

Εκπαίδευση για τη Σεξουαλική Υγεία



Συναίνεση

Οδηγός για γονείς-κηδεμόνες

Το εκπαιδευτικό υλικό έχει αντληθεί από τον ιστότοπο [Teaching Sexual Health](#)

Η μετάφραση και η προσαρμογή του υλικού είναι προϊόν εθελοντικής εργασίας κατόπιν αδείας από τον οργανισμό AHS.

Οποιαδήποτε χρήση του υλικού πρέπει να συνοδεύεται και από αναφορά στην πηγή του.

«Αυτό το υλικό έχει προσαρμοστεί από το [trainingsexualhealth.ca](#) © 2022 Alberta Health Services ("AHS") με την άδεια του AHS. Ο AHS δεν ευθύνεται για τυχόν ανακρίβειες σε περιεχόμενο διαφορετικό από το περιεχόμενο της αρχικής αγγλικής έκδοσης. Απαγορεύονται όλες οι πράξεις παραβίασης πνευματικών δικαιωμάτων, συμπεριλαμβανομένης της αναπαραγωγής, μετάφρασης, μετάδοσης, αναδημοσίευσης και διανομής αυτού του υλικού χωρίς γραπτή άδεια του AHS.»

Μετάφραση – Προσαρμογή: Μαρία Πατεράκη (2022)

Ως γονέας, ίσως να έχετε ακούσει τη λέξη «συναίνεση», αλλά ίσως να μη γνωρίζετε τι σημαίνει ή τι περιλαμβάνει. Με απλά λόγια, συναίνεση είναι η άδεια να συμβεί κάτι ή η συμφωνία να συμβεί κάτι. Η συναίνεση προϋποθέτει σεβασμό και επικοινωνία. Η συναίνεση είναι μια σημαντική έννοια που μπορούν να μάθουν τα παιδιά από νωρίς. Μπορεί να οδηγήσει σε καλύτερες σχέσεις με τα μέλη της οικογένειας, τα συνομήλικα άτομα και τελικά με ερωτικούς συντρόφους.

Η συναίνεση περιλαμβάνει τη γνώση και τον σεβασμό των ορίων του ατόμου και των άλλων ατόμων. Η κατανόηση της έννοιας της συναίνεσης σημαίνει ότι το άτομο έχει την δεξιότητα που χρειάζεται για να φύγει από μια κατάσταση που το κάνει να νιώθει άβολα και τον σεβασμό των άλλων ατόμων όταν θέλουν να κάνουν το ίδιο.

Η συναίνεση είναι σημαντική και για την διαδικτυακή επικοινωνία και αλληλεπίδραση. Η συναίνεση αφορά και την ανταλλαγή σεξουαλικού περιεχομένου (sexting)¹.

Μιλώντας για τη συναίνεση με το παιδί σας

Είναι σημαντικό να μιλήσετε με το παιδί σας για τη συναίνεση όσο είναι μικρό. Ακολουθούν κάποιες προτάσεις για να βοηθήσετε το παιδί σας να αρχίσει να καταλαβαίνει την έννοια της συναίνεσης:

