English to Farsi translation

# About sexualized violence, boundaries, consent, supports and resources at UVic

**دانشگاه ویکتوریا (UVic) پشتیبان شماست**

دانشگاه ویکتوریا متعهد به پیشگیری از [خشونت جنسی](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/policy/definitions/index.php#ipn-sexualized-violence) در محوطه دانشگاهی است. ما می‌خواهیم به اطلاع همه برسانیم که کدام گزینه‌های آموزشی، منابع و پشتیبانی در دسترس هستند. دفتر منابع خشونت جنسی (SVRO) در بخش برابری و حقوق بشر (Equity and Human Rights)، به همه دانشجویان، کارکنان و استادان متأثر از خشونت جنسی حمایت و راهکارهای لازم را ارائه می‌دهد.

**انتظارات دانشگاه ویکتوریا:**

ما می‌خواهیم دانشگاه ویکتوریا مکانی امن و فراگیر باشد. برای رسیدن به این هدف، همه باید از [سیاست](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/policy/resolution-options/index.php) پیشگیری و مقابله با [خشونت جنسی](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/policy/definitions/index.php) دانشگاه ویکتوریا و همچنین [قوانین کانادا](https://laws-lois.justice.gc.ca/eng/acts/C-46/index.html) در این زمینه آگاه باشند و آن را درک کنند. ما می‌دانیم که خشونت جنسی اشکال گوناگونی دارد و در کانادا و دیگر نقاط جهان یک نگرانی اجتماعی به شمار می‌آید. موضع دانشگاه ویکتوریا این است که خشونت جنسی غیرقابل قبول است و همه انسان‌ها از این حق بنیادین برخوردارند که در محیطی بدون خشونت جنسی زندگی کنند، بیاموزند و کار کنند.

 **آنچه دانشجویان بین‌المللی باید بدانند:**

* [خشونت جنسی](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/policy/definitions/index.php) در دانشگاه ویکتوریا ممنوع است.
* دانشجویان بین‌المللی که تحت تأثیر خشونت جنسی قرار گرفته‌اند، از همان حقوقی برخوردارند که دانشجویان داخلی برخوردارند.
* اگر خشونت جنسی را تجربه کرده‌اید، شما مقصر نیستید.
* پشتیبانی و مشاوره محرمانه در دسترس است.
* اگر درخواست کمک کنید مشکلی پیش نمی‌آید – تأثیری بر وضعیت اقامت موقت شما نخواهد داشت.

**در دانشگاه ویکتوریا شما از حقوق زیر برخوردارید:**

* با شما با احترام رفتار شود؛
* مرزهای خود را تعیین و انتخاب کنید که در کدام فعالیت‌های جنسی و/یا روابط جنسی می‌خواهید شرکت کنید؛
* چنانچه شما یا فردی که می‌شناسید تحت تاثیر خشونت جنسی قرار گیرید، به خدمات [پشتیبانی](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/get-support/on-campus/index.php) دسترسی داشته باشید.

**اعضای جامعه دانشگاه ویکتوریا باید:**

* در تعاملات خود با دیگران محترمانه رفتار و مقرارت [رضایت](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/consent/what-is-consent/index.php) را رعایت کنند؛
* از انتظارات دانشگاه ویکتوریا که در [سیاست پیشگیری و واکنش به خشونت جنسی](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/policy/resolution-options/index.php) تدوین شده است آگاه باشند؛
* اگر ازاین انتظارات آگاهی لازم ندارند، پرسشگری کنند و به دنبال کسب اطلاعات بیشتر باشند؛
* درک کنند که نمی‌توانند به بهانه‌ی تفاوت فرهنگی رفتارهایی داشته باشند که دانشگاه ویکتوریا آنها را خشونت جنسی می‌داند.

در اینجا به برخی از پرسش‌ها و نگرانی‌های خاص دانشجویان بین‌المللی در مورد [خشونت جنسی](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/policy/definitions/index.php) پاسخ داده شده است. این مطلب اطلاعات اساسی و مهمی در مورد خشونت جنسی و رضایت ارائه می‌دهد. ترجمه این اطلاعات مهم به زبان‌های چینی ساده، فارسی، ژاپنی، کره‌ای، فرانسوی و اسپانیایی موجود است.

