کۆدی ڕەفتاری جیهانی بۆ کۆکردنەوە و بەکارهێنانی زانیاری سەبارەت بە توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی

13 نیسان 2022

پێشەکی

ئەمە کۆدێکی ڕەفتاری خۆبەخشانەیە کە کەمترین ستانداردەکانی کۆکردنەوە و بەکارهێنانی سەلامەت، کاریگەر و ئەخلاقی زانیارییەکانی قوربانی یان ڕزگاربوو («ڕزگاربوو»)[1] سەبارەت بە توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندیدار بە ناکۆکی ("SCRSV") بەشێوەیەکی پوخت دەخاتە ڕوو.[2] ئامانجی ئەم کۆدە ئەو کەسانەن کە کاریان دۆکیومێنتکردن، لێکۆڵینەوە، ڕاپۆرتدان، توێژینەوە، چاودێریکردن یان خڕکردنەوە ("کۆکردنەوە")ی ئەم جۆرە زانیارییانەیە.

بنەمای ئەم کۆدە یاسا نێودەوڵەتییەکانە، لەوانەش (مافە بنەڕەتییەکانی مرۆڤ)ی ڕزگاربوو، وەک مافی شکۆ، نهێنیپارێزی، تەندروستی، ئاسایش، دەستگەیشتن بە دادپەروەری، ڕاستی، و قەرەبووکردنەوەی کاریگەر. بەم پێیە، کۆدەکە ستاندارده سەرەکییە جیهانییەکان کە سازشیان لەسەر ناکرێت لە خۆ دەگرێت، کە پێویستە لەلایەن هەموو ئەکتەرەکانەوە لە هەموو دۆخێکدا پەیڕەوبکرێن بە مەبەستی پابەندبوون بە ڕێبازی ڕزگاربووتەوەر. کۆدەکە ئەو ستانداردانە بەرجەستە دەکات کە پێویستە تاکەکەسەکان و ڕێکخراوەکان لە سیستەمەکان، سیاسەتەکان، ڕێکارەکان، گرێبەستەکان و کارەکاندا جێگیریان بکەن.

کۆدەکە مۆڵەت یان هاندەر نییە بۆ کۆکردنەوە و بەکارهێنانی زانیاری توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی. ئەم کۆدە، کورتکەرەوە یان جێگرەوەی ئەو ڕێنماییە تەکنیکییانە نییە کە لە کەرتە جیاوازەکاندا کاریان پێ دەکرێت. ئەم کۆدە کورتەڕێیەک نییە بۆ لێهاتووبوون و لێهاتوومانەوە بۆ ئەنجامدانی ئەم کارە بەشێوەیەکی بەرپرسیارانە و ڕزگاربووتەوەر.

لەم کۆدەدا جێناوی کۆی «ئێمە» بەکارهێنراوە بۆ ئەوەی جەخت بخرێتە سەر پابەندبوونی خۆبەخشانەی ئێمە بە پێکەوە کارکردن بۆ دروستکردن و پاراستنی هەندێک هەنگاوی سەلامەتتر و کاریگەرتری ڕزگاربووتەوەر. وشەی «ئێمە» جەخت دەکاتەوە لە گرنگی ئەو بنەمایەی کە دەڵێت «نابێت هیچ شتێک بەبێ ئێمە بۆ ئێمە بکرێت»، هەروەها جەخت دەکاتەوە لە پێکەوەکارکردن لەگەڵ ڕزگاربووان، کە زۆربەیان خۆیان دۆکیومێنتکار، چالاکوان، پارێزەر، کارمەندی تەندروستی، توێژەری دەروونی و هتدن، بەمەبەستی برەودان بە ماف و بژاردەکانیان. ئەم کۆدە لەڕێگەی پرۆسەیەکی ڕاوێژکاریی جیهانی بەرفراوانەوە داڕێژراوە بە بەشداریکردنی ڕزگاربووان لە هەموو قۆناغەکاندا. وشەی «ئێمە» ئاماژەیە بۆ تاکەکان، تیمەکان، پشکداران و ڕێکخراوەکان لە هەموو دۆخە جیاوازەکاندا، لەنێویاندا حکومەتەکان، ڕێکخراوە بەینەحکومیەکان، کۆمەڵگەی مەدەنی و دابینکەرانی بوودجە. «ئێمە» بەدەگمەن بەتەنها کاردەکەین، ستاندارده هاوبەشەکانی نێوان کەرتەکان دەتوانن تاکەکان، تیمەکان و ڕێکخراوەکان توانادار بکەن بۆ پێکەوەکارکردنی بەرپرسیارانە.

