ਸਹਿਮਤੀ ਨੂੰ **ਸਮਝਣਾ**

ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰਯੋਗ ਰਿਸ਼ਤੇ ਬਣਾਉਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਲਿੰਗਕ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇ ਅਸੂਲ ਬਾਰੇ ਸਮਝਣਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਸਹਿਮਤੀ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਇਹ ਚਾਰ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੇਧਾਂ ਹਨ:

ਲਗਾਤਾਰ ਸਹਿਮਤੀ – ਹਰੇਕ ਲਿੰਗਕ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ ਗੱਲਬਾਤ ਅਤੇ ਸਮਝੌਤਾ।

ਬਿਨਾਂ ਦਬਾਅ – ਦਬਾਅ, ਹੇਰਾਫੇਰੀ, ਜਾਂ ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸਹਿਮਤੀ।

ਇੱਛਾ – "ਸ਼ਾਇਦ" ਜਾਂ "ਮੈਨੂੰ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ" ਸਹਿਮਤੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। 100% ਪੂਰੇ ਦਿਲ ਨਾਲ 'ਹਾਂ' ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਵਾਪਸ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ – ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਆਪਣਾ ਮਨ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸਹਿਮਤੀ ਵਾਪਸ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਕਿਸੇ ਲਿੰਗਕ ਕਿਰਿਆ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਵੀ।

ਨਸ਼ੇ ਜਾਂ ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਅਸਰ ਹੇਠ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਸਹਿਮਤੀ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦਾ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

'ਨਾਂਹ' ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ

ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸਿੱਧੇ ਅਤੇ ਅਸਿੱਧੇ 'ਨਾਂਹ' ਕਹਿਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਜਿੰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ, ਓਨਾ ਹੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿੱਧੇ ਅਤੇ ਅਸਿੱਧੇ ਕਹੀ 'ਨਾਂਹ' ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਧੱਕਾ, ਜ਼ੋਰ ਜਾਂ ਦਬਾਅ ਪਾ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਾਂ ਕਹਿਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ, *ਤਾਂ ਇਹ ਲਿੰਗਕ ਹਮਲਾ ਹੈ।*

ਸਿੱਧੀ 'ਨਾਂਹ': ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਅਤੇ ਸਿੱਧੀ ਮੂੰਹੋਂ ਕਹੀ ਗੱਲ ਹੈ: "ਨਹੀਂ", "ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ ਰੁਕੋ" ("ਪਲੀਜ਼ ਸਟਾਪ"), ਜਾਂ "ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਮਨ ਬਦਲ ਲਿਆ ਹੈ"। *ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸਪੱਸ਼ਟੀਕਰਨ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।*

ਅਸਿੱਧੀ: ਸਰੀਰਕ ਭਾਸ਼ਾ ਜੋ ਬੇਅਰਾਮੀ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ "ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ" ਜਾਂ "ਮੈਂ ਸਹਿਜ ਨਹੀਂ ਹਾਂ" ਵਰਗੇ ਮੂੰਹੋਂ ਕੱਢੇ ਬੋਲ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਹਨ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਹਲਾਤ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਜੇਕਰ ਇਹ 100% ਪੂਰੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਕਹੀ 'ਹਾਂ' ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹਿਮਤੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ।

ਸਹਿਮਤੀ ਦੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਰਖਵਾਲੀ

ਏਜ਼ ਆਫ ਕਨਸੈਂਟ (ਸਹਿਮਤੀ ਦੀ ਉਮਰ) (ਜਾਂ ਰਖਵਾਲੀ) ਉਹ ਕਾਨੂੰਨ ਹਨ ਜੋ ਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਬੰਧਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਕਾਨੂੰਨ ਉਸ ਉਮਰ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਜਵਾਨ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲਿੰਗਕ ਕਿਰਿਆ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਕਿਸ ਨਾਲ।

ਕਲੋਜ਼ ਇਨ ਏਜ਼ ਐਕਸਿਪਸ਼ਨ (ਨੇੜੇ ਦੀ ਉਮਰ ਦੀ ਛੋਟ) ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ 16 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਉਮਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਜਵਾਨਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਅਪਰਾਧੀ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ ਹੈ...		**ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਹੜਾ**	
12 - 13 ਸਾਲ	➡		➡ 2 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਵੱਡਾ ਹੋਵੇ
14 - 15 ਸਾਲ	➡		➡ 5 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਵੱਡਾ ਹੋਵੇ
16 - 18 ਸਾਲ	➡		➡ ਅਧਿਕਾਰੀ ਦੇ ਦਰਜ਼ੇ ਵਿੱਚ ਨਾ ਹੋਵੇ

ਉਮਰ ਭਾਵੇਂ ਕੋਈ ਹੋਵੇ, 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦਾ ਜਵਾਨ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਅਧਿਕਾਰ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਲਿੰਗਕ ਕਿਰਿਆ ਜਾਂ ਸਬੰਧ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦਾ।