

Öruggt Rými í Aðskiljafarfi

**meginreglur og tilmæli fyrir
unglingaráðgjafa.**

Eesti Inimõiguste Keskus

Eesti Noorsootöötajate Kogu

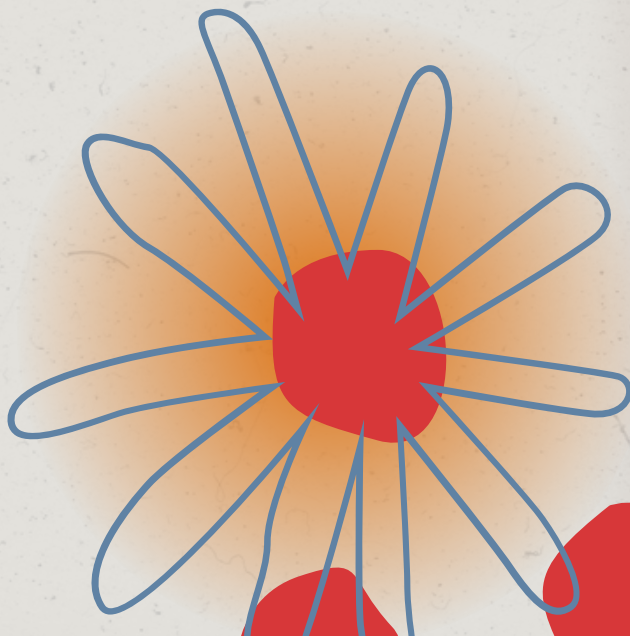
Aprill 2025, Tallinn, Eesti



INIMÕIGUSTE
KESKUS

enk

Eesti Noorsoo-
töötajate Kogu



Öruggt rými í æskulýðsstarfi – meginreglur og tilmæli fyrir unglingaráðgjafa.

Eistneska mannréttindamiðstöðin og samtök unglingaráðgjafa í Eistlandi hafa sameinast um að þróa sjö grunnreglur og hagnýt tilmæli til að tryggja öruggt rými í æskulýðsstarfi og viðhalda því. Hægt er að fylgja þessum tilmælum í félagsmiðstöðvum og í öðru æskulýðsstarfi.

Þetta skjal er í stöðugri þróun og við vonumst til að það taki breytingum og endurspegli breytingar í æskulýðsstarfi og grunngildi öruggra rýma. Allar hugmyndir og tillögur eru vel þegnar: info@enk.ee og info@humanrights.ee

Taktu eftir! Í lok skjalsins er stutt yfirlit yfir meginreglurnar, sem hægt er að prenta út og nota sem sjálfstætt hjálparefni.

Þetta efni er afrakstur samstarfsverkefnis Eistnesku mannréttindamiðstöðvarinnar og samtaka unglingaráðgjafa í Eistlandi, sem unnið var vorið 2025 undir yfirskriftinni „Vitundarvakning um mannréttindi og jafna meðferð meðal unglingaráðgjafa.

Aðilar sem lögðu sitt af mörkum við mótun meginreglnanna:

- Kelly Grossthal og Ave Anniste frá eistnesku mannréttindamiðstöðinni
- Asso Viiding og Kristina Masen frá samtökum unglingaráðgjafa í Eistlandi
- Þeir sem tóku þátt í vetrarskólanum „Make Space!“ á vegum Eistnesku samtaka unglingaráðgjafa árið 2025. Stuðningur við LGBTQ+ ungmenni í æskulýðsstarfi"
- Auk þess bárust viðbrögð og ábendingar frá starfsfólki Valdeku félagsmiðstöðvarinnar

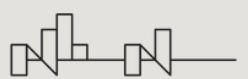
Verkefnið hlaut fjármögnun úr sameiginlegum sjóði EES og Noregs.



