



## TURVALLISEMMAN TILAN PERIAATTEET

- **Älä kiusaa**, käyttäydy häiritsevästi, syrji tai kohtele toisia epäkunnioittavasti.
- **Pyri toimimaan ilman ennakko-oletuksia.** Jokaisella on oletuksia ja se on normaalia, mutta niihin pohjautuva toiminta voi olla haitallista. Yleistysten tekeminen yhden ihmisen toiminnan perusteella ei ole hyväksyttävää. Käytännössä voit miettiä seuraavasti: Voiko toinen viidessä sekunnissa muuttaa huomaamaasi asiaa? Jos ei, älä myöskään kommentoi siitä.
- **Kunnioita toisten rajoja, kokemuksia ja mielipiteitä.** Jokaisella on oikeus omien rajojen määrittämiseen, omaan mielipiteeseen ja niitä tulee kunnioittaa. Erilaisista mielipiteistä tulee keskustella arvostavasti ja toisia kunnioittaen.
- **Huomioi** toisten fyysinen, henkilökohtainen ja henkinen tila sekä koskemattomuus.
- **Pyri ymmärtämään toisia.** Kokemukset ovat subjektiivisia, mutta niitä voi kuitenkin yrittää ymmärtää olemalla avoin ja aidosti kiinnostunut oppimaan. Muista, että jokainen on yksilö ja asioihin suhtautumiseen vaikuttaa moni taustatekijä.
- **Anna rakentavaa palautetta ja huomioi onnistumiset.** Ilman palautteen antamista toiset eivät välttämättä ymmärrä oman toimintansa seurauksia. Niin palautetta antaessa kuin sitä vastaanotettaessa tulee toimia toista loukkaamatta.
- **Kiinnitä huomiota omaan toimintaasi.** Jokainen on vastuussa itsestään ja on tärkeää olla tietoinen, miten omat toimet voivat vaikuttaa muihin. Tätä voit harjoitella esimerkiksi kysymällä itseltäsi: Olisinko voinut tehdä jotain toisella tavalla?
- **Käytä ymmärrettävää kieltä.** Käytännössä tämä voi tarkoittaa esimerkiksi englannin kielen käyttöä suomen sijasta tai haastavien termien auki selittämisen.
- **Ole totuudenmukainen.** Totuudenmukaisesti puhuttaessa jokaiselle annetaan mahdollisuus tehdä oma arvio tilanteesta. Valheellinen tai epäluotettava toiminta luo ympärillemme epävarmuutta. Turvallisessa tilassa jokaisella tulee olla luottavainen olo.
- **Puutu ikäviin tilanteisiin.** Jokainen voi omalla toiminnallaan vaikuttaa vaikeiden tilanteiden sujuvaan ratkaisemiseen.
  - Jos koet tilanteeseen puuttumisen turvallisena, voit helposti sanoa esimerkiksi: Onko täällä kaikki ok? tai Koen tämän tilanteen epämukavaksi.
  - Jos koet tilanteeseen puuttumisen turvattomana, voit ottaa tapauskohtaisesti yhteyttä tilaisuudesta vastaavaan henkilöön, tapahtuman järjestäjään, häirintäyhdyshenkilöön ja/tai järjestyksenvalvojaan.
- **Toimi tasavertaisesti kaikkia kohtaan.** Asemasta riippumatta JAMKOn toiminnassa vallitsee tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden kulttuuri, ja yhteiset säännöt koskevat kaikkia. Käytännössä voit miettiä: Olenko huomionut jokaisen tässä keskustelussa tai tilanteessa?