

رضامندی کے متعلق سبھنا

رضامندی سے کیا مراد ہے؟

رضامندی کی تعریف یوں کی جاتی ہے مشتبه جنسی عمل میں مشغول رہنے کے لئے رضاکارانہ طور پر سمجھوتا کرنا۔ رضامندی پر جوش، رضاکارانہ اور جاری ہونی چاہیے۔ دباؤ، جبر، طاقت، یا طاقت کے استعمال کی دھمکیوں سے حاصل کردہ رضامندی یا "ہاں" رضاکارانہ نہیں ہوتی ہے۔ رضامندی سے مراد اجازت طلب کرنا ہے کوئی شخص جو نشہ کی حالت میں ہے، بے ہوش ہے یا سو رہا ہے رضامندی نہیں دے سکتا۔

رضامندی کس طرح لی جائے	نہیں بولنے کے مختلف انداز
<ul style="list-style-type: none"> • میں آپ کا بوسہ لے سکتا/سکتی ہوں؟ • اگر میں آپ کا ہاتھ تھام لوں تو ٹھیک محسوس کریں گے/گی؟ • میں آپ کے ساتھ جنسی تعلق بنانا چاہتا/چاہتی ہوں کیا آپ اس میں دلچسپی رکھتے/رکھتی ہیں؟ اگر نہیں تو بھی ٹھیک ہے۔ • کیا آپ میرے ساتھ ___ کرنا صحیح محسوس کرتے/کرتی ہیں؟ کوئی دباؤ نہیں ہے۔ • میں نے محسوس کیا ہے کہ آپ خاموش ہیں کیا آپ اس میں اب بھی دلچسپی رکھتے/رکھتی ہیں؟ 	<ul style="list-style-type: none"> • مجھے جنسی تعلقات رکھنے میں دلچسپی نہیں ہے۔ • اس سے میں غیر آرام دہ محسوس کر رہا ہوں/رہی ہوں۔ • براہ مہربانی مجھے چھونا بند کریں۔ • میں اب مزید ایسا کرنا نہیں چاہتی/چاہتا ہوں۔ • مجھے مدعو کرنے کا/گھر تک پیدل چھوڑنے کا شکریہ۔ • میں یہ بات واضح کر دینا چاہتا/چاہتی ہوں کہ مجھے اس وقت سیکس کرنے میں دلچسپی نہیں ہے۔ • میں جاننا/جانتی ہوں کہ ہم نے اس کے بارے میں ابھی تک بات نہیں کی ہے، لیکن میں سیکس اور/یا مرد اور عورت کے تعلقات کی توقعات کے متعلق بات کرنا چاہتا/چاہتی ہوں۔ • آپ کے علم میں یہ بات لانا چاہتی/چاہتا ہوں کہ مجھے پسند نہیں کہ کوئی مجھے چھوئے۔
سننے کے لائق مثبت پیغامات :	سننے کے لائق منفی پیغامات :

<ul style="list-style-type: none"> • رکو یا رک جاؤ • نہیں • میں --- کے بارے میں نہیں جانتا/جانتی • میں --- کے بارے میں یقین سے نہیں بتا سکتا/سکتی۔ • مجھے نہیں لگتا کہ میں ---- کے لئے تیار ہوں • میں خوفزدہ ہوں • کیا ہم تھوڑا آرام سے کر سکتے ہیں؟ • مجھے لگتا ہے کہ میں نے بہت زیادہ پی لی ہے۔ • مینائیس ٹی آئی (STI) اور/یا ایچ آئی وی (HIV) کے متعلق فکر مند ہوں۔ 	<ul style="list-style-type: none"> • ہاں • میں بھی آپ ہی کی طرح محسوس کرتا/کرتی ہوں۔ • میں چاہتا/چاہتی ہوں کہ آپ ... • مجھے یہ اچھا لگ رہا ہے۔ • میں ---- کرنے کے لئے تیار ہوں • رکنا نہیں
---	--

سننے کے لائق غیر زبانی پیغامات جن میں درج ذیل شامل ہیں:

گر دوسرے شخص نے اپنا جسم آپ سے پرے ہٹا لیا ہے؛ اگر کوئی شخص بظاہر 'منجمد' یا اپنا جسم ہلا جُلا نہیں رہا ہے؛ یا خاموش ہے۔