INIMÕIGUSTE
KESKUS

enk | Eesti Noorsoo-
töötajate Kogu

Iceland
Liechtenstein
Norway grants



Norway grants

Öruggt rými og æskulýðsstarf

Öruggt rými vísar til líkamlegs og andlegs umhverfis þar sem ekki er um mismunun, einelti eða niðrandi framkomu að ræða. Í æskulýðsstarfi myndast alltaf öruggt rými í samstarfi ungs fólks og unglingaráðgjafa, þar sem ráðgjafarnir bæði leiða og styðja. Það er sérstaklega mikilvægt, þar sem æskulýðsstarf snýst gjarnan um sjálfsmynd, tjáningu og félagsþroska, að hvert ungmenni fái að upplifa sálrænt öryggi og finna að það tilheyrir. Þannig skapast traustur grunnur sem styrkir tengsl ungmenna og unglingaráðgjafa, og á milli ungmennanna sjálfra. Öruggt rými gefur ungu fólki svigrúm til að prófa sig áfram, gera mistök og þroskast. Að auki stuðlar markviss sköpun öruggs rýmis að því að unglingaráðgjafar geti fyrirbyggt átök, eftt geðræna vellíðan og stutt við heilbrigðan þroska ungmenna.

Sögulegur bakgrunnur

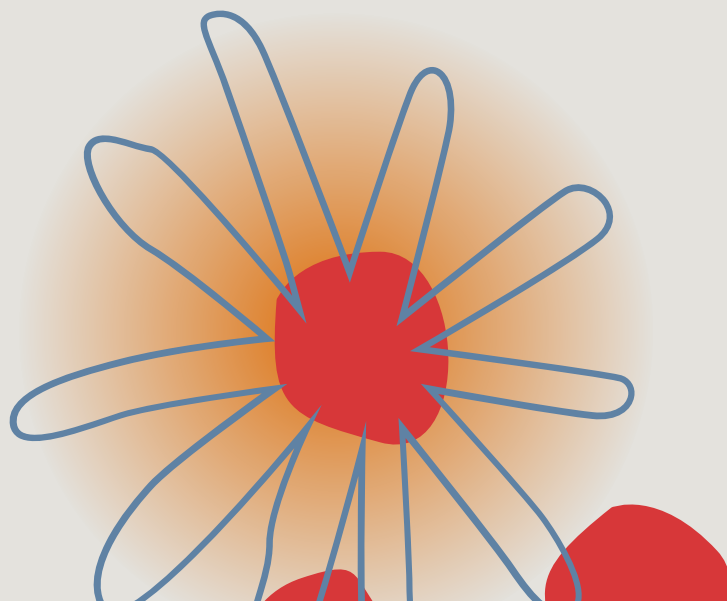
Hugmyndin að öruggu rými mótaðist út frá löngun kvenréttindasinna og LGBT+ samfélagsins: að eiga stað þar sem hægt er að tjá tilfinningar og skoðanir frjálst og örugglega. Aðeins í þess konar umhverfi skapast rými þar sem hægt er að deila persónulegri reynslu með þeim sem skilja, líður svipað eða finnur til samkenndar. Öruggt rými veitir einstaklingum frelsi til að vera þeir sjálfir og tjá sína raunverulegu sjálfsmynd. Kynbundnir og kynhneigðar minnihlutahópar hafa oft þurft að fela hana í áratugi. Þessir staðir voru því ekki bara líkamlegir staðir heldur einnig tilfinningalega öruggt umhverfi þar sem stuðningur og hlustun héldust í hendur.

Af hverju að skapa öruggt rými í æskulýðsstarfi?

Ungt fólk upplifir gjarnan óöryggi við að tjá skoðanir sínar og deila tilfinningum, þar sem það óttast fordóma, niðurlægingu eða höfnun. Öruggt rými í æskulýðsstarfi leggur grunn að því að ungt fólk finni fyrir virðingu, fái tækifæri til að láta rödd sína heyrast og upplifi að það sé samþykkt eins og það er. Öruggt rými er mikilvægt fyrir allt ungt fólk en það er sérstaklega nauðsynlegt fyrir ungt fólk sem tilheyrir minnihlutahópum. LGBTQ+ ungmenni, minnihlutahópar, ungmenni með sérþarfir og fleiri geta mætt fordómum og staðalímyndum sem hindra þau í að tjá sig opinskátt eða taka virkan þátt í æskulýðsstarfi.