- Βοηθήστε το παιδί σας να κατανοήσει ότι το σώμα του είναι δικό του και ότι έχει το δικαίωμα να παίρνει αποφάσεις το ίδιο για το σώμα του. Αυτό περιλαμβάνει αποφάσεις όπως σε ποιο άτομο του οικογενειακού και φιλικού κύκλου θα επιτρέψει να το αγκαλιάσει ή να το φιλήσει.
- Ενθαρρύνετε το παιδί σας να δώσει προσοχή και να σεβαστεί τα σήματα που εκπέμπει σχετικά με τα όριά του ένα άλλο άτομο, παρακολουθώντας τη γλώσσα του σώματος. Για παράδειγμα, ένα άτομο μπορεί να κάνει μερικά βήματα προς τα πίσω όταν κάποιο άλλο έρχεται πολύ κοντά του.
- Εξασκήστε με το παιδί σας τι μπορεί πει και να κάνει αν βρεθεί στη θέση να νιώσει άβολα σε μια κατάσταση.
- Ενθαρρύνετε το παιδί σας να μιλήσει αν κάτι δεν το νιώθει σωστό.
- Ενθαρρύνετε το παιδί σας να ζητά συναίνεση (π.χ. αν θέλει να αγκαλιάσει κάποιο άτομο να ρωτάει πρώτα)
- Βοηθήστε το παιδί σας να μάθει να σέβεται τα μηνύματα που λένε «όχι». Για παράδειγμα, αν το παιδί σας καυγαδίζει με ένα άλλο και το άλλο παιδί πει «Σταμάτα!», το παιδί σας πρέπει να σεβαστεί το μήνυμα. Αντιστρόφως, μεταφέρετε στα μέλη του οικογενειακού και φιλικού περιβάλλοντος ότι πρέπει να σέβονται το «όχι» του παιδιού σας. Για παράδειγμα, αν κάποιο πρόσωπο του οικογενειακού ή φιλικού περιβάλλοντός σας γαργαλάει το παιδί σας και εκείνο πει «Σταμάτα!» πρέπει να σταματήσει.
- Διδάξτε στο παιδί σας τη σημασία της προστασίας της ιδιωτικότητας και της ασφαλούς χρήσης του διαδικτύου. Βοηθήστε τα να καταλάβουν την αξία της λήψης άδειας για να μοιραστούν φωτογραφίες ή και βίντεο όπου εμφανίζονται κι άλλα άτομα.

¹ Αποστολή, λήψη και διαμοιρασμός φωτογραφιών, βίντεο και κειμένου με σεξουαλικό περιεχόμενο.

Αποδεκτό και μη αποδεκτό άγγιγμα

Ένας από τους τρόπους που οι άνθρωποι δημιουργούν σύνδεση και συναισθηματικό δεσμό είναι το άγγιγμα. Το άγγιγμα είναι σημαντικό γιατί μας κάνει να αισθανόμαστε ότι μας αγαπούν και μας φροντίζουν (αγκαλιές, φιλιά, κράτημα των χεριών). Ωστόσο, είναι σημαντικό να κατανοήσει το παιδί σας τη διαφορά μεταξύ αποδεκτού και μη αποδεκτού αγγίγματος.

Υπάρχουν 5 βασικά μηνύματα πίσω από αυτή την ιδέα:

1. Διδάξτε στο παιδί σας ότι το σώμα του τού ανήκει και κανένας άνθρωπος δε μπορεί να το αγγίξει ή να το παρατηρεί χωρίς την άδειά του. Ακατάλληλα αγγίγματα είναι μη αποδεκτά και παραβιάζουν το νόμο. Μιλώντας γι' αυτή την ιδέα από πολύ νωρίς, χρησιμοποιώντας τις σωστές λέξεις για το σώμα και διδάσκοντας στο παιδί σας ποια μέρη του σώματος είναι ιδιωτικά, θα τα βοηθήσει να καταλάβουν τι είναι αποδεκτό και τι μη αποδεκτό. Πρέπει επίσης να διδαχθούν να σέβονται το «όχι» των άλλων ανθρώπων, χωρίς προϋποθέσεις.
2. Βοηθήστε το παιδί σας να αναγνωρίσει πότε νιώθει ασφαλές, πότε νιώθει άβολα και πότε μη ασφαλές. Επισημάνετε στο παιδί σας ότι πρέπει να δίνει προσοχή στο πώς το κάνει να αισθάνεται το άγγιγμα κάποιου ατόμου και να δίνει σημασία σε συναισθήματα αμφιβολίας. Ακόμα κι αν ένα άγγιγμα έχει ευχάριστη αίσθηση, αν νιώθει συναισθήματα αμφιβολίας, τότε το άγγιγμα αυτό δεν είναι αποδεκτό.
3. Γίνετε ενήλικας εμπιστοσύνης. Ο άνθρωπος αυτός, δηλαδή, που το παιδί μπορεί να πει τα πάντα. Μιλήστε με το παιδί σας σχετικά με το ποια άλλα ενήλικα άτομα εμπιστεύεται. Μπορεί να είναι εκπαιδευτικός, συγγενής, γονέας φίλου/φίλης του.
4. Δεν υπάρχουν αγγίγματα που πρέπει να μείνουν μυστικά και όλα τα αγγίγματα μπορούν να συζητηθούν. Μυστικά τα οποία κάνουν το παιδί σας να νιώθει άγχος, άβολα, φόβο και θλίψη δεν είναι κάτι καλό. Ενθαρρύνετε το παιδί σας να μιλήσει σε εσάς ή σε άλλο ενήλικο πρόσωπο εμπιστοσύνης, αν βρεθεί σε μια τέτοια θέση.
5. Πιστεύετε πάντα αυτό που θα σας πει το παιδί σας. Όταν το παιδί σας σας πει ότι ένα άτομο το άγγιξε, του φέρθηκε ή του μίλησε με τρόπο που το έκανε να αισθανθεί άβολα, απειλητικά και ανασφάλεια, πιστέψτε τα, ζητήστε περισσότερες πληροφορίες και κρατήστε το ασφαλές.