**پرسش ۱. خشونت جنسی چیست؟**

پاسخ: دانشگاه ویکتوریا خشونت جنسی را این‌گونه تعریف می‌کند:

* «هر عمل یا رفتار بدون رضایت، ناخواسته، انجام شده، تلاش شده، یا تهدیدی که از طریق شیوه‌های جنسی یا با هدف قرار دادن جنسیت فرد، هویت جنسی یا بیان یا هویت جنسیتی او صورت گیرد.
* طیفی از رفتارها که می‌تواند به هر شکل یا از طریق هر وسیله ارتباطی (آنلاین، شبکه‌های اجتماعی، گفتاری، نوشتاری، تصویری) یا تماس فیزیکی اتفاق بیفتد.
* بین افراد، بدون توجه به گرایش جنسی، جنسیت، بیان جنسیتی و هویت جنسیتی آنان رخ دهد.
* [امکان داشته باشد که] بین کسانی که در حال حاضر یا قبلاً در یک رابطه جنسی بوده‌اند، یا کسانی که در رابطه غیر جنسی (مانند آشنایان، دوستان و همکاران) هستند و حتی بین افراد غریبه اتفاق بیفتد.»

**پرسش ۲. بر اساس تعریف دانشگاه پرسش ۲. بر اساس تعریف دانشگاه ویکتوریا، چه نمونه‌هایی از خشونت جنسی وجود دارد؟**

**پاسخ: خشونت جنسی می‌تواند اشکال مختلفی داشته باشد و ممکن است شامل تماس فیزیکی مستقیم باشد یا نباشد. این بدان معناست که خشونت جنسی می‌تواند به صورت گفتاری، نوشتاری، به صورت تصویری یا آنلاین نیز رخ دهد. خشونت جنسی شامل رفتارهایی است که از جمله، اما نه محدود به موارد زیر هستند:**

* **تعرض یا تجاوز جنسی**
* **سوءاستفاده جنسی**
* **آزار و اذیت جنسی**
* **تعقیب یا مزاحمت**
* [آمیزش جنسی **بدون محافظت و بدون رضایت شریک جنسی**](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/policy/definitions/index.php)
* **نمایش یا برهنگی در ملأعام**
* **چشم‌چرانی یا تماشای مخفیانه**
* **اظهارنظرهای ناخوشایند جنسی**
* **انتشار تصاویر، عکس‌ها یا ویدئوهای جنسی ع**ریان **از فرد بدون رضایت او**

دانشگاه ویکتوریا به‌طور آگاهانه تعریف جامعی از خشونت جنسی ارائه داده است تا طیف وسیعی از رفتارهای آسیب‌زا را شناسایی و پیشگیری کند. این تعریف ممکن است با آنچه در دیگر مؤسسات، مناطق یا کشورها وجود دارد متفاوت باشد. بنابراین از همه دعوت می‌کنیم که [تعریف دانشگاه ویکتوریا](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/policy/definitions/index.php) و نمونه‌های ذکرشده را بخوانند و درک کنند. اگر درباره این تعریف یا نمونه‌ها پرسشی دارید، لطفاً با دفتر رسیدگی به خشونت جنسی تماس بگیرید. ما اینجا هستیم تا به پرسش‌های شما پاسخ دهیم و از شما حمایت کنیم.

پرسش ۳. چرا خشونت جنسی در کانادا و دیگر نقاط جهان یک مشکل محسوب می‌شود؟

**پاسخ: خشونت جنسی در نتیجه نگرش‌ها و باورهای آگاهانه و ناآگاهانه‌ای رخ می‌دهد که ماهیتی تبعیض‌آمیز دارند. برای مثال، زنان و دختران به‌طور قابل‌توجهی بیشتر از مردان و پسران با خشونت جنسی مواجه می‌شوند، زیرا باورهای جنسیت‌زده ای وجود دارند که زنان را پایین‌تر از مردان می‌دانند. این باورها با سایر نظام‌های فکری مانند نژادپرستی، تبعیض بر اساس گرایش جنسی و وضعیت شهروندی ه**م‌راستا هستند **و باعث می‌شوند برخی گروه‌ها بیش از دیگران خشونت جنسی را تجربه کنند.**

**برای نمونه، می‌دانیم که زنان، دختران و افراد دو روح بومی بیشتر از زنان سفیدپوست خشونت جنسی را تجربه می‌کنند، زیرا تبعیض جنسیتی و نژادی با یکدیگر در ارتباط هستند. همین موضوع در مورد افزایش میزان خشونت جنسی علیه زنان مهاجر و پناهنده نیز صادق است؛ جنسیت، نژاد و وضعیت شهروندی آن‌ها می‌تواند باعث شود به شکل متفاوت و بیشتری نسبت به زنان سفیدپوست قربانی خشونت شوند. برای جلوگیری از وقوع خشونت جنسی، لازم است همه نگرش‌ها و نظام‌های فکری آسیب‌زا را به چالش بکشیم.**