ئەم کۆدە ڕەفتارییە بە کار دێت بۆ:

- کۆکردنەوە و وەرگرتنی زانیاری بەشێوەی ڕاستەوخۆ، ناڕاستەوخۆ، ڕووبەڕوو و لەدوورەوە لە ڕزگاربووان یان لەبارەی ئەوان بە هەر شێوەیەک (لەوانەش دیجیتاڵ، نووسراو، زارەکی، دەنگ و ڤیدیۆ، وێنە) و پاشان گواستنەوە، ناردن، هەڵگرتن، بەکارهێنان، هاوبەشکردن یان بڵاوکردنەوەی ئەو زانیارییانە.
- پەیوەست بە توندوتیژی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی (کە بەشێوەیەکی فراوان و هەمەلایەن پێناسە کراوە)
- بۆ مەبەستی هاوبەشکردن یان بڵاوکردنەوەی ئەم زانیارییانە، جگە لە کۆکردنەوەی زانیاری بۆ مەبەستی پێشکەشکردنی بەپەلەی چاودێری یان پاڵپشتی بە ڕزگاربووان.

لەبەرئەوە ئەم کۆدە دەبێت، بۆ نموونە، لەلایەن ئەم کەسانەوە بەکاربهێنرێت: لێکۆڵەران، دۆکیومێنتکاران، چاودێران و چالاکانی مافی مرۆڤ، لەوانەش لێکۆڵەرانی سەرچاوەکراوە، لێکۆڵەرانی تاوان؛ بەرپرسان و شارەزایانی تر، کە زانیاریی توندوتیژی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی کۆدەکەنەوە، بۆی دەگەڕێن یان وەریدەگرن، لەوانەش بەرپرسانی بەشی کۆچبەری و پەنابەری و شارەزایانی پزیشکی دادوەری، ڕۆژنامەنووسان، توێژەران، وەرگێڕەکان؛ هەوەها ڕێکخراوە کۆمەڵگەییە پاڵپشتەکان، کۆمەڵەکانی ڕزگاربووان و کارمەندانی مرۆیی، کە زانیاری لەو جۆرە کۆدەکەنەوە و هاوبەش یان بڵاو دەکەنەوە (جگە لە مەبەستی چاودێری یان پاڵپشتیی بەپەلە). هەروەها دەبێت لەلایەن ئەو کەسانەشەوە بەکاربهێنرێت کە بۆ کۆکردنەوە و بەکارهێنانی ئەم جۆرە زانیارییانە کەسانێک دادەمەزرێنن، بەڕێوەدەبن، پارە دابین دەکەن، یان بە هەر شێوەیەکی تر پاڵپشتی و ئاسانکاری دەکەن، لەوانەش داڕێژەرانی سیاسەت. ئەمە لیستێکی تەواو نییە.

گرنگیدانی ئێستای کۆدەکە بە توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی سەرچاوەی گرتووە لە ریشەی پرۆژەکە بۆ دیاریکردن و پاڵاوتنی ستانداردەکانی توندوتیژی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی و هەندێک فەکتەری تایبەت بە توندوتیژیی سێکسی، وەک هەڵوێستی کۆمەڵایەتی و لەکەداربوون، کە زیانی زیاتر بە ڕزگاربوو دەگەیەنن. بەڵام زۆربەی ستانداردەکانی ناو کۆدەکە هاوشێوە بۆ کۆکردنەوە و بەکارهێنانی زانیاری لە ڕزگاربووانی تاوان و پێشێلکارییەکانی تری مافی مرۆڤ یان دەربارەی ئەوان، بەکاردەبرێن.

«ڕزگاربوو» هەموو کەسێک لە هەر تەمەنێکدا، گەورە و منداڵ (کەسی ژێر 18 ساڵ[3]) و بە هەر جێندەر و ناسنامەیەک دەگرێتەوە.[4] توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی کاریگەرییەکی زۆر زیاتری لەسەر ژنان و کچان هەیە (کە بەهۆی نایەکسانی جێندەریی سیستماتیک و نایەکسانییەکانی تر بەشێوەیەکی بەرفراوانتر دەکرێنە ئامانجی توندوتیژی)، و ئەمەش چەندین ئاکامی زیانبەخشی بۆ ژیانی ئەوان دەبێت و لەسەر کاری ئێمە کاریگەری دادەنێت. هەروەها دەبێت لە کارەکەماندا ڕەچاوی ڕزگاربووانی دیکەش بکەین، وەک کەسانی خاوەن کەمئەندامیی، ئەندامانی کۆمەڵەکانی هاوڕەگەزخواز، جووتڕەگەزخواز، ڕەگەزگۆڕاو، ڕەگەزتێکەڵ و نێوانڕەگەز و هتد (+LGBTQI)،[5] هەروەها پیاوان و کوڕان و ئەو کەسانەی کە تێکەڵەیەک لەم ناسنامانەیان هەیە.

