | Coups sur le torse / la poitrine |  |  |
| **SM** | Coups sur le ventre |  |  |
| **SM** | Coups sur les fesses |  |  |
| **SM** | Coups sur les jambes |  |  |
| **SM** | Coups sur les pieds |  |  |
| **SM** | Coupures |  |  |
| **SM** | Cravache |  |  |
| **SM** | Egratignures |  |  |
| **SM** | Etirement ou torsion des parties génitales avec les doigts |  |  |
| **SM** | Etirement ou torsion des tétons ou des seins avec les doigts |  |  |
| **SM** | Fessée |  |  |
| **SM** | Fessée avec une sangle ou un ceinturon |  |  |
| **SM** | Fouet "single tail" |  |  |
| **SM** | Fouet à lanière |  |  |
| **SM** | Fouet de dressage d'équitation |  |  |
| **SM** | Martinet |  |  |
| **SM** | Morsures |  |  |
| **SM** | Pinces à linge sur le corps |  |  |
| **SM** | Pinces aux seins |  |  |
| **SM** | Pinces sur le sexe |  |  |
| **SM** | Poids aux seins |  |  |
| **SM** | Water torture |  |  |
| **Sen** | Chatouilles |  |  |
| **Sen** | Cire chaude |  |  |
| **Sen** | Cire chaude sur organes génitaux |  |  |
| **Sen** | Contrôle de la respiration |  |  |
| **Sen** | Électro-stimulation |  |  |
| **Sen** | Étranglement |  |  |
| **Sen** | Fireplay |  |  |
| **Sen** | Friction |  |  |
| **Sen** | Glaçons |  |  |
| **Sen** | Jeux d'aiguilles |  |  |
| **Sen** | Knifeplay |  |  |
| **Sen** | Privation sensorielle |  |  |
| **Sen** | Succion |  |  |
| **Sen** | Teasing |  |  |
| **Sen** | Tirage de cheveux |  |  |
| **Vêt** | Corsets |  |  |
| **Vêt** | Nudité imposée en présence d'autres personnes |  |  |
| **Vêt** | Nudité imposée en privé |  |  |
| **Vêt** | Tenue de soubrette |  |  |
| **Vêt** | Tenue vestimentaire imposée |  |  |
| **Vêt** | Travestissement |  |  |
| **Vêt** | Travestissement "forcé" |  |  |
| **Vêt** | Uniformes |  |  |
| **Vêt** | Vêtements en cuir |  |  |
| **Vêt** | Vêtements en latex |  |  |
| **Vêt** | Vêtements en lycra |  |  |
| **Vêt** | Vêtements en vinyle |  |  |
| **Vêt** | Vêtements osés (en cercle restreint) |  |  |
| **Vêt** | Vêtements osés (en privé) |  |  |
| **Vêt** | Vêtements osés (en public) |  |  |
| **Phy** | Rasage des cheveux |  |  |
| **Phy** | Rasage des poils du corps |  |  |
| **Phy** | Rasage des zones génitales |  |  |
| **Exh** | Exhibitionnisme "forcé" |  |  |
| **Exh** | Exhibitionnisme (dans un cercle restreint) |  |  |
| **Exh** | Exhibitionnisme (étrangers) |  |  |
| **Exh** | Exhibitionnisme devant webcam |  |  |
| **Exh** | Exhibitionnisme volontaire |  |  |
| **Exh** | Exposition publique |  |  |
| **Exh** | Photographies diffusées en cercle restreint |  |  |
| **Exh** | Photographies pour utilisation privée uniquement |  |  |
| **Exh** | Photographies pour utilisation publique |  |  |
| **Exh** | Photographies, visage masqué |  |  |
| **Exh** | Scène BDSM en extérieur |  |  |
| **Exh** | Sexe en extérieur |  |  |
| **Exh** | Vidéos diffusées en cercle restreint |  |  |
| **Exh** | Vidéos pour utilisation privée uniquement |  |  |
| **Exh** | Vidéos pour utilisation publique |  |  |
| **Exh** | Vidéos, visage masqué |  |  |
| **Fet** | Adoration des bottes |  |  |
| **Fet** | Adoration des pieds |  |  |
| **Fet** | Adoration des seins |  |  |
| **Fet** | Adoration des talons-hauts |  |  |
| **Fet** | Adoration du fessier |  |  |
| **Fet** | Adoration du sexe |  |  |
| **Fet** | Boire de l'urine |  |  |
| **Fet** | Douche brune (excréments) |  |  |
| **Fet** | Douche dorée |  |  |
| **Fet** | Nourriture posée sur le corps d'une autre personne |  |  |
| **Fet** | Piétinement (trampling) |  |  |
| **Rol** | Abandon simulé |  |  |
| **Rol** | Age play |  |  |
| **Rol** | Interrogatoires |  |  |
| **Rol** | Jeu de rôle : éducation |  |  |
| **Rol** | Jeu de rôle : médical |  |  |
| **Rol** | Jeu de rôle : prison |  |  |
| **Rol** | Jeu de rôle : prostitution |  |  |
| **Rol** | Jeu de rôle : religieux(se) |  |  |
| **Rol** | Kidnapping simulé |  |  |
| **Rol** | Pet play |  |  |
| **Rol** | Pig play |  |  |
| **Rol** | Pony play |  |  |
| **Rol** | Puppy play |  |  |
| **Rol** | Viol simulé (par plusieurs personnes) |  |  |
| **Rol** | Viol simulé (par une personne) |  |  |
| **Med** | Cathéter |  |  |
| **Med** | Examens physiques |  |  |
| **Med** | Lavement anal |  |  |
| **Med** | Lavement vaginal |  |  |
| **Med** | Speculum anal |  |  |
| **Med** | Speculum vaginal |  |  |
| **BM** | Branding |  |  |
| **BM** | Injections salines |  |  |
| **BM** | Piercing (permanent) |  |  |
| **BM** | Piercing temporaire (play piercing) |  |  |
| **BM** | Scarifications |  |  |
| **BM** | Tatouage |  |  |
| **Div** | Boire du sang |  |  |
| **Div** | Hypnose |  |  |
| **Div** | Lutte |  |  |
| **Div** | Rites d'initiation |  |  |
| **Div** | Rituels |  |  |

*Notes :*

* *Cette checklist ne remplace en aucun cas une discussion animée sur vos goûts et désirs. Elle ne doit pas faire office de consentement, ce n’est qu’un simple support destiné à alimenter votre conversation.*
* *Certaines des pratiques listées peuvent être dangereuses si pratiquées sans maîtriser leur technique, et certaines sont dangereuses tout court. Avant de tenter un truc nouveau, renseignez-vous bien sur les risques et les précautions à prendre pour les éviter.*
* *Bien entendu, ce document est exclusivement réservé à un public adulte. Ne le laissez pas traîner n’importe où.*