جنبه‌هایی از هویت فردی – مانند نژاد، قومیت، جنسیت زیستی، جنس، گرایش جنسی، سن و کشور مبدأ – می‌توانند بر نحوه تأثیرگذاری خشونت جنسی بر افراد اثر بگذارند. برای مثال، برخی افراد با اعتمادبه‌نفس بیشتری برای درخواست کمک و حمایت اقدام می‌کنند، در حالی‌که برخی دیگر ممکن است احساس راحتی یا امنیت کافی برای مطرح کردن موضوع نداشته باشند. هدف ما در دانشگاه ویکتوریا ایجاد محیطی است که همه افراد، بدون توجه به هویت شخصی خود، بتوانند برای دریافت حمایت اقدام کنند.

**به رسمیت شناختن و احترام گذاشتن به مرزهای شخصی**

به رسمیت شناختن و احترام گذاشتن به مرزهای شخصی دیگران بخش مهمی از رعایت مقررات رضایت است. مرزهای شخصی مجموعه‌ای از انتظاراتی هستند که هر یک از ما برای نحوه رفتار دیگران با خودمان داریم. برای مثال، مرزها می‌توانند شامل نیاز به فضای شخصی بیشتر یا تمایل نداشتن به لمس شدن توسط دیگران باشند. هر یک از ما حق داریم مرزهای شخصی خود را داشته باشیم و انتظار داشته باشیم که دیگران به آن‌ها احترام بگذارند.

مرزهای شخصی نه‌ تنها برای افراد مختلف متفاوت هستند، بلکه در فرهنگ‌های مختلف نیز تفاوت دارند. برای نمونه، در برخی فرهنگ‌ها بوسه بر گونه برای سلام و احوالپرسی رایج است، در حالی‌که در برخی دیگر در آغوش گرفتن عادی‌تر به نظر می‌رسد. هرچند آداب و رسوم اهمیت دارند، اما هیچ‌گاه مهم‌تر از احترام گذاشتن به مرزهای شخصی نیستند. ما نباید فرض کنیم که دیگران نیز تمایل دارند بوسیده شوند یا در آغوش گرفته شوند. در عوض، بسیار مهم است که همیشه رضایت بگیریم تا موجب ناراحتی دیگران نشویم.

اگر کسی به مرزهای شما توجه نکرد یا به آن‌ها احترام نگذاشت، شما حق دارید آشکارا مرزهای خود را بیان کنید – برای مثال: «می‌توانیم به جای در آغوش گرفتن، دست بدهیم؟ من واقعاً دوست ندارم در آغوش گرفته شوم.» بسیار مهم است که وقتی کسی مرزهای خود را بیان می‌کند، شنیده شود و نیازهای او محترم شمرده شوند.

این [ویدئوی کوتاه](https://youtu.be/fGoWLWS4-kU?si=ox9LldVNtcb8f-Jq) اصول اولیه رضایت و مرزهای شخصی را با استفاده از مثال چای توضیح می‌دهد.

گفت‌گوی محترمانه و بر پایه درک روشن از مفهوم رضایت، شیوه مهمی برای پیشگیری از خشونت جنسی است. گفتگو شامل انواع ارتباطات آنلاین و حضوری، و تعامل با دیگر دانشجویان، کارکنان، استادان و اعضای جامعه می‌شود. اگر با موضوع احترام و رضایت آشنایی ندارید، یا مطمئن نیستید چه رفتاری در کانادا مناسب یا نامناسب تلقی می‌شود، ما اطلاعات تکمیلی ویژه دانشجویان، کارکنان و استادان بین‌المللی را در [اینجا](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/consent/what-is-consent/index.php) قرار داده‌ایم.

دفتر منابع خشونت جنسی (SVRO)

دفتر منابع خشونت جنسی در دانشگاه ویکتوریا برای حمایت از افرادی است که تحت تأثیر خشونت جنسی قرار گرفته‌اند. ما شنونده هستیم، اطلاعات و مشاوره ارائه می‌دهیم و ارتباط فرد را با منابع حمایتی مناسب برقرار می‌کنیم. این روند معمولاً پس از زمانی است که فرد موضوع خشونت جنسی خود را افشا می‌کند. **افشاگری** به این معناست که تجربه خشونت جنسی خود را با کسی در میان بگذارید. دانستن برخی جزئیات به دفتر منابع خشونت جنسی کمک می‌کند تا گزینه‌ها و حمایت‌های مرتبط با شرایط شما را شناسایی کند. پس از تبادل اطلاعات، شما می‌توانید تصمیم ب‌گیرید که چه اقدامی انجام شود.

