



ΔΗΜΙΟΥΡΓΩΝΤΑΣ ΕΝΑΝ ΑΣΦΑΛΕΣΤΕΡΟ ΧΩΡΟ!

Θα μοιραστούμε ένα χώρο, τον οποίο συνδημιουργούμε μαζί, και τον οποίο καθένα από εμάς μπορεί να επηρεάσει.

Σας προσκαλούμε να τον φροντίσετε και να δημιουργήσετε έναν Ασφαλέστερο Χώρο για όλα τα άτομα στην ομάδα.

Ο όρος “ΑΣΦΑΛΕΣΤΕΡΟΣ ΧΩΡΟΣ” χρησιμοποιείται για να αναγνωρίσουμε τη συνεχή προσπάθεια για τη δημιουργία πλασίων που είναι πιο συμπεριληπτικά και με σεβασμό, κατανοώντας ότι το να επιτύχουμε την απόλυτη ασφάλεια για όλα τα άτομα μπορεί να είναι δύσκολο και μη ρεαλιστικό.

Ο ΧΩΡΟΣ ΑΥΤΟΣ ΕΙΝΑΙ:

- ένας χώρος **μάθησης**.
- ένας χώρος **χωρίς επίκριση**.
(ας προσπαθούμε να το παρατηρούμε εσωτερικά αυτό, καθώς μπορεί να είναι δύσκολο να το ελέγξουμε)
- ένας χώρος **μοιράσματος**, ΑΛΛΑ το πόσα θέλετε να μοιραστείτε είναι επιλογή σας;
- ένας χώρος **αμοιβαίου σεβασμού** για το καθένα και την ποικιλομορφία των ιστοριών και των εμπειριών μας
- ένας χώρος για να **επανεξετάσουμε** όσα ξέρουμε ήδη και να αμφισβητήσουμε τις πεποιθήσεις μας.
- μια πρόσκληση για **ανοιχτότητα**, **πειρασματοισμό** και **παιχνίδι**, όταν αυτό είναι κατάλληλο.

ΓΙΑ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΑΞΙΔΙ, ΕΙΝΑΙ ΚΑΙΡΙΑΣ ΣΗΜΑΣΙΑΣ Η ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΝΟΣ ΑΣΦΑΛΕΣΤΕΡΟΥ ΧΩΡΟΥ

Για να διευκολύνετε την ανταλλαγή προσωπικών συναισθημάτων και εμπειριών σε ένα κλίμα εμπιστοσύνης, λάβετε υπόψη σας τις ακόλουθες κατευθυντήριες οδηγίες:



- ✓ Προωθήστε την **ΕΝΕΡΓΗΤΙΚΗ ΑΚΡΟΑΣΗ**.
Εξασκήστε την **ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ** (βάλτε τον εαυτό σας στην στη θέση κάποιου άλλου).
- ✓ Καλωσορίστε την **ΠΟΙΚΙΛΟΜΟΡΦΙΑ** των φωνών και των εμπειριών.
- ✓ Προωθήστε την **ΑΥΤΟΦΡΟΝΤΙΔΑ**: ενθαρρύνετε τον εαυτό σας και τα άλλα άτομα να ακούν τα όριά τους, να δίνουν προσοχή και να φροντίζουν το ένα το άλλο.
- ✓ **ΣΕΒΑΣΤΕΙΤΕ ΤΑ ΟΡΙΑ!** Δουλεύουμε με ευαίσθητο περιεχόμενο και οι άνθρωποι μπορεί να αντιδράσουν διαφορετικά (π.χ.: με εκνευρισμό ή νευρικό γέλιο). Όταν κάποιο άτομο φαίνεται να αισθάνεται άβολα, δώστε λίγο χώρο, επιβραδύνετε και αποφύγετε να πιέσετε.



- ✓ **ΣΕΒΑΣΤΕΙΤΕ ΤΗ ΣΙΩΠΗ** όταν κάποιο άτομο δε θέλει να συμμετάσχει.
- ✓ **ΝΑ ΕΙΣΤΕ ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΑ** στο να αποφύγετε την ενίσχυση των στερεοτύπων με το να μην κάνετε υποθέσεις με βάση την εμφάνιση, το υπόβαθρο ή την ταυτότητα κάποιου.
Αποφύγετε **ΓΛΩΣΣΑ** που μπορεί να είναι προσβλητική.
- ✓ **ΜΗΝ ΝΤΡΕΠΕΣΤΕ!** Είναι εντάξει εάν δε γνωρίζετε τα πάντα ή αν είναι η πρώτη φορά που προσεγγίζετε κάποιο ζήτημα.
- ✓ Όλα μπορεί να κάνουμε λάθη... **ΠΑΡΑΔΕΧΤΕΙΤΕ ΤΟ ΛΑΘΟΣ** σας και **ΖΗΤΗΣΤΕ ΣΥΓΓΝΩΜΗ**. Να είστε ανοιχτά στο να λάβετε ανατροφοδότηση και διορθώσεις.

