Hazaragi

### مرحله 1: صحبت رضایت با دیگر بزرگسالان

# بیایید در مورد رضایت همه مو هم نظر باشیم


## حمایت در دسترس است

صحبت در مورد رضایت، یا حتی خواندن این راهنما، ممکن است بلدی بعضی افراد تحریک کننده باشد.

### خدمات مشاوره و حمایت

**1800RESPECT (1800 737 732)**[1800respect.org.au](https://www.1800respect.org.au/)

**رهنمای خدمات حمایتی تجاوز جنسی استرالیا**[nasasv.org.au](https://www.nasasv.org.au/)

**MensLine (خط آقایان) (1300 78 99 78)**[mensline.org.au](https://www.mensline.org.au/)

**13YARN – 13 92 76**[13yarn.org.au](https://www.13yarn.org.au/)

**Lifeline (خط عمومی) (13 11 14)**[lifeline.org.au](http://lifeline.org.au/)

**اگر شمو در خطری فوری قرار دارید، لطفا به شماره 000 تماس بگیرید**

### چگونه به کسی که تجربیات خود را درمورد خشونت یا تجاوز جنسی فاش موند جواب دهیم

واکنش های دلسوزانه به افشای خشونت جنسی به بازماندگان کمک موکند احساس کنند شنیده موشونند و نقش مهمی در تصمیم گیری های آنها بلدی جستجوی کمک اضافی دارند.

مهمترین کارهایی که موشنه انجام دهید عبارتند از:

* بدون وقفه یا قضاوت، با دقت گوش دهید
* نشان دهید که آنچه را که به شمو موگویند باور دارید
* به آنها بگویید که از حمایت شمو برخوردار هستند

زمان افشای آنها بر بهترین راه بلدی پاسخگویی تاثیر می‌گذارد. اگر آنها در معرض خطر خشونت یا حمله بیشتر باشند، ممکن است نیاز به محافظت فوری داشته باشند.

همچنین طیف وسیعی از خدمات حمایت ملی، ایالتی و قلمرو در دسترس می‌باشد.



## رضایت جنسی چیست؟

رضایت جنسی یک توافق آزاد، داوطلبانه و آگاهانه بین افراد بلدی شرکت در عمل جنسی می‌باشد. این توافق تنها زمانی وجود دارد که این افراد به طور متقابل و واقعی احساس کنند که می‌خواهند در آن عمل جنسی شرکت کنند و فعالانه مطمئن شونند که شریک زندگی آنها نیز این کار را انجام موته.

این به معنی است که تنها رضایت به فعالیت جنسی وجود میداشته باشد، که همه افراد درگیر:

* بلدی مشارکت با هم توافق موکنند
* واقعا می‌خواهد شرکت کند – آنها احساس نموکنند مجبور هستند
* با یکدیگر بررسی مونند تا مطمئن شونند که همه می‌خواهند شرکت کنند
* نشان می‌دهد یا موگوید که می‌خواهند به شیوه ای شفاف و باز شرکت کنند.

رضایت جنسی به فعالیت های جنسی مربوط موشوند، مانند:

* عمل جنسی
* دست زدن کسی به منظور جنسی
* شریک نمودن عکس های جنسی
* فعالیت های جنسی آنلاین و پیام های جنسی.

رضایت جنسی نیست:

* حلی مشکلی
* یک معامله یا یک قرارداد – مبادله ای که در آن کسی رضایت «موده» یا «دریافت» مونه.

درک وابلاغ رضایت بخشی از مجموعه مهارت هایی است که افراد موتانند بلدی داشتن روابط جنسی ایمن و سالم بیاموزند. باید رضایت وجود داشته باشد تا فعالیت جنسی بدون از خشونت، فشار و کنترل باشد.

### چرا رضایت مهم است؟

رضایت بلدی برخوردهای امن وسالم ضروری است. باعث ایجاد احترام، ارتباط واعتماد موشوند و به شرکا اجازه موده آزادانه خواسته ها و مرزها را بیان کنند. همچنین ارتباطات قوی تری بین آنها ایجاد موکند.



## چرا باید به رضایت جنسی اهمیت دهیم؟

تحقیقات اخیر نشان موده که جوانان موافق هستند که بزرگسالان در زندگی شان باید در مورد رضایت جنسی با انها صحبت کنند.



صحبت در مورد رضایت نباید چیزی باشد که فقط زمانی اتفاق بیفتد که همه چیز اشتباه شونه.