افشاگری با **گزارش‌دهی** تفاوت دارد. گزارش‌دهی یک فرآیند رسمی است و زمانی انجام می‌شود که بخواهید دانشگاه تحقیق کند و برای فردی که آسیب وارد کرده اقدام انضباطی در نظر بگیرد. این روند با تحقیقات پلیس متفاوت است.

اگر شما یا فردی که می‌شناسید خشونت جنسی را تجربه کرده اید، می‌توانید:

* [افشاگری ناشناس](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/get-support/on-campus/index.php#ipn-anonymous-disclosure) انجام دهید
* با [دفتر منابع خشونت جنسی](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/get-support/on-campus/index.php) (SVRO) در واحد برابری و حقوق بشر تماس بگیرید، ایمیل بزنید یا حضوری مراجعه کنید تا اطلاعات بیشتری دریافت کنید یا افشاگری حضوری داشته باشید
* فردی را به‌عنوان حامی با خود بیاورید

اطلاعاتی که با SVRO در میان می‌گذارید محرمانه خواهد ماند. اگر در مورد منابع در دسترس دانشجویان بین‌المللی پرسشی دارید، با [مرکز دانشجویان بین‌المللی](https://www.uvic.ca/international-experiences/contacts/meet-the-ics-team/index.php) تماس بگیرید.

[حمایت‌های دیگری نیز در دسترس شما هستند](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/get-support/on-campus/index.php).

**اگر کسی تجربه خشونت جنسی خود را با شما در میان گذاشت، چه باید بکنید**

اگر کسی تجربه خشونت جنسی خود را با شما در میان بگذارد، احتمالاً به دلیل نیاز به حمایت است. اگر کسی به شما اعتماد کرد و تجربه خود را بازگو نمود، بهترین کارهایی که می‌توانید انجام دهید عبارتند از:

* او را باور کنید. این یکی از حمایت‌کننده‌ترین کارهایی است که می‌توانید انجام دهید.
* با او مهربان و همدل باشید. برای مثال می‌توانید بگویید: «خیلی متأسفم که این اتفاق برایت افتاده است.»
* از او بپرسید به چه چیزی نیاز دارد. سعی کنید دریابید که او در کوتاه‌ مدت چه چیزی لازم دارد و صادقانه بگویید که چگونه می‌توانید از او حمایت کنید. به تصمیم او در مورد مرحله بعدی احترام بگذارید.
* محرمانگی را حفظ کنید. بدون اجازه‌ تجربه او را با دیگران در میان نگذارید. اگر نگران هستید، می‌توانید برای دریافت مشاوره محرمانه با دفتر منابع خشونت جنسی تماس بگیرید. در برخی موارد ممکن است لازم باشد محرمانگی نقض شود – برای مثال، اگر نگران هستید که این اتفاق دوباره رخ دهد یا برای فرد دیگری پیش بیاید – در چنین شرایطی، ما شما را راهنمایی می‌کنیم تا این کار را به بهترین شکل ممکن انجام دهید.
* با دفتر منابع خشونت جنسی تماس بگیرید. ما می‌توانیم حمایت محرمانه، گزینه‌ها و اطلاعات لازم را در اختیار شما قرار دهیم، از جمله معرفی سایر خدمات حمایتی مانند مرکز کمک به قربانیان تجاوز و خشونت جنسی ویکتوریا، مرکز سلامت دانشجویان یا پروژه مبارزه با خشونت.

**رضایت چیست؟**

دانشگاه ویکتوریا رضایت را این‌گونه تعریف می‌کند: «رضایت به معنای موافقت داوطلبانه برای برقراری تماس بدنی یا فعالیت جنسی و ادامه دادن این تماس یا فعالیت است. رضایت به این معناست که افراد بتوانند به صورت کلامی یا رفتاری نشان دهند که آزادانه و به‌طور متقابل موافق داشتن تماس یا فعالیت هستند. مسئولیت گرفتن رضایت بر عهده فرد شروع‌کننده تماس یا آن فعالیت جنسی خاص است.»

