

## Fragen zu Zustimmung/ Einvernehmen/ Einverständnis (Consent)

*Der Fragenkatalog stammt aus den US-amerikanischen Zine "Support" von Cindy, in dem es um Selbsthilfe und Unterstützung für Überlebenden sexualisierter Gewalt geht. Das gesamte Zine ist als download verfügbar unter [www.phillyspissed.net](http://www.phillyspissed.net)*

*Diese Liste ist als Anregung gedacht, sich mit einvernehmlichen Sex auseinanderzusetzen und ob bzw. wie wir ihn herstellen/ leben oder auch nicht. Es geht darum, wie eine Kultur der Selbstreflexion und des Austausch über Sex(ualität), Begehren, Verantwortlichkeit, Grenzen und Zustimmung/ Einvernehmen aussehen/ hergestellt werden kann.*

**Vorsicht Auslöser:** Die folgenden Fragen können ggf. Erinnerungen bei dir anticken (triggern), falls du selber sexualisierte Gewalterfahrungen gemacht hast. Achte darauf, ob du sich sichern genug fühlst, um dich (gerade) damit auseinanderzusetzen und Unterstützung zu deiner Verfügung hast!

Wie definierst du Zustimmung/ Einverständnis?

Hast du jemals mit deinen Partner\_innen und Freund\_innen darüber geredet?

Kennst du Menschen oder warst du schon mit Menschen zusammen, die Zustimmung/ Einverständnis anders definieren als du?

Warst du jemals unsicher, als du mit einer Person sexuellen Kontakt hattest, ob diese Person das wollte bzw. nicht wollte, was du gerade tatest? Habt ihr darüber geredet? Hast du es ignoriert in der Hoffnung, es würde sich ändern? Hast du mit dem, was du tatest, weitergemacht, da es für dich angenehm war und du dich nicht damit beschäftigen wolltest, wie es der anderen Person damit geht? Hast du weiter gemacht, weil du keine Lust hattest die Entscheidungen der anderen Person in Frage zu stellen? Hast du weiter gemacht, weil du dachtest, es sei deine Pflicht? Wie fühlen sich jetzt die Entscheidungen, die du getroffen hast, für dich an?

Glaubst du, es ist die Verantwortung der anderen Person, etwas zu sagen, wenn sie nicht mag, was du gerade machst?

Wie mag es jemand ausdrücken, wenn es für die Person nicht o.k. ist, was gerade passiert?

Achtest du nur auf verbale Signale oder gibt es andere Signale?

Denkst du, es ist möglich, Schweigen als Zustimmung/ Einverständnis misszuverstehen?

Hast du jemals jemanden gefragt, auf welche Signale du achten solltest, wenn die Person sich schwer damit tut zu kommunizieren, wenn sich etwas falsch anfühlt?

Fragst du solche Sachen nur, wenn du in einer festen Beziehung bist, oder fühlst du dich auch wohl so was in lockeren Kontakten (wie Techtel, One-night-stands...) anzusprechen?

Glaubst du, dass Reden beim Sex die Stimmung verdirbt?

Glaubst du, dass Zustimmung/ Einvernehmen erotisch sein kann?

Denkst du die Missbrauchserfahrung anderer Menschen mit?

Fragst du ab und an nach beim Sex/ wenn eurer Körperkontakt intensiver wird, oder gehst

du davon aus, dass das anfängliche Einvernehmen bedeutet, dass alles in Ordnung ist?

Wenn du einmal Zustimmung eingeholt hast, gehst du davon aus, dass sie für alle späteren Zeitpunkte gilt?

Wenn jemand einverstanden ist mit einer Sache, gehst du davon aus, dass alles andere auch in Ordnung ist oder fragst du nach, bevor du jemanden auf eine andere Art anfasst oder intensiver wirst?

Nimmst du es Leuten übel, wenn sie über ihren Missbrauch reden wollen oder müssen? Warum?

Bist du normalerweise angezogen von Personen, die dem üblichen Schönheitsideal entsprechen, wie es hier verbreitet wird?

Gehst du Freundschaften mit Leuten ein, weil du mit ihnen zusammen sein möchtest und kündigst du dann die Freundschaft, wenn diese nicht sexuell an dir interessiert sind?

Machst du anderen wiederholt sexuelle Anträge, selbst wenn diese Menschen gesagt haben, dass sie mit dir befreundet sein wollen?

Gehst du davon aus, dass jemand an dir sexuell interessiert ist, wenn die Person sich zärtlich und zugeneigt verhält?

Denkst du über Zuneigung, Sexualität und Grenzen nach? Redest du über solche Sachen mit anderen Menschen? Wenn ja, redest du nur dann mit jemandem darüber, wenn du sexuelles Interesse an ihnen hast, oder redest du darüber, weil du meinst es ist wichtig und möchtest dich aus eigenem Interesse austauschen?