کسب رضایت، خوداری و برقراری ارتباط مجموعه ای از مهارت هایی است که هرکسی موتانه یاد بگیره. این گفتگوها بخش مهمی از رشد هرجوان است.

### در مورد رضایت چگونه فکر موکنیم؟

مردم دیدگاه های متفاوتی در مورد رضایت دارند. به نظر می‌رسد، چه چیزی شامل موشونه، اگر بحث در مورد آن آسان یا دشوار باشد.

یک مطالعه در مورد نگرش های نوجوانان 16 تا 24 ساله نشان داد که 33 درصد موافق هستند که «معمولا اتهامات تجاوز جنسی به عنوان راهی است که به مردان بر می‌گردد» این نشان موته که جوانان موتانند بلدی تشخیص رضایت و خشونت جنسی تلاش کنند.[[1]](#footnote-1)

با این حال، ارائه اطلاعات مثبت موتانه به جوانان کمک کند تا روابط محترمانه متقابل ایجاد کنند و از آسیب جوانان، باید روی صحبت در میان بزرگسالان تمرکز کنیم.



### چرا ابتدا باید با بزرگسالان دیگر صحبت کنیم؟

قبل ازصحبت با جوانان، مو باید در مورد رضایت صحبت کنیم تا پیامی متحد به آنها ارائه دهیم.

اغلب، رضایت جنسی در میان بزرگسالان بدون بحث باقی می‌ماند و باعث ناراحتی و اجتناب موشوند.

بهترین راه بلدی دور زدن این موضوع آموزش خود با استفاده از منابع در [consent.gov.au](https://www.consent.gov.au/)و شرکت در بحث با بزرگسالان دیگر رضایت ممکن است باهم هماهنگ نباشد و این اشکالی ندارد.

از طریق گفتگو، یک درک مشترک موتاند پدیدار شونه.

## پنج نکته که باید هنگام رضایت به یاد داشته باشید:

5 نظریه اصلی وجود دارد که به تعریف رضایت جنسی کمک موکند:

### 1. رضایت آزاد و داوطلبانه است

رضایت همیشه یک انتخاب آزاد است. اگر کسی درگیر باشد رضایتی وجود ندارد:

* خشونت را تجربه کرده باشد
* بلدی انجام کاری مجبور یا تحت فشار است
* احساس ترس یا تهدید موکند
* احساس تحقیر موکند
* چیزی برداشته است
* درحال جاسوسی یا ردیابی است
* درحال کنترل است

رضایت همراه با شرایط نیست. باید آزادانه و واقعی و بدون تردید داده شونه.



### 2. روشن و آگاه

همه واقعا مطمئن یا مشتاق هستند و می‌دانند که با چه چیزی موافقت موکنند. رضایت زمانی است که همه:

* می‌خواهید در فعالیت جنسی شرکت کنید
* بفهمید که آن فعالیت جنسی چیست.

رضایت از یک فعالیت جنسی، مانند بوسیدن یا لمس کردن، به معنی رضایت از سایر فعالیت های جنسی نیست، همه همچنین باید به شکلی انجام فعالیت، از جمله استفاده از کاندوم و جلوگیری از بارداری موافقت کنند.

### 3. فعال و ارتباطی

رضایت تماما در مورد ارتباط می‌باشد. شرکا باید فعالانه چیزی بگویند یا انجام دهند تا بررسی کنند که آیا شریک زندگی آنها می‌خواهد در یک فعالیت جنسی شرکت کند یا نه.

افراد موتانند رضایت خود را از طریق:

* گپ زدن – مثلا «موتانم تو ره در بغل بگیرم؟»، «می‌خواهی امتحان کنی...؟»، «این احساس خوبی دارد؟»
* نشان دادن بدون کلمات – مثلا، حرکت بدنی پرشوق، مشارکت فعال، نزدیکتر شدن
* بنویسد – بطور مثال، در جریان فعالیت جنسی آنلاینی.

افراد باید بررسی کنند که آیا شریک زندگی آنها می‌خواهد در یک فعالیت جنسی شرکت کند یا خیر. «نه» نگفتن به این معنی نیست که کسی رضایت می‌دهد. اگر علائمی از تردید یا عدم اطمینان مانند ساکت ماندن وجود داشته باشد، به این معنی است که شخص رضایت نموته. اعلام حضور ممکن است به نظر برسد:

«آیا می‌خواهید آرام بگیرید؟»

«آیا می‌خواهید تفریح بگیرید؟»

«آیا می‌خواهید توقف کنید؟»

«چطور است که بلدی مو آب بیاورم؟»

برانگیختگی فیزیکی نیز به معنای رضایت نیست. سطوح یا درجات مختلفی از رضایت یا عدم رضایت وجود دارد. یا رضایت وجود دارد یا عدم رضایت.