**چگونه به مقررات رضایت عمل کنیم**

مهم است که بدانید دانشگاه ویکتوریا رضایت را چگونه تعریف می‌کند، و نیز باید بدانید که چگونه می‌توان رضایت را در زندگی روزمره رعایت کرد. این امر شامل موارد زیر است:

* **بیان واضح** – روشن و مشخص بودن آنچه می‌خواهید، تا طرف مقابل بتواند تصمیم آگاهانه‌ درباره مشارکت در آن امر بگیرد.
* **پرسیدن قبل از اقدام** – با پرسیدن پرسش‌ در ابتدای ملاقات یا تعامل، در طول تعامل و به‌ویژه قبل از تغییر فعالیت‌ها، می‌توانید دریابید که طرف مقابل چه می‌خواهد (برای مثال، ابتدا برای گرفتن دست کسی اجازه بگیرید و بعد، اگر می‌خواهید او را ببوسید، دوباره اجازه بگیرید).
* **پذیرش مسئولیت** – وقتی می‌خواهید یک فعالیت را آغاز کنید (مثلاً در آغوش گرفتن یا بوسیدن)، مسئولیت گرفتن رضایت بر عهده شماست.
* **احترام به مرزها** – وقتی کسی مرزی تعیین می‌کند (به‌صورت گفتاری یا از طریق زبان بدن)، باید فعالیت خود را متوقف کنید، به حرف‌های او گوش دهید و به انتخاب‌هایش احترام بگذارید. تحت فشار گذاشتن کسی برای انجام آنچه شما می‌خواهید، هرگز درست نیست.
* **پذیرش جواب رد** – آماده شنیدن «نه» باشید و فعالیت خود را متوقف کنید؛ افراد ممکن است نخواهند کاری را انجام دهند، یا ممکن است ابتدا موافقت کنند و بعد نظرشان تغییر کند. این حق آن‌ها و حق شماست.
* **یادگیری زبان بدن** – افراد از طریق گفتار و رفتار با شما ارتباط برقرار می‌کنند؛ یادگیری علائم غیرکلامی بخش مهمی از رعایت رضایت است.
* **گفتگوی مستمر** – رضایت یک فعالیت دو گزینه‌ای (بله یا خیر) نیست؛ رضایت معنادار شامل گفتگوی روشن، مستمر و باز، بدون توجه به وضعیت رابطه یا سابقه‌ی روابط جنسی است.
* **درک توانایی** – زمانی که طرف مقابل احساس فشار، اجبار، تهدید یا ترس می‌کند، رضایت معنا ندارد.

اگر کسی دچار لکنت در گفتار، عدم توانایی ایستادن، بیهوشی، خواب یا استفراغ شود – چنان فردی برای رضایت دادن اهلیت ندارد.

افراد ممکن است به دلیل مصرف الکل و/یا مواد دیگر توانایی دادن رضایت را از دست بدهند. الکل و سایر مواد ممکن است توانایی پردازش اطلاعات و حل مسئله را کاهش دهند که این امر بر توانایی رعایت رضایت تأثیر می‌گذارد

.

برخی افراد ممکن است به دلیل واکنش به یک تجربه آسیب‌زا ناتوان از دادن رضایت شوند – بازسازی یک حادثه دردناک، ناراحت‌کننده و/یا ترسناک در گذشته – ممکن است توانایی انجام واکنش را نداشته باشند یا رفتار متفاوتی نشان دهند و به نظر می‌رسد که متوجه آنچه در اطرافشان رخ می‌دهد نیستند.

**الکل و رضایت**

بیشتر خشونت‌های جنسی که دانشجویان در دانشگاه ویکتوریا تجربه می‌کنند، با مصرف الکل (و گاهی مواد دیگر) همراه هستند. این بدان معنا نیست که الکل باعث خشونت جنسی می‌شود، اما مصرف الکل و سایر مواد، تعاملات را پیچیده‌تر و هدایت آن‌ها را دشوارتر می‌سازد. برای مثال، ممکن است تشخیص نشانه‌های غیرکلامی دیگران (مانند نشان دادن ناراحتی و عدم رضایت به شکل نگاه نکردن به طرف مقابل یا سکوت) برای فردی که الکل نوشیده دشوارتر شود. فردی که الکل یا مواد مصرف کرده مسئول اعمال خودش است و باید رضایت طرف مقابل را بگیرد و از رضایت او اطمینان حاصل کند.

