



## Sexueller Konsens - die neue Verhandlungsmoral

Konsens bedeutet Zustimmung / Einwilligung / Einverständnis / Vereinbarung. Es geht darum, persönliche Grenzen zu setzen und die Grenzen der anderen Person zu respektieren.

Ohne Konsens ist eine sexuelle Handlung ein Übergriff, eine Verletzung der Autonomie und der Selbstbestimmung der beteiligten Person(en).

Es braucht ein wenig Mut und Übung, sich eine Zustimmung einzuholen. Fragen Sie Ihr Gegenüber nach Wünschen zur gemeinsamen Sexualität und teilen auch Sie Ihre Wünsche mit. Die sexuelle Lust kann sehr unterschiedlich sein und ist nicht immer gleich.

Untenstehende Fragen können Ihnen für ein gemeinsames Gespräch helfen:

- Darf ich Dich küssen?*
- Darf ich Dich streicheln und berühren und wo genau?*
- Ist es Dir wohl bei meinen Berührungen, wie fühlt es sich an?*
- Fühlst Du Dich im Moment wohl?*
- Möchtest Du weitermachen oder brauchst Du eine Pause?*
- Hast Du Lust mit mir zu schlafen?*

Wann sind sexuelle Handlungen nicht einvernehmlich?

- Wenn Druck ausgeübt wird*
- Wenn eine beteiligte Person schläft*
- Wenn eine beteiligte Person nicht zustimmt oder zögert*
- Wenn während des Verkehrs ohne zu Fragen, die Praktik gewechselt wird (von vaginal zu anal, oral zu anal etc.)*
- Wenn sich eine beteiligte Person unwohl oder unsicher fühlt, man aber trotzdem darauf beharrt weiter zu machen*
- Wenn eine beteiligte Person während dem Sex aufhören möchte, dieser Wunsch aber nicht respektiert wird*
- Wenn eine beteiligte Person unter starkem Alkohol- oder Drogeneinfluss steht*