Taktu eftir! Að búa til öruggt rými þýðir ekki að forðast andstæðar skoðanir. Lögð er áhersla á að leysa átök á uppbyggilegan hátt, sem styrkir sjálfsvirðingu ungs fólks og eflir færni þeirra til að takast á við ágreining.

Að tryggja öruggt rými í æskulýðsstarfi er ekki aðeins góð starfsvenja, heldur einnig lykilþáttur í að stuðla að mannréttindum. Þetta mun tryggja að ungt fólk geti vaxið upp í umhverfi sem styður frelsi, virðingu og jafnrétti - á þeim grunnhugmyndum sem mannréttindi byggja á.



1. Samningarnir

Samningarnir leggja grunn að virðingarfullum samskiptum, hlustun, tillitssemi gagnvart persónulegu rými og jöfnu og sanngjörnu aðgengi að sameiginlegu rými.

Samningarnir um öruggt rými ættu að vera skráðir niður í samvinnu við ungt fólk. Það er mikilvægt að gefa sér tíma til að íhuga þá vandlega og finna rétta orðalagið.

- Margvíslegar aðferðir geta verið notaðar til að ná samkomulagi, þar á meðal opnar umræður, beinar spurningar til ungs fólks og netvettvang fyrir þátttöku.
- Það er mikilvægt að ungt fólk finni að það hafi raunveruleg áhrif á mótun reglna rýmisins – að skoðanir þeirra séu teknar alvarlega og hafi áhrif á niðurstöðuna.
- Einnig ætti að hvetja ungt fólk til að hugsa um minnihlutahópa sem það sjálft tilheyrir ekki.
- Hvert umhverfi er í stöðugri þróun, og reynsla leiðir af sér nýjar hugsanir. Því ætti að endurskoða samningana af og til og breyta eftir þörfum.



2. Líkamlegt og tilfinningalegt öryggi

Öruggt líkamlegt og tilfinningalegt rými styður frjálsa sjálfstjáningu ungs fólks en veitir þeim einnig leiðbeiningar um hvernig bregðast skuli við þegar meginreglum þess er ekki fylgt.

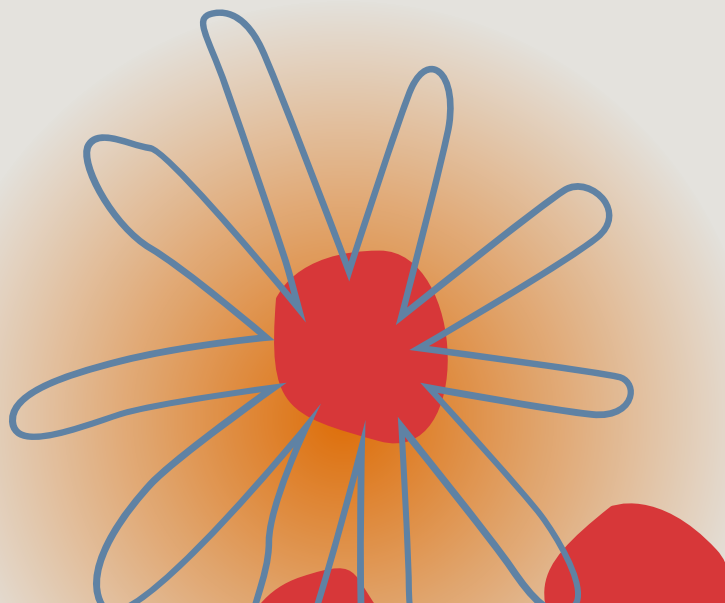
- Líkamlegt rými þarf að taka mið af þörfinni fyrir friðhelgi einkalífs og aðgengi ungs fólks. Til dæmis aðgengi fyrir ungt fólk með skerta hreyfigetu, róleg svæði, einkarými, kynhlutlaus salerni o.s.frv..
- Fullorðið fólk sem hefur samskipti við ungt fólk þarf að skapa umhverfi sem veitir tilfinningalegt öryggi – þar sem ungt fólk getur tjáð hugsanir sínar, tilfinningar og áhyggjur án þess að óttast neikvæð viðbrögð, fyrirlitningu eða háð.
- Ef ungmenni, hvort sem það er viljandi eða óviljandi, notar orð eða orðasambönd sem eru ekki í samræmi við meginreglur um örugga rýmið, ætti unglingaráðgjafi að bregðast rólega við, gefa sér tíma til að útskýra ástandið og minna á samningana á uppbyggilegan hátt.