مواردی که باید بدانید:

* سن قانونی نوشیدن الکل و مصرف ماریجوانا در بریتیش کلمبیا ۱۹ سال است.
* حتی مقدار کم الکل هم می‌تواند بازدارندگی‌ را کاهش دهد و بر تصمیم‌گیری، درک مرزها و رعایت رضایت طرف مقابل تأثیر بگذارد.
* مصرف الکل می‌تواند توانایی ما برای صحبت کردن درباره رضایت و تشخیص تغییرات در نشانه‌های کلامی و غیرکلامی مبنی بر رضایت (مثل برقراری تماس چشمی یا اجتناب از آن) را کاهش دهد.
* نوشیدن زیاد الکل و مصرف همزمان الکل و مواد مخدر باعث افزایش اختلال در قضاوت و توانایی رعایت رضایت طرف مقابل می‌شود.

مست بودن یا تحت تأثیر الکل بودن، بهانه‌ای برای عدم رعایت رضایت طرف مقابل نیست. اگر بیش از حد مست یا تحت تأثیر الکل هستید و نمی‌توانید رضایت یا عدم رضایت طرف مقابل را تشخیص دهید، نباید کار خود را ادامه دهید.

اگر در حالی که الکل یا مواد مصرف کرده‌اید، فردی مرزهای شما را نقض کرد، باید بدانید که شما مقصر نیستید. مهم نیست که شما الکل یا مواد مصرف کرده‌‌اید یا خیر، دفتر منابع خشونت جنسی آماده‌ی حمایت از شماست.

برای اطلاع از مصرف الکل، ماریجوانا و سایر مواد و ارتباط آن‌ها با رضایت طرف مقابل، [منابع بیشتری](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/consent/alcohol-consent/index.php) در دسترس هستند.

**رضایت به‌ مثابه یک رفتار عادی روزمره**

برای بیشتر ما انسان‌ها، احساس ارتباط با دیگران اهمیت دارد. ممکن است ما به دنبال دوستی یا روابط عاشقانه با دیگران باشیم. نحوه دنبال کردن این روابط از فرهنگی به فرهنگ دیگر متفاوت است. آنچه در یک فرهنگ خوشایند و مورد انتظار است، ممکن است در فرهنگی دیگر چنین نباشد. فرض کردن، اشتباه تفسیر کردن زبان بدن و درک نکردن ظرایف زبان طرف مقابل، از خطاهای رایج در ارتباطات بین‌فرهنگی و تعاملات روزمره است.

تعامل روشن و رعایت رضایت، روش‌های مهمی برای اطمینان از این امر هستند که دیگران را ناراحت نکنیم و از انواع خشونت جنسی پیشگیری کنیم. برای مثال، رعایت احترام به معنای پرسیدن قبل از نزدیک شدن فیزیکی یا گذاشتن دست روی شانه طرف مقابل است. به جای فرض کردن، از طرف مقابل بپرسید: «می‌توانم شما را در آغوش بگیرم؟» اگر فرد پاسخ نداد، ناراحت به نظر رسید یا موضوع را تغییر داد، نباید او را در آغوش بگیرید.

به یاد داشته باشید که در روابط ما با دیگران، تفاوت‌ قدرت می‌تواند بر توانایی گفتن «بله» یا «نه» و دادن رضایت آزادانه تأثیر بگذارد. برای مثال، یک دانشجوی کارشناسی ممکن است به دلیل ترس از عواقب «نه» گفتن، و تحت فشار به استاد کارشناسی ارشدی که از او دعوت به ملاقات کرده، جواب «بله» بدهد. در چنین شرایطی، فرد دارای قدرت مسئول است که فرد زیردست را در موقعیت ناراحت‌کننده قرار ندهد.

شوک فرهنگی یا سردرگمی ناشی از حضور در محیط جدید یا متفاوت می‌تواند دشوار باشد. این موضوع به‌ویژه هنگام یادگیری و آشنایی با انتظارات فرهنگی جدید درباره رضایت، ممکن است قرارهای عاشقانه و روابط صادقانه را به چالش‌ بکشد. دفتر منابع خشونت جنسی (SVRO) برای حمایت از شما اینجاست و می‌توانید به‌صورت محرمانه با ما ملاقات کنید تا اطلاعات، منابع و حمایت لازم را دریافت کنید.

**[منابع آموزشی و کارگاه‌های مرتبط با رضایت](https://www.uvic.ca/sexualizedviolence/workshops/index.php)**