



Neighbours, Friends & Families

Immigrant & Refugee Communities



了解健康的恋爱关系中热情和持续的同意

根据加拿大统计局的报告，在2019年大约每10名女学生中便有1名学生 (11%) 在学院和大学学习时受到性侵犯。大约每5名妇女中便有1名妇女 (19%) 受到她们恋爱对象的性侵犯。

在健康的恋爱关系中，同意是一个基本要素，它确保伴侣双方舒服并且情愿地进行任何形式的亲密或性行为。了解什么是热情、持续和连贯的同意对于在双方关系中促进互相尊重、信任、和安全的必要。



同意是指什么？

在任何形式的亲密或性行为过程中，同意是指伴侣双方同意一起做某件事情，包括拥抱、亲吻、或者其它行为。

重要的一点是，同意是自愿的，任何人都不应感到压力或者被逼迫。同意是指你是因为想做而不是因为不得不做才说“好的”。它是持续的沟通和理解的过程。

伴侣任何一方或者双方如果感到不舒服可以随时撤销同意。

热情的同意

热情的同意是指伴侣双方坦率地表达想进行某一个行为的意愿。它涉及到在进行任何形式的亲密行为之前积极地寻求和取得对方允许。热情的同意须要表示同意的伴侣肯定和热情地说“好的”。如果一个人似乎不确定、保持沉默、不予回应、或者说“也许”、或“我累了”，他们不是在表示同意。

热情的同意的关键要素

1. 积极沟通: 与你的伴侣进行坦诚的沟通以了解对方的意愿和界限。尊重伴侣的选择，并且也明确说出你自己的选择。
2. 不得推测: 永远不得因为你的伴侣以前和你做过而推测你的伴侣现在仍愿意做某个行为或者将会说“好的”。做每一个新的行为时都要寻求同意。
3. 非口头暗示: 注意非口头暗示，例如身体语言和面部表情。如果你的伴侣似乎不舒服或者犹豫，你应停下来然后询问是否有什么不妥。
4. 尊重界限: 尊重你的伴侣的界限，并且如果伴侣不愿意进行某个特定的行为，你应予以理解。一定不要令伴侣感到压力或内疚来做其不愿做的事情。

持续的同意

持续的同意是指在你们的整个关系和行为当中持续地互相确认对方的意愿。只是因为你曾经同意过做某事并不等于你必须再去做。一定要保持和对方口头沟通，确保你们双方对于正在做的事情感觉良好。

建立持续的同意

1. 保持沟通: 经常说出你的感受、界限、以及你们双方享受的事情。沟通是确认持续同意的关键。
2. 加以留意: 注意观察显示你的伴侣可能感到不舒服的任何迹象。如果你不确定，询问你的伴侣感受如何。
3. 取得清楚的确认: 在做任何亲密的行为之前和过程中，确保你们双方明确地允许对方这样做并且表示你们愿意继续。你可以询问：“你觉得舒服吗？” • “这样可以吗？” • “你想慢下来吗？” • “你想再进一步吗？”
4. 同意是可以更改的: 你要理解即使是在行为进行过程中，伴侣也可以在任何时间更改同意。开始时表示同意并不意味着一直表示同意。

连贯的同意

同意必须是连贯的。这意味着表示同意的人必须意识到是在热情和持续地同意做出性行为。一个人如果受到酒精或药物的影响是不能表示同意的。沉醉状态会影响一个人表示热情和持续同意的判断和能力。和处于沉醉状态的人进行性行为是犯罪行为。



不同意是指什么？

有些留学生来自于严格界定性别角色的社会，可能会对吸烟、饮酒、或者特定穿着的妇女产生误解，以为她们通过这些行为在邀请或暗示愿意进行性行为。一个人有像是特定穿着、调情、或者搭车、接受礼物或一起饮酒这样的行为并不意味着她允许或者同意进行性行为。

遭受性暴力后寻求帮助

所有的学生对于举报在校园内发生的性暴力会有所顾虑，而留学生在这方面的顾虑会更多。语言障碍、羞耻感、成见、以及文化上的顾虑使得举报性暴力和寻求帮助服务变得更加困难。有些学生也许还怕举报犯罪可能影响他们将来的移民计划或者甚至导致他们被驱逐出境。

如果你或者你认识的人遭受性暴力，请联系专门为遭受这种创伤的人士提供协助的机构，寻求帮助和支持。

你也许会考虑寻求你所就读的院校提供的帮助或资源，或者你可以拨打：

- 1-866-925-5454 联系Good2Talk或者向686868发送短信联系 GOOD2TALKON。该帮助热线向安大略省的大专院校学生提供免费、保密的帮助服务。
- Assaulted Women's Helpline (受侵犯妇女帮助热线) 的电话1-877-949-6051 或 1.833.286.9865 (文字电话) 寻求以200多种语言每周7天每天24小时提供的帮助。
- FEM' AIDE的电话1-877-336-2433 或1-866-860-7082 (ATS) 寻求以法语提供的服务。

如想了解更多信息，请访问: www.immigrantandrefugeenff.ca

COSTI Immigrant Services would like to thank Community Family Services of Ontario, COSTI Family and Mental Health Services, For You Telecare Services, and Vietnamese Association of Toronto.

This project is funded by
the Government of Ontario.