3. Að viðurkenna og fagna fjölbreytileikanum.

Hönnun rýmisins á að stuðla að því að fjölbreytileiki ungs fólks sé ekki bara samþykktur heldur einnig sýnilegur. Samfélagsskilti á sýnilegum stað staðfestir og styrkir skilaboðin um að allir séu velkomnir.

- Tákn sem styðja og vísa til fjölbreytileika ættu helst að vera sýnileg í rýmum og umhverfi.
- Myndefni og tákn í rýminu og á prentefni ættu að endurspegla gildismat sem fagnar fjölbreytileika og tekur tillit til ólíkra einstaklinga.
- Á hagnýtu stigi, er æskilegt að nota fána, límmiða og veggspjöld með myndrænu efni sem endurspeglar fjölbreytileika samfélagsins.



4. Hlutverk unglingaráðgjafa

Þrátt fyrir að örugg rými séu alltaf mótuð í samvinnu við ungt fólk, er mikilvægt að unglingaráðgjafar séu meðvitaðir um hlutverk sitt og áhrif.

Hlutverk unglingaráðgjafa er að stuðla að umhverfi sem styður ungmenni, þar sem þau finna fyrir öryggi, samþykki og virðingu.

- Það er á ábyrgð unglingaráðgjafa að taka eftir því þegar einhverjum finnst hann vera útundan eða ógnað og grípa inn í á umhyggjusaman, styðjandi og refsilausan hátt.
- Að skapa og viðhalda öruggu rými krefst stöðugar sjálfsstyrkingar og vilja til að læra. Til þess að efla hæfni sína gæti unglingaráðgjafi reglulega þjálfað sig og dýpkað þekkingu sína á málefnum eins og geðheilbrigði, næmi fyrir áföllum og átökum, menningarlegri fjölbreytni, stuðningi við kynbundna og kynhneigðar minnihlutahópa, auk samskipta án aðgreiningar.
- Viðmót unglingaráðgjafa sem einkennist af víðsýni, heiðarleika og umhyggju er ungu fólki góð fyrirmynd og hvetur það til að standa með hvert öðru þegar það verður vart við óréttlæti eða einelti.

5. Samskipti og þátttaka án aðgreiningar

Til að skapa öruggt rými þarf að tryggja að ungt fólk geti tjáð sig á ólíkan hátt og taki virkan þátt í mótun umhverfisins og þeim athöfnum sem þar eiga sér stað.

- Til að tryggja virka þátttöku er mikilvægt að öll ungmenni fái tækifæri til að hafa áhrif á mótun hópsamkomulagsins og vera þátttakendur í starfinu.
- Það er þess virði að hvetja ungt fólk til að finna heppilegustu leiðina til að tjá sig – munnlega, skriflega, sjónrænt o.s.frv. – og styðja við persónulegan samskiptastíl þeirra. Hægt væri að skoða hljóðláta unga fólkið sérstaklega og ef þörf er á, veita þeim stuðning til að taka virkan þátt í umræðum.
- Það væri gott að hvetja ungt fólk til virkrar hlustunar og tjáningar á skoðunum sínum í umhverfi þar sem truflanir, fordómar og niðrandi athugasemdir eru ekki til staðar.
- Það er mikilvægt að finna leiðir til að mæta menningarlegum, tungumálalegum og öðrum sérþörfum eins vel og kostur er, auk þess að tryggja að ungt fólk hafi aðgang að tjáningarleiðum og stuðningsverkfærum þegar þörf krefur.

6. Forvarnir og viðbrögð

Vandamál eru mun auðveldari viðureignar þegar unnið hefur verið markvisst að forvörnum og lausnin er fundin í uppbyggilegu samtali.