کۆدەکە جەخت دەکاتەوە لە داننان بە تاکایەتی ڕزگاربووان و خۆپاراستن لە پێشگریمانە لەسەر بنەمای ئەوەی کە ئەوان سەر بە چ گرووپێکن یان لەسەر بنەمای هەر تاکە لایەنێکی ناسنامەیان.[6] بۆ نموونە، "منداڵان" گرووپێکی هاوچەشن نین و ئەو کەسانە لەخۆدەگرێت کە بەپێی تەمەن، پێگەشتووی، خۆراگری، پەروەردە، جێندەر، ناسنامە و باروودۆخی تر زۆر جیاوازن لەیەکتر. گونجاندنی ڕێبازەکەمان لەگەڵ پێداویستی، ڕاستی و خاڵە بەهێزە تاکەکەسییەکانی ڕزگاربووان، ڕێخۆش دەکات بۆ کۆکردنەوە و بەکارهێنانی زانیاری بەشێوەیەکی کاریگەرتر و ڕزگاربووتەوەر.

ئامادەکاری زۆر گرنگە. ئێمە دەبێت بەشێوەیەکی چالاکانە لە کۆکردنەوە و بەکارهێنانی بێ پلانی زانیاری خۆ بپارێزین، بەتایبەت ئەگەر سیستەم، سیاسەت، ڕێکار، هەڵسەنگاندنی مەترسی و پلانی پێویست نەبێت. هەروەها دەبێت چارەسەری پشبەستنی زۆرمان بە زانیارییەکانی ڕزگاربوو بکەین. ئەگەر هەموو لەسەر ئەو بڕیارە بین کە پێویستمان بە زانیارییەکانی ڕزگاربووانە، داواکاری و گوشارێکی زۆر دەخەینە سەر ڕزگاربووان و ڕووبەڕووی مەترسی گەورەی بەرکەوتن و زەبری دەروونییان دەکەینەوە. هەتا بتوانین، دەبێت لەڕێگەی سەرچاوەی جیاواز جگە لە ڕزگاربووان (وەک شایەتحاڵانی ڕاستییەکان و ڕاپۆرتی شارەزایان) بۆ زانیارییەکانی توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی بگەڕێین، بۆ ئەوەی گوشار لەسەر ڕزگاربووان کەم بکەینەوە.

کۆدەکە، ئەگەر بەباشی جێبەجێ بکرێت، ئەوانەی زانیاری توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی کۆدەکەنەوە و بەکاری دەهێنن، دەتوانن خۆیان بپارێزن لە هەڵبژاردنی هەڵە لەنێوان ئەوەی کە یان ڕزگاربووتەوەر بن یان کاریگەر.

بنەماکان و پابەندییەکانی کۆدەکە پێکەوە گرێدراون، تەواوکەری یەکتر و گرنگن. ڕیزبەندی ژمارەیی ئاماژە نییە بۆ ئەولەویەت یان گرنگی.

بنەما گشتگیرەکان			
لە ڕزگاربوو وەک تاکەکەسێک تێبگەن	ڕێز لە دەسەڵات و سەربەخۆیی ڕزگاربوو بگرن	هەستی بەرپرسیارێتی و نەزاهەتتان هەبێت	بەها زیاد بکەن یان کارەکە مەکەن

بنەماکانی ئامادەکاری		
ئامادەکاری بناغەیە	باروودۆخ بناسن و لێی تێبگەن	سیستەم و لێهاتوویی و پاڵپشتی دروست بکەن

بنەماکانی جێبەجێکردن		
لە سەرچاوەکانی تر زانیاری وەربگرن	کات تەرخان بکەن، کەشی گونجاو دروست بکەن	دڵنیایی کردن لە مامەڵەی ڕێزدار و سەلامەت

بنەما گشتگیرەکان

ئەمانەی خوارەوە بنەما گشتگیرەکانن کە بۆ هەموو قۆناغەکانی ئامادەکاری و جێبەجێکردن بەکاردەبرێن. دەبێت لە هەموو بنەمایەکی کۆدەکەدا ڕەچاو بکرێن.

