

## ثقافة الموافقة

كيف يمكن لكل من في الحرم الجامعي أن يروج لثقافة الموافقة ويدعم العلاقات الصحية المحترمة ويضع أولئك الذين يستخدمون العنف أو الإكراه قيد المساءلة؟

### الموافقة هي اتفاقية سارية طوعية يمكن إلغاؤها في أي وقت.

- حتى إذا كنت قد مارست الجنس مع شخص ما من قبل، يظل من المهم طلب الموافقة في كل مرة. أكثر من نصف الاعتداءات الجنسية يحدث في إطار علاقات سارية.
- إذا كان الشخص مثلاً أو تحت تأثير المخدرات أو فاقداً للوعي أو نائماً أو أكثر خوفاً من أن يرفض، فهو إذن ليس في حال تسمح بالموافقة.

## افعل شيئاً!

- **فلنكن قدوة:** "هل يمكنني تقبيلك" يجب طلب الموافقة دائماً قبل التقبيل أو اللمس. فلنسأل الشخص عن شعوره ونحترم الرد، حتى إذا عني هذا أننا قد لا نحصل على ما نريد.
- **فلنكن إيجابيين:** عند رؤية شيء لا يبدو صائباً، يجب أن نقول شيئاً! قد يكون الأمر في بساطة قول شيء عن التحدث بأسلوب غير لائق أو المضايقات أو التدخل ما إذا بدأ أحدهم وكأنه يحاول إقامة علاقة مع شخص أكثر مثالة من ان يمنح موافقته.
- **فلنشارك:** لننشط مع الجامعة وقادة الطلاب لمنصرة سياسات تركز على الضحية وبرامج للوقاية.

- **فلنحارب التمييزات الجنسية:** التمييزات الجنسية الضارة مثل افتراض رغبة الرجال الدائمة في ممارسة الجنس أو الظن بأن مثليي وثنائيي ومتحولي الجنس لا يتعرضون للإساءة أو الاعتقاد بأن النساء يستحقن ما ينلن أو تجاهل التوجهات الجنسية غير المطابقة للعرف - كل هذا يساهم في العنف الجنسي أو عنف المواعدة.

معلومات عن تغيير ثقافة الحرم الجامعي:

<https://www.canberra.edu.au/current-students/canberra-students/student-support/safe-and-respectful-community>

### أرقام مهمة:

- خدمة أزمات العنف المنزلي بكانبرا  
خط للأزمات على مدار 24 ساعة 02 6280 0900
- مركز كانبرا لأزمات الاغتصاب  
7 صباحاً - 11 مساءً | 02 6247 2525
- دعم للرجال الذين عانوا من الاعتداء الجنسي  
أو سوء المعاملة في الماضي (SAMSSA)  
02 6247 2525
- المركز الطبي والاستشاري بجامعة كانبرا  
02 6201 2351
- لايف لاين  
13 11 14
- شرطة إقليم العاصمة الأسترالية  
استجابة غير فورية  
131 444
- الحالات الطارئة 000



UNIVERSITY OF  
CANBERRA



UNIVERSITY OF  
CANBERRA

الجنس والعلاقات  
والاحترام في الحرم  
الجامعي

## هل من أنت في علاقة حميمة معهم...

- يسألون عمًا تريد/تريدين حين يتعلق الأمر بالجنس ويحترمون الحدود؟ معظم الاعتداءات الجنسية يرتكبها شخص تعرفه الضحية. لا ينبغي لأحد أن يضغط عليك أو يرغمك على فعل أي شيء جنسي، أو يؤذيك جسدياً.
- يدعمون استقلاليته واهتماماته؟ لا يجب أن يمنعك أحد عن أهدافك المتعلقة بالحياة الاجتماعية أو العمل أو التعليم.

**يجب أن يمنح الجنس شعوراً جيداً لجميع المشاركين، والعلاقات الصحية هي تلك التي تدعم.**

**ولكن ماذا إن لم يتم احترام حدودنا؟**

إن التحرش الجنسي والاعتداء الجنسي وعنف المواعدة أمور مرفوضة ولكنها تحدث.

- بغض النظر عن سبب الأذى - صديق أو رفيق موعد أو شريك أو زميل في الصف أو شخص في حفل - فإن المتضررين غالباً ما يتم إشعارهم بأن ما حدث هو ذنبهم أو ليس بالأمر الجلل. لديك حقوق والاحترام من حقك، الآن ودائماً. يمكن أن يكون التحدث إلى شخص محل ثقة هو الخطوة الأولى.
- هناك العديد من الخيارات للحصول على الدعم بشأن الاعتداء الجنسي أو العنف أو المضايقة. هناك كذلك إجراءات قانونية بشأن الإبلاغ عن الاغتصاب والحاجة إلى التقييم الطبي في أسرع وقت ممكن بعد الواقعة.

**نحن نعرف أن هذا وقت عصيب، لكن يجب أن يتأكد المرء أنه ليس وحده.**

في الحرم الجامعي، يمكن لموظفي مركز جامعة كانبرا الطبي والاستشاري توجيهك إلى الدعم الأنسب. يمكنك كذلك التحدث إلى موظفين آخرين في جامعة كانبرا أو إلى المنسق المقيم في مساكن الجامعة. وبالطبع، هناك خيار الاتصال بـ 000 أو أمن جامعة كانبرا على مدار 24 ساعة يومياً على الرقم 6201 2222.

يمكنك زيارة طبيب جامعة كانبرا أو طبيبك العام لإجراء فحص العدوى المنتقلة جنسياً/فيروس نقص المناعة والعلاج منها أو للحصول على معلومات عن منع الحمل في حالات الطوارئ (حبوب منع الحمل في الصباح التالي) لمنع الحمل. يمكن كذلك التحدث مع طبيب نفسي في جامعة كانبرا للحصول على مزيد من الدعم، على المدى القصير والطويل.

## صحتك وعافيتك

- هل يبتابك كثيراً الشعور بالاكتئاب أو القلق؟
- هل من المعتاد شربك الخمر أو التدخين أو تعاطي المخدرات أكثر من المعتاد للتحمّل؟
- هل لاحظت تغيرات في شهيتك أو عادات نومك؟
- هل كان حضور المحاضرات أو إنهاء الأعمال الدراسية أو المشاركة في الأنشطة الأخرى أصعب من المعتاد؟
- هل تتتابك أفكار أبدأ بإيذاء نفسك؟

## مساعدة صديق

الإنصات بلا إدانة. يمكن للاعتداء الجنسي وعنف المواعدة جعل الضحية تشعر بالعجز والوحدة.

**”أنت لست وحدك ولم تتسبب أي من أفعالك في حدوث ذلك. أنا هنا بجانبك - ماذا يمكنني أن أفعل للمساعدة؟“**

لا يجب الضغط على الضحية لاتخاذ خطوات بلا استعداد أو رغبة. يجب الاتصال بالخطوط الساخنة الموجودة على هذه البطاقة أو البحث عن مصدر سري في الحرم الجامعي للمزيد من النصائح حول كيفية دعم صديق.