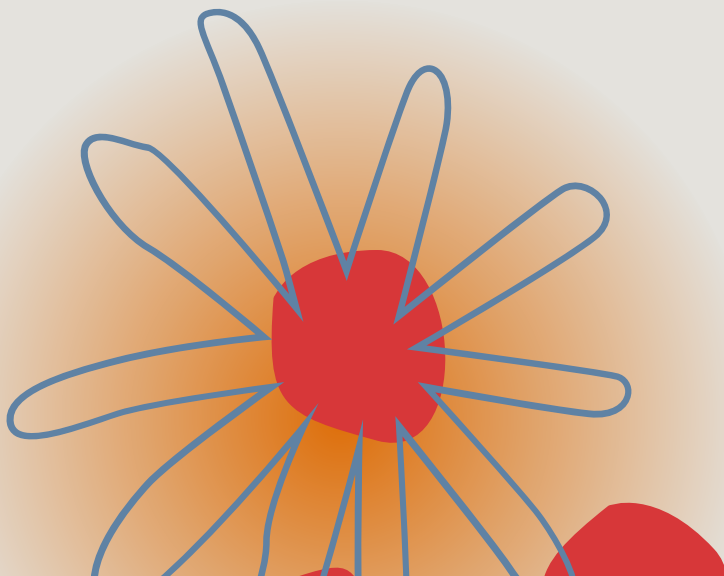
- Mikilvægt er að skilgreina skýr skref og tilgreina tengiliði ef einstaklingur upplifir óöryggi.
- Það skiptir máli að ungmenni viti hvert þau geta leitað ef þau upplifa eða verða vitni að ósanngjarnri meðferð, einelti, mismunum eða ofbeldi.
- Meðferð vandamála ætti að fara fram í gegnum samtöl og með áherslu á réttlæti, en án þess að leggja áherslu á ábyrgð eða sekt einstaklinga.
- Ef um alvarleg atvik eða vandamál er að ræða getur verið nauðsynlegt að kalla til utanaðkomandi sérfræðinga, svo sem sálfræðinga eða fulltrúa lögreglu.

7. Ígrundun og þróun

Öruggt og uppbyggilegt rými krefst sífelldrar endurskoðunar og sveigjanleika gagnvart breytingum.

Mikilvægt er að endurmeta reglulega öryggi, samvinnu og velferð innan hópsins til að viðhalda heilbrigðu og styðjandi umhverfi. Þessu ferli getur unglingaráðgjafi stýrt, en unga fólkið sjálft getur einnig tekið frumkvæði og haft áhrif, allt eftir aldri þess og hópverkni.

- Með kerfisbundinni endurgjöf í vinnu með ungu fólki má skapa traust og stuðningsríkt umhverfi.
- Umhverfi æskulýðsstarfs er ekki staðnað heldur í stöðugri þróun í samræmi við þarfir og endurgjöf ungs fólks. Þetta þarf ætíð að hafa í huga þegar unnið er að því að skapa og viðhalda öruggu rými.



Áminning um öruggt rými

Samningarnir hafa verið ræddir við ungt fólk og skapa grundvöll fyrir virðingarfull samskipti og réttláta samnýtingu rýmis.



Líkamlegt og andlegt öryggi hefur verið tryggt – enginn finnur fyrir ógn, árás eða jaðarsetningu.



Fjölbreytileiki meðal ungs fólks (þar á meðal kynvitund, kynhneigð, sérþarfir, menningarbakgrunnur, taugafjölbreytileiki o.s.frv.) hefur verið viðurkenndur og er sýnilegur (til dæmis með fánum LGBT+ samfélagsins).



Fullorðnir og unglingaráðgjafar eru færir um að greina og bregðast við óöruggum aðstæðum og eru meðvitaðir um valdahlutföll og hlutverk sitt í að móta öruggt og styðjandi umhverfi.

Að skapa öruggt rými þýðir þó ekki að forðast ágreining algjörlega. Áherslan er lögð á að leysa ágreining á þann hátt sem styður við virðingu ungs fólks og veitir þeim færni til að takast á við mismun. Öruggt rými skapar grundvöll fyrir traust, persónulegan proska og veitir hugrekki til að tjá sig.