### 4. دوام دار و متقابل

فرآیند رضایت مداوم و مشترک می‌باشد. این مسئولیت همه افراد در گیر است که اطمینان حاصل کنند که رضایت همیشه وجود دارد. شمو فقط یک بار قبل از شروع فعالیت جنسی آن را اعلام نموکنید، و هر کسی موتانه رضایت خود ره در هر زمانی در در طول فعالیت جنسی پس بگیرد.

اگر یک نفر رضایت دهد اما دیگری رضایت ندهد، رضایت وجود ندارد. همه افراد باید بخواهند در فعالیت جنسی شرکت کنند.



### 5. توانا و قادر

هرکسی که درگیر یک فعالیت جنسی است باید بتواند رضایت دهد یا ارتباط برقرار کند این کار را نموکند. افراد **نموتانند رضایت دهند** اگر:

* زیر سن رضایت (16 یا 17) – این در مناطق مختلف استرالیا متفاوت است و استثناهایی بلدی افرادی وجود دارد که به طور توافقی رابطه جنسی دارند و از نظر سنی نزدیک هستند.
* نشه بودن، زیاد یا به شدت تحت تآثیر مواد مخدر یا الکل قرار گرفته اند.
* بیهوش – بیدار و هوشیار نباشد.

شرکا باید فعالانه چیزی بگویند یا انجام دهند تا بررسی کنند که آیا شریک زندگی آنها توانایی دارد و می‌خواهد در یک فعالیت جنسی شرکت کند.

بلدی یاد گرفتن بیشتر به [consent.gov.au](https://www.consent.gov.au/) مراجعه کنید.

## نزدیک شدن به گفتگو با دیگران

بلدی کمک گفتگو خود با سایر بزرگسالان، ممکن است از این شروع کننده گفتگو استفاده کنید.



### شروع کننده گفتگو در مورد طفل پروری

* چگونه با أطفال خود در مورد موضوعات ناخوشایند صحبت مونید؟
* چه سنی را مناسب می‌دانید و چرا؟
* چگونه موتانیم به اطفال بیاموزیم که با رد یا انصراف از رضایت کنار بیایند؟

### شروع کننده گفتگو در مورد روابط

* چرا رضایت بلدی فعالیت جنسی ایمن و روابط سالم مهم است؟
* آیا درخواست رضایت جنسی در یک رابطه جدید مهمتر از یک رابطه متعهدانه و طولانی مدت است؟
* آیا بلدی اینکه رضایت لازم باشد باید با کسی در ارتباط باشید؟

### شروع کننده گفتگو در مورد رضایت

* چگونه رضایت خود را اعلام موکنید، و آیا تا با حال شرایطی وجود دارد که به طور ضمنی به آن اشاره شونه؟
* آیا نحوه برخورد شمو با رضایت متاثر از فرهنگ یا اعتقادات مذهبی شموست؟
* آیا صحبت در مورد رضایت روابط را ناخوشایند موکنه؟ اگر چنین است، چگونه موتانیم بر این غلبه کنیم؟

## سوالات مکرر رضایت FAQs

### آیا بلدی عکس ها یا ویدیوها نیاز به رضایت دارید؟

همیشه باید قبل از به اشتراک گذاشتن تصویر یا ویدیوی شخصی رضایت بخواهید.

شمو باید به دنبال رضایت دیجتال پرسان کنید:

«موتانوم از شمو عکس/ویدیو بگیروم؟»

«آیا موتانوم این ویدیو/عکس شموره با [نام/گپ گروهی] به اشتراک بگذارم؟»

«آیا موتانوم این ویدیو/عکس شموره در [درج پلتفرم رسانه های اجتماعی]؟» خودکنم

هرگز درست نیست که محتوای خصوصی، جنسی، شرم آور یا نامناسب شخصی را بدون رضایت با دیگران به اشتراک بگذارید. ایجاد چنین محتوایی به طور خودکار اجازه اشتراک گذاری را نمی‌دهد.

