

Stwórzmy bezpieczną przestrzeń!

To narzędzie ma pomóc w tworzeniu środowiska, które jest bezpieczne i inspiruje do ciekawości. Zostało opracowane w ramach projektu Erasmus+ „WŁĄCZ SIĘ DO GRY”, którego celem jest zachęcenie dziewczyn i młodych kobiet do próbowania swoich sił w branżach z przewagą mężczyzn. W zależności od potrzeb narzędzie może być również przystosowane do innych celów.

Bezpečną przestrzeń można łatwo wdrożyć w różnego rodzaju miejscach (uniwersytety, szkoły, placówki edukacji nieformalnej, ośrodki młodzieżowe, miejsca pracy itp.). Ten przewodnik Ci w tym pomoże!

Źródło konceptu bezpiecznej przestrzeni

Wywodzi się z ruchów na rzecz kobiet i LGBTQIA+ z lat 70. Miał na celu chronić zmarginalizowane grupy przed nadużyciami i zapewniać bezpieczne środowisko, w którym ludzie o podobnych poglądach mogą bez strachu spotykać się i dzielić doświadczeniami (Flensner i Von der Lippe, 2019).

A dzisiaj?

Niedawno koncept został poruszony w szkolnictwie wyższym, aby kultywować pozytywne i pełne szacunku środowisko uczenia się, które promuje samopoznanie i autonomię.

Bezpečna przestrzeń to miejsce, w którym...

...zachęca się do wyrażania swoich poglądów (bez obawy przed dyskryminacją) i do dyskusowania z innymi z szacunkiem!

Podstawowe zasady mogą pomóc

Podstawowe zasady mogą pomóc w rozwoju i utrzymaniu bezpiecznej przestrzeni, chociaż powinny pozostać wystarczająco otwarte, aby uwzględnić wszystkie perspektywy. Facylitator bezpiecznej przestrzeni „przygotuje scenę” i będzie działał jako moderator (konfliktu).

Przykłady podstawowych zasad:

- Jednocześnie mówi tylko jedna osoba
- Wypowiadaj się w stosowny sposób
- Krytykuj pomysły - nie ludzi, którzy je wypowiadają
- Szanuj prawo innych do wyrażania odmiennego zdania
- Zapobiegaj mowie nienawiści
- Zachęcaj uczestników do uzasadniania swoich argumentów
- Zachęcaj wszystkich do udziału w dyskusji

Przepis na bezpieczną przestrzeń

Fizyczne środowisko

- Czy lokalizacja jest łatwo dostępna (dla osób o różnych potrzebach fizycznych i/lub psychicznych)?
- Czy przestrzeń jest wystarczająco jasna? Czy ma dostęp do naturalnego światła?
- Czy ustalono porozumienie co do otwierania okien i korzystania z toalet?
- Czy można dyskretnie opuścić pomieszczenie?
- Czy jest dostęp do wody i jedzenia?
- Czy przestrzeń jest neutralna sensorycznie (zapach, hałas, kolory itp.)?
- Czy rozmieszczenie krzeseł sprzyja interakcji i integracji?
- Czy przestrzeń jest wystarczająco prywatna, aby uniknąć zakłóceń z zewnątrz?
- Czy otoczenie i sąsiedztwo miejsca spotkania jest bezpieczne?

Osoby uczestniczące

- Czy wiesz, jak pracować z różnorodną grupą?
- Czy miał_ś czas na poznanie grupy i potrzeb osób uczestniczących?
- Czy używasz języka inkluzywnego (w celu odzwierciedlenia płci, różnorodności kulturowej i religijnej, osób z niepełnosprawnościami itp.)?
- Czy zdajesz sobie sprawę z nierówności wśród swoich uczestników (np. pochodzenie etniczne, orientacja seksualna, klasa społeczna itp.)?
- Czy wiesz, czy ktoś z grupy doświadczył traumy i czy znasz specyfikę pracy z osobami, które ją przeżyły?
- Czy zapewniasz osobom uczestniczącym wzory do naśladowania (autorytety) zróżnicowane pod względem płci, pochodzenia kulturowego itp.?
- Nie wszystkie opinie i perspektywy są jednakowo akceptowane w danym społeczeństwie. Czy wiesz, jak sprawiedliwie dzielić głos, aby mogły zostać usłyszane?
- Czy wiesz, jak wspierać osoby narażone na zastraszanie?
- Czy wspólnie ze swoją grupą ustalili_ście podstawowe zasady bezpiecznej przestrzeni i dosz_ście do konsensusu?
- Czy ustalone przez Ciebie zasady są jasne, konkretne i zrozumiałe?
- Czy zastanawiał_ś się, jak egzekwować te zasady?
- Czy zastanawiał_ś się, jak postawić realistyczne oczekiwania?
- Czy wiesz, jak zachować poufność i szanować prywatność osób uczestniczących?

"Sprawdzam!" grupy

- Czy czujesz się komfortowo w tej przestrzeni?
- Czy znasz i zgadzasz się z podstawowymi zasadami?
- Czy miał_ś okazję współtworzyć podstawowe zasady?
- Czy czujesz się bezpiecznie, żeby:
 - zadawać pytania,
 - szczerze wyrażać swoją opinię,
 - dzielić się swoimi pomysłami,
 - otwarcie wyrażać swoje uczucia,
 - popełniać błędy,
 - wyrażać siebie i swoją tożsamość?
- Czy czujesz się szanowan_ przez innych uczestników i facylitatora przestrzeni?
- Czy jesteś zadowolon_ ze swojego udziału w grupie? Jeśli tak - co byś zmieni_a?

Pamiętaj,

aktywne słuchanie, asertywność, empatia i życzliwość zaprowadzą Cię daleko!