Σεξουαλική συναίνεση

Η σεξουαλική δραστηριότητα περιλαμβάνει φιλιά, σεξουαλικά αγγίγματα και διείσδυση (στοματική, κολπική, πρωκτική). Σεξουαλική συναίνεση σημαίνει ότι οι παρτενέρ συμφωνούν να έχουν σεξουαλική δραστηριότητα και κατανοούν σε τι συμφωνούν. Η συναίνεση είναι η βάση, τα θεμέλια μιας σχέσης. Η συναίνεση πρέπει να δίνεται για κάθε σεξουαλική πράξη, κάθε φορά. Η σεξουαλική συναίνεση αφορά το δικαίωμα ενός ατόμου να πάρει ατομικές αποφάσεις σχετικά με τη σεξουαλική δραστηριότητα.

Προτάσεις για να συζητήσετε σχετικά με τη σεξουαλική συναίνεση με μεγαλύτερα παιδιά και με παιδιά στην εφηβεία

Είναι σημαντικό να μιλάτε με τα παιδιά σας για τη συναίνεση. Ακολουθούν κάποιες προτάσεις για το πώς μπορείτε να το κάνετε αυτό:

- Μιλήστε με το παιδί σας για τις οικογενειακές αξίες και τη σεξουαλικότητα
- Μιλήστε με το παιδί σας για τα προσωπικά όρια
- Ζητήστε από το παιδί σας να σκεφτεί συνθήκες όπου θα πρέπει να είναι ξεκάθαρο ως προς τα ατομικά του όρια.
- Μιλήστε με το παιδί σας για τη σεξουαλική συναίνεση, τον εξαναγκασμό, την πίεση, τη χειραγώγηση και τη σεξουαλική κακοποίηση. Πείτε στο παιδί σας ότι έχει φωνή και εσείς πάντα θα το ακούτε.
- Μιλήστε με το παιδί σας για τις νομικές, κοινωνικές και ψυχολογικές συνέπειες της σεξουαλικής κακοποίησης.
- Μιλήστε με το παιδί σας για την προστασία της ιδιωτικότητας, για την ασφάλεια στο διαδίκτυο και τον διαμοιρασμό υλικού (φωτογραφιών, βίντεο, κειμένου) που προορίζεται να είναι ιδιωτικό.