تحت فشار دادن دیگران بلدی اشتراک گذاری محتوای خصوصی قابل قبول نمی‌باشد و دریافت آن مستلزم متقابل نیست. اگر در مورد اشتراک گذاری مطمئن نیستسد یا احساس ناراحتی موکنید، مکث کنید، تآمل کنید، و به دنبال راهنمایی باشید.

بلدی منابع بیشتر در باره رضایت بلدی والدین به [eSafety](https://www.esafety.gov.au/parents) مراجعه کنید.

### آیا شرایطی وجود دارد که توجه ناخواسته قابل قبول باشد؟

توجه فیزیکی ناخواسته صرف نظر از وضعیت، هیچگاه صحیح نیست، هرکس سزاوار است تا إحساس امنیت و راحتی کند، و هیچ کس نباید رضایت خود را قبول کند.

### آیا درخواست رضایت روحیه را خراب موند؟

أصلا، رضایت نباید بیش از حد رسمی یا ناخوشایند باشد، این موتانه به سادگی پرسیدن سوالاتی مانند «به چه چیزی علاقه دارید؟» باشد. آیا «میخواهی ادامه بدهی؟»

چیزی که ’روحیه را خراب موکند‘ بدون اینکه مطمئن باشید طرف مقابل واقعن راحت ومایل است به پیش می‌رود.



### اگر إحساس راحتی نموکنید، چطور رضایت خود را پس گیرید؟

شمو موتانید در هر نقطه از یک تعامل جنسی نظر خود را تغییر دهید وهمه باید متوقف شوند. هرکس حق دارد تصمیم بگیرد که چه اتفاقی بلدی بدنش می‌افتد.

مثال های شفاهی ممکن بنظر برسد:

»نظرم عوض شد«

»من احساس راحتی نموکنوم«

»من دیگر نمی‌خواهم این کار را انجام دهم«

بیان غیرمستقیم نیز موتاند نشان دهنده انصراف از رضایت باشد. مثلا:

»من خسته ام«

»من در مورد این مطمئن نیستم«

»مطمئن نیستم که دیگر در حال وهوا باشم«

هرکسی به راحتی نموتانه مرزهای خود ره به صورت شفاهی بیان کند. ارتباط غیر شفاهی به اندازه کلمات معتبر می‌باشد. بعضی از نشانه های غیر کلامی که باید از آنها آگاه بود عبارتند از:

* دیگر در فعالیت شرکت نموکند
* بی حرکت یا خاموش
* اجتناب از تماس چشمی یا نگاه کرد ن به دور
* از لحاظ فیزیکی فاصله گرفتن
* نشان دادن علائم تنش یا ناراحتی

ارتباط شفاف وباز کلیدی است. هر کس حق د ارد مرزهایی را تعین کند که به او احساس امنیت و احترام بدهد.

### آیا درست است از ظاهر کسی تعریف کنیم؟

بین تعریف کردن از کسی و آزار و اذیت ناخواسته، با انگیزه جنسی یا تجاوز جنسی تفاوت دارد. اگر همه به آن احساس موکنند، و این از طریق حرکات بدنی آنها یا از طریق زبانی مشخص می‌باشد. اگر مطمئن نیستید، زمانی آن است که بپرسید.

### آیا درخواست رضایت جنسی در یک رابطه جدید مهمتر از یک رابطه طولانی مدت است؟

درخواست رضایت در هر نوع رابطه یا هر فعالیت جنسی خارج از رابطه ضروری است.

## مراحل بعدی

رضایت نموتاند منتظر بماند، زیرا فهم یک نسل کامل از رضایت به آموختن، فهم وصحبت در باره آن به امروز بستگی دارد.

### لطفا بلدی ادامه گفتگو به منابع وابزار اضافی مراجعه کنید:

[وبسایت رضایت](https://www.consent.gov.au/)

[رهنمای گفتگو با جوانان – به شمول سوالات مداوم در باره رضایت](https://www.consent.gov.au/conversation-guides)

[باز نمودن گفتگو](https://www.consent.gov.au/)

[بسته رضایت – دانلودها و ابزارهایی بلدی استفاده در خانه و جامعه شمو](https://www.consent.gov.au/translated-resources)

[The Line – اطلاعات بیشتر در مورد رضایت](https://www.theline.org.au/)

1. بررسی نگرش جامعه ملی نسبت به خشونت علیه زنان 2017 و 2021. [↑](#footnote-ref-1)