

Kuidas saavutada seda, et su enda nõusolek oleks entusiastlik ja vaba?

- Teadvusta, et sinu soovid ja ihad on olulised, samuti sinu piirid.
- Julge partneriga suhelda ja temalt küsida, mida soovid.
- Luba endal ebameeldivast tegevusest keelduda, isegi kui tunned, et ei soovi partnerile pettumust valmistada. Hooliv partner soovib, et sul oleks hea.

Mida teha ahistamise korral?

Kui sind survestatakse, ahistatakse või sinu vastu vägivalda kasutatakse, palu ahistajal oma käitumine kiiresti ja selgelt lõpetada. Kui on võimalik, siis lahku ja kutsu abi. Räägi asjast mõnele lähedasele, keda usaldad. Selleks võib olla sõber, vanem, sugulane või spetsialist, näiteks psühholoog. Oluline on mitte jääda oma kogemusega üksi. Kehalise ahistamise puhul on võimalik politseisse avaldus teha ja loomulikult ka seksuaalse väärkohtlemise ja rünnaku puhul. Ahistamist reguleerib Eestis soolise võrdõiguslikkuse seadus ja karistusseadustik (viimases ainult kehalise ahistamisena).

Mõned mõtteharjutused

Küsimustel ei pruugi olla õigeid vastuseid, mõelge oma kogemustele ja arutage!

1. Kas kahtlemine või puiklemine on flirtimise vorm?
2. Kas kellegi käest, kes on seksuaalselt väga aktiivne, kellel on palju partnereid ja kogemusi, on nõusoleku küsimine vähem oluline?
3. Kas oma soovidest ja mõtetest seksi teemal rääkimine võib olla erootiline?
4. Mida sa teed/teeksid, et julgustada oma partnerit enda soove väljendama?
5. Mida teha, kui sa ei julge partnerile oma soovidest rääkida? Milliseid viise partneriga suhtlemiseks on veel peale rääkimise?
6. Kas sul on olnud olukordi, kus oled (kogemata) kedagi ahistanud, survestanud seksuaalse tegevusega jätkama või proovinud "ära rääkida", kuigi näed, et ta ei soovi jätkata? Mida peaks tegema, kui oled oma eksitusest aru saanud?
7. Kas suhtes olemine tähendab seda, et suhtes olijad peavad olema valmis alati seksima?
8. Kas sinu meelest on okei alustada kellegagi seksimist, kui ta magab?
9. Milline on hea seks? Kas hea seks tähendab eri inimeste jaoks sarnaseid või erinevaid asju?
10. Kas palju erinevaid partnereid teeb su seksis vilunuks?

SEKSUAALHARIDUSLIK NOORTELAVASTUS

KUIDAS ÖELDA JAH?



Mis on seksuaalne nõusolek (ingl *sexual consent*)?

Turvaline ja hea seks on palju enam kui oskus kasutada kondoomi ja otsese füüsilise vägivalda puudumine. Hea seksi eeldus on see, et kõik osapooled soovivad seda, naudivad tegevust ning on huvitatud partneri naudingust.

Nõusolekut tuleb **küsida**, vastust **kuulata** ja seda **austada**. Nõusolek ja selle küsimine võib olla, aga ei pea olema verbaalne. Oluline on partneri soovide vastu huvi tunda ja luua turvaline olukord, kus tal on vajaduse korral mugav "ei" öelda või küsida, mis ja kuidas talle meeldiks. Samuti on oluline tunda huvi iseenda ihade ja piiride vastu. Julge partneriga avatult oma soovidest rääkida ja keelduda sellest, mis ei meeldi.

Kui keegi on tegevusega nõus, ei tähenda see, et ta peab sama tegevusega nõus olema järgmisel hetkel või järgmisel korral. Nõusolek on protsess ja see nõuab omavahelist pidevat suhtlemist. Nõusolekut võib tagasi võtta igal hetkel.

Kuidas olla veendunud, et su partner on nõus?

- Ta ütleb verbaalselt, et soovib tegevusega kaasa minna.
- Tema kehakeel ütleb "JAH!!!", näiteks ta noogutab, tõmbab sind enda poole või viib su käe sinna, kust ta puudutatud saada soovib.
- Ta teab, millega ta nõustub ja millised riskid sellega kaasneda võivad; kui inimene on näiteks purjus ning ei saa aru, mis temaga toimub, ei saa ta olla nõus.
- Tal on valik, kas olla nõus või mitte ja teda ei survestata. Kui inimene kardab keeldumisest tingitud tagajärgi (vägivald, süüdistamine vms) ei ole tema nõusolek entusiastlik ja vaba.
- Ta teab, mida ta soovib. Kui inimene on segaduses, tasub talle anda aega, et endas selgusele jõuda.
- Ta on võimeline ütleva "ei", kui ta tegevusega jätkata ei soovi.
- Ta ei vaiki ega ole kahtlev.

"Kuidas öelda jah?" on seksuaalhariduslik lavastus 15–20-aastastele noortele, milles uuritakse, kuidas noored seksi väärtustavad ja kuidas seksuaalsuse teemaga suhestuvad. Millal on kogemus hea, millal halb? Mis on rõve ja mis on romantiline? Kuidas öelda ei ja kuidas öelda jah?

Lavastaja: Tiina Sööt; dramaturg: Aet Kuusik; laval: Susan Kolde, Vivian Melder, Kristjan Tenso; Konsultatsioon: Roland Laos, Agnes Alvela, Siim Tõniste; helikujundaja: Eerik Kändler; lava- ja valguskujundaja: Maria Aua; projektijuht: Nele Laos.

Lavastuse kaasprodutsent on MTÜ Vaba Vorm