Σημαντικά σημεία για τη σεξουαλική συναίνεση

Όταν μιλάμε για τη σεξουαλική συναίνεση υπάρχουν κάποια σημαντικά σημεία που πρέπει να κατανοήσετε και να συζητήσετε με το παιδί σας:

- Η συναίνεση δίνεται ελεύθερα. Η συμφωνία για να γίνει μια πράξη είναι συναίνεση μόνο όταν γίνεται με τη θέληση του ατόμου. Εάν ένα άτομο αναγκάζεται ή εκφοβίζεται ή απειλείται ότι θα χάσει κάτι αν πει «όχι» (π.χ. ατομική ασφάλεια, σχέση), δεν είναι συναίνεση.
- Το «όχι» σημαίνει πάντα «όχι» είτε εκφράζεται λεκτικά είτε όχι. Η έλλειψη καταφατικής και ελεύθερης θετικής απάντησης σημαίνει «όχι».
- Το «ναι» που προέρχεται από εξαναγκασμό δεν είναι συναίνεση. Παραδείγματα εξαναγκασμού είναι όταν ένα άτομο πιέζει, επιμένει, απειλεί, δημιουργεί ενοχές, εκβιάζει, εκφοβίζει ή παρενοχλεί κάποιο άτομο.
- Και οι δύο σύντροφοι συμφωνούν να συναινέσουν αλλά και οι δύο έχουν καθαρή γνώση σε τι συμφώνησαν. Η συζήτηση για τη συναίνεση περιλαμβάνει ερωτήσεις, απαντήσεις και διαπραγμάτευση.
- Η συναίνεση είναι μια θετική, εθελοντική, ενεργητική και συνειδητή συμφωνία για να συμμετάσχει ένα άτομο σε σεξουαλική δραστηριότητα. Όταν κάποιο άτομο συναινεί, συμφωνεί και είναι σίγουρο για την απόφασή του να συναινέσει. Τόσο η γλώσσα του σώματος όσο και η λεκτική έκφραση πρέπει να στέλνουν θετικό μήνυμα.
- Και τα δύο άτομα νιώθουν ασφαλή και άνετα. Η ασφάλεια και η άνεση (με τον εαυτό τους, το σώμα τους, το άλλο άτομο και την κατάσταση) δημιουργεί ένα περιβάλλον όπου κάθε άτομο μπορεί ελεύθερα να πάρει μέρος στη συζήτηση για τη συναίνεση.
- Για να υπάρξει συναίνεση, το άτομο πρέπει να έχει την επιλογή να επικοινωνήσει το «όχι».
- Η συναίνεση είναι συνεχής. Ένα άτομο ζητάει άδεια για μια δραστηριότητα και το άλλο τη δίνει. Αυτή η συζήτηση συνεχίζεται καθώς η δραστηριότητα συνεχίζεται ή αλλάζει. Το άτομο που ξεκινά τη σεξουαλική επαφή ή που θέλει να προχωρήσει στο επόμενο επίπεδο της οικειότητας, είναι αυτό που πρέπει να ζητήσει και ξεκάθαρα να λάβει συναίνεση πριν συνεχίσει τη σεξουαλική επαφή.

Η συναίνεση μπορεί να αναιρεθεί οποιαδήποτε στιγμή. Το άτομο μπορεί να αλλάξει γνώμη και να αποσύρει τη συναίνεσή του. Η συναίνεση που δόθηκε αρχικά δεν ισχύει για όλα αυτά που θα συμβούν στην πορεία.

- Η συναίνεση δεν είναι δεδομένη επειδή τα άτομα είναι σε σχέση. Η συναίνεση δεν είναι δεδομένη επειδή δόθηκε κάποια στιγμή παλιότερα για την ίδια δραστηριότητα. Η άδεια πρέπει να ζητείται κάθε φορά που μια δραστηριότητα ξεκινά, προχωρά ή αλλάζει.
- Η συναίνεση δεν πρέπει να θεωρείται ή να υπονοείται. Το φλερτ, τα ρούχα που φοράει ένα άτομο, τα σεξουαλικά γραπτά μηνύματα ή η επικοινωνία μέσω κοινωνικών δικτύων δεν είναι συναίνεση.

