

## ஒப்புதலை விளங்கிக்கொள்ளல்

### ஒப்புதல் என்றால் என்ன?

குறித்த பாலியல் செயற்பாட்டில் ஈடுபடுவதற்கான தன்னார்வ ஒப்பந்தமே ஒப்புதல் என வரையறுக்கப்படுகிறது. ஒப்புதல் **ஆர்வம்நிறைந்ததாக, தன்னார்வத்துக்குரியதாக மற்றும் தொடர்கின்றதாக** இருக்கவேண்டும்.

அழுத்தம்கொடுத்தல், பலவந்தப்படுத்தல், வலியுறுத்தல் அல்லது அச்சுறுத்தல் மூலம் பெற்றுக்கொள்ளப்படும் ஒப்புதல் அல்லது “ஆம்” தன்னார்வத்துக்குரியது அல்ல. ஒப்புதல் என்பது அனுமதி கேட்பது. மது போதையில், மயக்கத்தில் அல்லது நித்திரையில் இருக்கும் ஒருவரால் ஒப்புதல் கொடுக்க முடியாது.

ஒப்புதலை எப்படிக் கேட்பது	வேண்டாம் எனச் சொல்வதற்கான வேறு வழிகள்
<ul style="list-style-type: none"> <li>• உங்களை நான் முத்தமிடலாமா?</li> <li>• நான் உங்களுடைய கையைப் பற்றுவது உங்களுக்குப் பரவாயில்லையா?</li> <li>• உங்களுடன் பாலியல் உறவை வைத்துக்கொள்ள நான் விரும்புகிறேன். உங்களுக்கு இதில் ஆர்வமுள்ளதா? உங்களுக்கு ஆர்வமில்லையெனில் பரவாயில்லை.</li> <li>• என்னுடன் _____ முயற்சிப்பது உங்களுக்குச் சௌகரியமாக உள்ளதா? எந்தவித கட்டாயமும் இல்லை.</li> <li>• நீங்கள் அமைதியாக இருப்பது எனக்குத் தெரிகிறது. இதில்</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• எனக்கு உடலுறவில் ஆர்வமில்லை.</li> <li>• இது என்னை அசௌகரியமாக்குகிறது. என்னைத் தொடுவதைத் தயவுசெய்து நிறுத்துங்கள்.</li> <li>• எனக்கு இனி இதைச் செய்ய விரும்பவில்லாமல் இருக்கிறது.</li> <li>• இங்கு அழைத்தமைக்கு/என்னுடன் வீட்டுக்கு நடந்துவந்தமைக்கு நன்றி. எனக்கு இப்போது உடலுறவில் ஆர்வமில்லை என்பதைத் தெளிவுபடுத்த விரும்புகிறேன்.</li> <li>• நாங்கள் இன்னும் இதைப் பற்றிக் கதைக்கவில்லை என்பது எனக்குத்</li> </ul>

<p>இன்னும் உங்களுக்கு ஆர்வமிருக்கிறதா?</p>	<p>தெரியும், ஆனால், உடலுறவு மற்றும்/அல்லது நெருக்கம் தொடர்பான எதிர்பார்ப்புகளைப் பற்றிக் கதைக்க நான் விரும்புகிறேன்.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• என்னைத் தொடுவது எனக்கு விருப்பமில்லை என்பதை நான் உங்களுக்குச் சொல்லிக்கொள்ள விரும்புகிறேன்.</li> </ul>
<p>செவிமடுப்பதற்கான ஆம் செய்திகள்:</p>	<p>செவிமடுப்பதற்கான வேண்டாம் செய்திகள்:</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ஆம்</li> <li>• நீங்கள் உணர்வது போலவே நானும் உணர்கிறேன்.</li> <li>• நீங்கள் ... வேண்டுமென நான் விரும்புகிறேன்</li> <li>• இது எனக்கு நல்லாயிருக்கிறது.</li> <li>• நான் ... தயார்</li> <li>• நிறுத்த வேண்டாம்</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• நிறுத்து</li> <li>• வேண்டாம்</li> <li>• ... பற்றி எனக்குத் தெரியவில்லை</li> <li>• ... பற்றி எனக்கு நிச்சயமாகத் தெரியவில்லை</li> <li>• ...க்கு நான் தயாரென நான் நினைக்கவில்லை</li> <li>• எனக்குப் பயமாக இருக்கிறது</li> <li>• வேகத்தைக் குறைப்போமா?</li> <li>• நிறையக் குடித்துவிட்டேன் என நான் நினைக்கிறேன்</li> <li>• பாலியல் தொற்றுதல்கள் (STI's) மற்றும்/அல்லது HIV பற்றி எனக்குப் பயமாக இருக்கிறது</li> </ul>

**கவனிக்கவேண்டிய வாய்மொழியற்ற செய்திகள் உள்ளடக்குபவை:**

மற்றவர் உங்களிலிருந்து தள்ளிப்போதல்; அந்த நபர் “உறைந்துபோயிருத்தல்” அல்லது உடலை அசைக்காமலிருத்தல்; அல்லது அமைதியாக இருத்தல் போலத் தோன்றல்.