

## ANNEX 02. “NO” ÉS LA MEVA DECISIÓ

### FRASES DE PRESSIÓ. ANÀLISI

---

#### 1. SI M'ESTIMESSIS, HO FARIES

Amb aquesta frase s'assenyala que tenir relacions sexuals és una prova de l'amor ja que relaciona l'amor cap a algú amb el fet de “fer les coses” per a i per aquella persona. Tenir o no relacions sexuals és una decisió personal que no necessàriament es relaciona amb l'estimació que sentim cap a una persona.

#### 2. TOTHOM HO FA. TOTA LA GENT DE LA NOSTRA EDAT HO HA FET

En aquesta frase es diu que allò que fa la majoria és el correcte. No fer-ho pot fer que ens sentim “fora del grup”, exclosos i excloses. És cert que necessitem sentir que pertanyem a un grup però la sexualitat està relacionada amb el nostre propi cos i emocions. Cada persona és diferent i la decisió sobre el seu cos i la seva sexualitat només depèn d'ella. El respecte cap als temps i decisions de cada persona és un dret.

#### 3. SI NO HO FEM, HAURÉ DE BUSCAR UNA ALTRA PERSONA

Aquesta frase és un xantatge emocional. Joga amb la idea que si no hi accedim passarà alguna cosa que no ens agradarà.

#### 4. SI ET QUEDES EMBARASSADA, EM CASARÉ AMB TU

Darrere d'aquesta frase hi ha la idea de construir una família, cosa que es relaciona amb la vida adulta. A més, amb aquesta idea es fantasieja amb una vida adulta, en una família ideal de pel·lícula, cançons, sèries televisives, etc.

#### 5. HAS DE CRÉIXER, NO POTS SER SEMPRE UNA NENA

Allò que ens fa ser persones madures és la capacitat per prendre decisions. El respecte cap als temps i decisions de cadascú és un dret.

#### **6. JA VEURÀS COM T'AGRADARÀ**

Aquesta frase és un xantatge emocional. Joga amb la idea que si hi accedim ens agradarà. Allò que ens agrada o no només ho sabem nosaltres mateixos/es.

#### **7. SI HO FEM, ESTAREM MÉS UNITS**

Amb aquesta afirmació s'alimenta el mite que les relacions sexuals són un punt màxim en la relació amorosa. Tenir relacions sexuals està relacionat amb la intimitat, però per sentir-nos vinculats a una altra persona no hem de tenir obligatòriament relacions sexuals amb ella.

#### **8. SI NO HO VOLIES FER, PER QUÈ HAS COMENÇAT?**

Acceptar compartir intimitat no significa acceptar realitzar totes les pràctiques que una altra persona vulgui. És possible acceptar un tipus d'intimitat i no una altra, un tipus de pràctiques i no d'altres. Tenim dret a parar, a dir NO a una pràctica o a una relació, sempre que vulguem. Aquesta frase a més, intenta fer sentir culpable la persona que diu NO. Dir NO és un dret que cal respectar, i el NO sempre preval davant del SÍ.

#### **9. NO EM FACIS AIXÒ**

Les decisions dels altres poden no agradar-nos, també poden fer-nos mal o molestar-nos. No obstant això, no podem obligar ningú a fer alguna cosa que no vol per evitar aquests sentiments. Aquesta frase a més, intenta fer sentir culpable la persona que diu NO. Dir NO és un dret que cal respectar.

#### **10. SI BEVEM UNA MICA MÉS ENS FARÀ MENYS VERGONYA**

L'alcohol i altres drogues poden desinhibir-nos i fer-nos perdre la vergonya. Són substàncies que impliquen un canvi en el nostre estat de consciència i que, per tant, també influeixen en la presa de decisions. Decidir si volem canviar el nostre estat de consciència és una decisió individual, ningú no ens hi pot obligar. Amb aquesta frase es proposa la consumició d'alcohol per aconseguir un canvi en una decisió. És una frase que recorre al xantatge, dient que si es consumeix passarà alguna cosa positiva.

#### **11. PODEM PRENDRE ALGUNA COSA QUE FARÀ QUE ENS OBLIDEM DE TOT I ENS HO PASSEM DE CONYA**

Algunes drogues poden provocar estats emocionals positius. Les drogues són substàncies que impliquen un canvi en el nostre estat de consciència i que influeixen en les nostres decisions, també sobre la sexualitat, sota aquest estat. Prendre o no prendre drogues és una decisió

individual, ningú no ens hi pot obligar. Amb aquesta frase es proposa consumir drogues per “oblidar” els motius que porten a dir NO. És una frase que recorre al xantatge, dient que si es consumeix passarà alguna cosa positiva.

## **12. EN TENS TANTES GANES COM JO**

Que una persona tingui ganes de tenir relacions sexuals no implica que l'altra persona també en tingui. El desig i les ganes són individuals i subjectius. La comunicació en aquest sentit és molt important per saber què vol i què no vol l'altra persona, i respectar-ho.