Η μη καθαρή ή η μπερδεμένη επικοινωνία δεν είναι συναίνεση. Αν υπάρχει κάποια αβεβαιότητα σχετικά με τη συμφωνία κάποιου ατόμου να κάνει κάτι, το άτομο που ξεκινά τη δραστηριότητα πρέπει να ζητήσει και να περιμένει μέχρι να πάρει ξεκάθαρα την άδεια.

- Το «όχι» σημαίνει πάντα «όχι», είτε εκφράζεται λεκτικά είτε όχι. Το «ναι» που δεν εκφράζεται θετικά ή ελεύθερα, είναι επίσης «όχι».
- Το «ναι» δεν είναι συναίνεση αν κάποιο άτομο νιώθει πίεση, εξαναγκασμό, απειλή, ενοχή, αν δέχεται εκβιασμό, εκφοβισμό ή παρενόχληση.
- Η σιωπή, η απουσία απάντησης ή σωματικής αντίστασης δεν είναι συναίνεση.
- Άτομα τα οποία είναι μεθυσμένα, έχουν πάρει ουσίες, κοιμούνται ή είναι λιπόθυμα δε μπορούν να δώσουν συναίνεση, τόσο νομικά όσο και πρακτικά. Για να είναι καθαρή η επικοινωνία σχετικά με τη συναίνεση, και τα δύο άτομα πρέπει να είναι νηφάλια και διαυγή.

Η συναίνεση είναι απαραίτητη και για το sexting.

- Αν ένα άτομο αποφασίσει να κάνει sexting πρέπει πάντα να είναι επιλογή του.
- Αν ένα άτομο κάνει sexting μία φορά δε σημαίνει πως πρέπει να κάνει ξανά.
- Αν δύο άτομα κάνουν sexting δεν δίνεται αυτομάτως η άδεια διαμοιρασμού αυτού του υλικού (φωτογραφίες, βίντεο, κείμενο) σε άλλα άτομα.

Συναίνεση και νομοθεσία

Στην Ελλάδα, η ηλικία συναίνεσης είναι αυτή που ο νόμος αναγνωρίζει στα άτομα την ικανότητα να συναινέσουν σε σεξουαλική πράξη. Η ηλικία αυτή είναι τα 15 έτη, τόσο για τις ετερόφυλες όσο και για τις ομόφυλες σεξουαλικές επαφές. Οι διατάξεις που διατυπώνουν τα θέματα της συναίνεσης, της σεξουαλικής βίας και απαγορεύσεις που αφορούν σε άτομα με θέσεις εξουσίας, ορίζονται στα άρθρα 339, 337, 348B, 342, 343.

Τι πρέπει να ξέρετε για τη σεξουαλική κακοποίηση

- Το σεξ χωρίς συναίνεση είναι κακοποίηση.
- Η σεξουαλική κακοποίηση μπορεί να συμβεί σε κάθε άτομο, κάθε φύλου και κάθε ηλικίας. Κάθε άτομο κάθε φύλου και κάθε ηλικίας μπορεί να διαπράξει σεξουαλική κακοποίηση.