Bist du dir über deine eigenen Absichten im Klaren?

Hast du jemals versucht eine Person zu etwas zu überreden, das sie zögerte zu tun?

Glaubst du Zögern/ Zurückhaltung ist eine Form des Flirtens?

Bist du dir darüber im Klaren, dass es in mitunter nicht so ist?

Kam es dir jemals so vor, als ob eine Person mit dir flirtet, obwohl das in Wirklichkeit nicht die Botschaft war, die sie dir zusandte?

Glaubst du, dass wenn jemand promisk ist, dass es in Ordnung ist, die Person zu objektivieren, oder über sie zu reden, wie du es normalerweise nicht tun würdest?

Wenn jemand promisk ist, glaubst du, dass es weniger wichtig ist, Zustimmung einzuholen?

Glaubst du, wenn sich jemand in einer bestimmten Art und Weise anzieht, dass es dann in Ordnung ist, die Person zu objektivieren?

Wenn sich jemand in einer bestimmten Art anzieht, glaubst du, dass es bedeutet, dass sie deine sexuelle Aufmerksamkeit oder Anerkennung haben möchten?

Ist es dir klar, dass es viele verschiedene Gründe gibt, die nichts mit dir zu tun haben, sich auf eine Art anzuziehen oder zu verhalten, die du sexy finden magst?

Glaubst du, dass es deine Verantwortung ist oder deine Rolle, die Zögerlichkeit einer anderen Person zu überwinden, indem du Druck ausübst oder ihre Bedenken banalisierst?

Hast du jemals versucht jemanden zu fragen, was sie\_er\_ fühlt? Wenn ja, hast du ihnen/ ihr\_ihm\_ zugehört und sie respektiert?

Glaubst du, dass Sex ein Spiel ist?

Hast du jemals versucht, es so zu arrangieren, dass du eine Rechtfertigung hattest eine Person anzufassen, von der du annahmst, dass diese nein sagen würde, wenn du fragen würdest? Z.b. Tanzen, sich völlig betrinken, neben ihnen einschlafen.

Gibst du Leuten das Gefühl, sie seien Spielverderber\_innen oder verklemmt, wenn sie bestimmte sexuelle Dinge nicht ausprobieren möchten?

Glaubst du, es gibt Verhaltensweisen von dir, die dazu führen, dass sich jemand so (verklemmt, als Spielverderber\_in) fühlt, auch wenn das nicht deine Absicht ist?

Hast du schon mal versucht zu feilschen nach dem Motto: 'Wenn du mich ----- tun lässt, dann tue ich ----- für dich'?

Hast du schon mal Eifersucht zur Kontrolle benutzt?

Hast du verhindert, dass deine Partner\_innen mit bestimmten Freund\_innen ausgehen, oder generell ihre sozialen Kontakte auf Grund von Eifersucht und Unsicherheit begrenzt?

Hast du das Gefühl, in einer Beziehung zu sein bedeutet, dass es eine Verpflichtung für die andere Person ist, dass sie mit dir Sex hat?

Was ist, wenn sie eine Woche keinen Sex haben wollen? Einen Monat? Ein Jahr?

Jammerst du oder drohst du, wenn du nicht die Menge oder Art Sex bekommst, die du möchtest?

Glaubst du es ist in Ordnung, Sex/ sexuelle Handlungen mit/ an einer Person zu initiieren, die schläft?

Was ist, wenn diese Person dein\_e Partner\_in ist?

Glaubst du es ist wichtig mit ihnen vorher darüber geredet zu haben?

Hast du dich jemals damit beschäftigt, wie du mit Menschen umgehst, wie du sie behandelst, negativ oder positiv, und woher das kommt, wo du dies gelernt hast?

Verhältst du dich anders, wenn du betrunken bist bzw. getrunken hast?

Was sind die positiven Aspekte des Trinkens für dich? Was die negativen?

Hattest du schon sexuelle Kontakte, als du selber oder die anderen betrunken waren? Hast du dich deswegen am nächsten Tag je unbehaglich gefühlt oder warst verlegen? Hat sich die andere Person hinterher dir gegenüber je irgendwie komisch verhalten?

Holst du Einverständnis und Zustimmung im betrunkenen Zustand auf die gleiche Art ein wie im nüchternen?

Hältst du es für wichtig am nächsten Tag mit der Person zu reden, mit der du sexuellen Kontakt hattest, wenn dabei Alkohol im Spiel war? Wenn nicht, ist es weil es dir unangenehm ist oder weil du denkst, dass etwas geschehen sein konnte, was nicht hätte passieren sollen? Oder weil du glaubst, so läuft es halt manchmal?

Glaubst du, Menschen sollten die Dinge nicht so eng sehen?