- Ο όρος «δράστης/δράστρια» χρησιμοποιείται για τα άτομα που διαπράττουν κακοποίηση. Τα άτομα αυτά είναι πλήρως υπεύθυνα για την διάπραξη σεξουαλικής κακοποίησης, ακόμα κι αν δεν έχουν νομικά τιμωρηθεί για τις πράξεις τους.
- Ο όρος «παραβάτης/παραβάτισσα» χρησιμοποιείται για τα άτομα που διαπράττουν κακοποίηση και έχουν κατηγορηθεί γι' αυτό το έγκλημα.
- Για τα άτομα που έχουν βιώσει σεξουαλική κακοποίηση, χρησιμοποιούνται δύο όροι. Ο ένας όρος είναι «επιζών/επιζώσα» και ο άλλος είναι «θύμα». Ο όρος «επιζών/επιζώσα» χρησιμοποιείται από τρίτα άτομα ως αναγνώριση της δύναμης του ατόμου που έχει υποστεί σεξουαλική κακοποίηση, να υπομείνει το τραύμα. Ο όρος «θύμα» είναι επικρατέστερος και χρησιμοποιείται για να περιγράψει έχει υποστεί σεξουαλική βία.
- Διατυπώσεις σχετικά με την πρόληψη της σεξουαλικής κακοποίησης, όπως «μην φοράς προκλητικά ρούχα», δεν μειώνουν τη σεξουαλική βία. Αντιθέτως, κάνουν τους ανθρώπους που έχουν δεχτεί παραβίαση να νιώθουν ντροπή και τους αποτρέπουν από το να ζητήσουν στήριξη. Τέτοιου είδους διατυπώσεις περνούν το μήνυμα ότι δικαιολογείται ο/η δράστης/δράστρια.
- Διατυπώσεις όπως «τα ρούχα δεν εκφράζουν συναίνεση», μπορεί να λειτουργήσουν προληπτικά σε πιθανούς/-ες δράστες/-τριες από το να ασκήσουν σεξουαλική βία σε άλλους ανθρώπους.

Τι να κάνετε αν το παιδί σας έχει υποστεί σεξουαλική κακοποίηση

Αν το παιδί σας έχει κακοποιηθεί μπορεί να απευθυνθεί σε εσάς για βοήθεια. Είναι πολύ πιθανό να νιώσετε ποικίλα συναισθήματα και να εκφράσετε ποικίλες αντιδράσεις (π.χ. σοκ, θυμό, φόβο, ενοχές ή άγχος). Όλα αυτά είναι φυσιολογικά. Ο τρόπος που ανταποκρίνεστε στο παιδί σας είναι πολύ σημαντικός. Η θετική και υποστηρικτική ανταπόκριση θα βοηθήσει περισσότερο το παιδί σας να αναρρώσει.

Αν το παιδί σας σάς πει ότι έχει κακοποιηθεί σεξουαλικά, μπορείτε να το στηρίξετε λαμβάνοντας υπόψη σας τα ακόλουθα:

- Ακούστε. Διατηρήστε την ηρεμία σας και δώστε στο παιδί σας όλη σας την προσοχή. Βεβαιώστε το ότι ακούσατε όλα όσα σας είπε.
- Πιστέψτε. Πιστέψτε αυτό που θα σας πει. Πείτε του, «σε πιστεύω». Πείτε στο παιδί σας ότι χρειάζεται κουράγιο και δύναμη να μιλήσει ένας άνθρωπος για την κακοποίηση που έχει υποστεί.
- Εκφράστε συμπόνια. Μπορείτε να πείτε «Δεν σου αξίζει κάτι τέτοιο».
- Τονίστε στο παιδί σας ότι δεν έκανε κάτι λάθος. Οι άνθρωποι που έχουν υποστεί σεξουαλική κακοποίηση, συνήθως κατηγορούν τον εαυτό τους. Υπενθυμίστε στο παιδί σας ότι ο/η δράστης/-τρια έχει την ευθύνη για ό,τι έγινε.
- Ζητήστε βοήθεια και στήριξη για το παιδί σας και για εσάς. Απευθυνθείτε σε φορείς και ειδικούς που θα σας δώσουν κατευθύνσεις και υποστήριξη. Μπορείτε να απευθυνθείτε στις κοινωνικές υπηρεσίες των Δήμων, καθώς και στους ακόλουθους φορείς:
 - Γραμμή για τα Παιδιά 8001132000
 - Εθνικό Κέντρο Κοινωνικής Αλληλεγγύης – Γραμμή Άμεσης Κοινωνικής Βοήθειας 197
 - Εθνική Γραμμή Παιδικής Προστασίας 1107

- Μαζί για το Παιδί 11525
- Εθνική Γραμμή SOS 1056
- Ευρωπαϊκή Γραμμή Υποστήριξης Παιδιών 116111