Glaubst du, dass diese Fragen repressiv sind und Leute, die ihre sexuelle Geschichte und ihr derzeitiges Verhalten kritisch betrachten, verklemmt sind und sexuell befreiter sein sollten?

Glaubst du sexuelle Befreiung könnte für verschiedene Menschen unterschiedlich aussehen?

Wie reagierst du, wenn sich jemandem unwohl fühlt mit dem, was du tust, oder wenn sie\_er\_ etwas nicht tun möchten? Fühlst du dich angegriffen? Fühlst du dich

schuldig? Endet es damit, dass die andere Person sich um dich kümmern und dich beruhigen muss, oder bist du fähig, innezuhalten und zu zuhören und sie zu unterstützen und die Verantwortung für deine Handlungen zu übernehmen?

Erzählst du die Geschichte aus deiner Perspektive und versuchst die Wahrnehmung der anderen Person zu verändern?

Tust du etwas, um deiner Partnerin/ deinem Partner zu signalisieren, dass du zuhörst und dass du an ihren\_ seinen\_ Vorstellungen von Einvernehmen/ Zustimmung und ihrer\_ seiner\_ Einschätzung von dem, was du getan hast, interessiert bist?

Hast du jemals über Sex und Zustimmung/ Einverständnis geredet, wenn du nicht im Bett warst?

Hast du jemals jemanden vergewaltigt oder sexuell missbraucht oder sexuell manipuliert? Bist du fähig, über dein Verhalten nachzudenken? Hast du Veränderungen vorgenommen? Welche Veränderungen?

Fühlst du dich unwohl mit deinem Körper oder deiner Sexualität?

Wurdest du sexuell missbraucht?

Hat dein Unwohlsein oder deine eigene Missbrauchsgeschichte dazu geführt, dass du dich missbräuchlich verhalten hast? Wenn ja, konntest du je mit jemandem darüber reden? Denkst du, darüber zu reden ist oder könnte hilfreich sein?

Vermeidest du es über Einvernehmen oder Missbrauch zu reden, weil du nicht über deinen eigenen sexuellen Missbrauch reden willst oder kannst?

Fühlst du dich manchmal verpflichtet, Sex zu haben?

Fühlst du dich manchmal verpflichtet, Sex zu initiieren?

Was, wenn Tage, Monate, Jahre später jemand dir erzählt, dass es ihr\_ ihm\_ unangenehm war mit dem, was du getan hast? Nimmst du diese Person in die Mangel?

Initiiertest du Gespräche über Safer Sex oder Verhütung (wenn nötig)?

Glaubst du, so etwas vages zu sagen wie 'ich bin kürzlich getestet worden' reicht aus?

Nimmst du die Bedenken deiner Partner\_innen zu Safer Sex oder Verhütung ernst?

Glaubst du, dass wenn eine Person Safer Sex haben möchte und es der anderen Person nicht wirklich wichtig ist, dass es die Verantwortung der Person mit dem Wunsch nach Safer Sex ist, für die Safer Sex Artikel zu sorgen?

Glaubst du, wenn eine Person einen Körper hat, der schwanger werden kann, und sie will nicht schwanger werden, dass es ihre Verantwortung ist, für Verhütung zu sorgen? Beschwerst du dich oder verweigerst die Mittel zur Verhütung/Safer Sex, die dein\_e Partner\_in verwenden will, weil es dein Vergnügen verringert? Versuchst du deine Partner\_innen zu manipulieren bei diesen Angelegenheiten?

Findest du Leute mit einem bestimmten Genderausdruck attraktiv?

Hast du jemals den Genderausdruck von jemandem objektiviert?

Gehst du davon aus, dass jede Person, die einem bestimmten Genderausdruck/ Geschlechtsinszenierung zu entsprechen scheint, sich dir gegenüber auf die gleiche Art und Weise verhalten wird?

Ertappst du dich dabei, zweigeschlechtliche Verhaltensweisen zu wiederholen, selbst in queeren (bzw. gleichgeschlechtlichen) Beziehungen und Freundschaften? Welche Gefühle mag dein Verhalten bei anderen auslösen?

Siehst du Sexualität und Gender(-ausdruck) als einen Teil der ganzen Person, oder

nimmst du an, dass diese ausschließlich sexuelle Aspekte von Menschen sind?

Wenn jemand in Drag angezogen ist, nimmst du es als Einladung sexuelle Bemerkungen zu machen?

Fetischierst du Menschen auf Grund ihres Genderausdrucks?

Glaubst du, nur Männer missbrauchen?

Glaubst du, dass in einer Beziehung zwischen Menschen mit dem gleichen Geschlecht, nur die "männlicheren" missbrauchen?

Glaubst du, dass es noch weiteres zu tun gibt, um sexualisierte Gewalt in unseren Gemeinschaften zu beenden?