بنەمای 1. لە ڕزگاربوو وەک تاکەکەسێک تێبگەن

1.1 خۆتان لەگەڵ تاکایەتی ڕزگاربوودا بگونجێن: ئێمە ڕێز لەوە دەگرین کە هەر ڕزگاربوویەک ناوازەیە. ئێمە ڕێبازەکەمان دەگونجێنین لەگەڵ ناسنامەی تایبەتی ئەوان، تایبەتمەندییەکانیان، گروپ و باروودۆخیان وەک تەمەن، جێندەر، توانا پەرسەندووەکان، خۆڕاگری، پەیوەندی و پێکەبەستراوی لەگەڵ کەسانی تر، باروودۆخی کۆمەڵایەتی-ئابووری و سیاسی و ئەو جیاکارییەی کە ڕووبەڕووی دەبنەوە[6]. ئێمە ئاگادارین کە ئەم جۆرە توخمانە لەگەڵ تێپەڕبوونی کات و بەپێی دۆخ دەگۆڕێن و ڕەنگە پێویست بێت ڕێبازەکەمان بە پێی ئەوان بگۆڕین

1.2 بەرەنگاربوونەوەی گریمانەکان: ئێمە هیچ گریمانە و گشتاندنێک ناکەین سەبارەت بە ڕزگاربووان و ئەزموونەکانیان، وەک ئەوەی "دەبێت" هەڵسوکەوت و کاردانەوەیان چۆن بێت، یان سەبارەت بە دۆخناسکی، زەبری دەروونی، خۆڕاگری، جێندەر، کەمئەندامی، توانا، پێگەشتوویی، جێتمانەبوون، پێداویستی و نیگەرانییەکانیان.

1.3 پرسیار لە ڕزگاربوو بکەن: پاش ئامادەکاری بەرایی، پرسیار لە ڕزگاربووان دەکەین، لەوانەش منداڵە ڕزگاربووەکان، دەربارەی ویستەکان، ئەولەویەتەکان، نیگەرانییەکان، مەترسییەکان و باروودۆخی ئێستایان. ئێمە تا ئەو شوێنەی دەسەڵات و سەرچاوەکان ڕێگەمان بدەن، ڕێز لەمانە دەگرین و ڕەچاویان دەکەین.

1.4 ئەولەویەت بدەن بە سەلامەتی ڕزگاربوو: ئێمە هەمیشە سەلامەتی، تەندروستی و شکۆی ڕزگاربوو دەخەینە پێش ئامانجەکانمان. ئێمە کار دەکەین تا بزانین ئەو مەترسی و پاشهاتانە چین کە لەوانەیە بەهۆی هەر پەیوەندییەکی ڕزگاربوو و کەسانی دەوروبەری لەگەڵ ئێمە، بەوان بگات. ئەم مەترسیانە دەکرێت بریتی بن لە دووبارە قوربانیبوونەوە، تۆڵەسەندنەوە، لەکەدارکردن، مەترسی جەستەیی، ئۆنلاین، مەترسییەکانی سەلامەتی زانیاری و پەیوەندی، و مەترسییە یاساییەکان.

1.5 مەترسییە گەورەترەکان بناسنەوە: بۆ ئەو مەترسییانەی کە زیانێکی گەورەتر دەگەیەنن، ڕێوشوێنی خۆپاراستنی زیاتر و تایبەت دەگرینەبەر. ئێمە دەزانین لەوانەیە هەر تاکێک ڕووبەڕووی مەترسییە گەورەترەکان ببێتەوە کە ڕەنگە لەگەڵ تێپەڕبوونی کات و

گۆڕانی دۆخ، بگۆڕێن. لەوانەیە مەترسییە گەورەترەکان بۆ منداڵە ڕزگاربووەکان پێش بێت، لەوانەش ئەو منداڵانەی کە لە کاتی شەڕدا لە دایک بوون و و منداڵانی بێسەرپەرشت، هەروەها بۆ کەسانی نێو کۆمەڵگەکانی هاوڕەگەزخواز، جووترەگەزخواز، ڕەگەزگۆڕاو، ڕەگەزتێکەڵ و هیتر (LGBTQI+) کەسانی خاوەن کەمئەندامیی یان کەسانی کەم خوێندەوار، کەسانی ناو گرووپە ڕەسەن یان پەراوێزخراوەکان، و کەسانی تر.[6] **1.6 پاڵپشتی دەستگەیشتن بە دادوەری بکەن:** ئێمە پاڵپشتی مافی ڕزگاربوو دەکەین بۆ کەڵوەرگرتن (یان نەگرتن) لە مافەکانی، وەک مافی دەستگەیشتن بە قەرەبووکردنەوەی کاریگەر، ڕاستی، 'دادپەروەری' (بەو شێوەیەی ڕزگاربوو پێناسەی دەکات) و قەرەبووکردنەوەی وەرچەرخێن. ئێمە لەسەر ئەولەویەتەکانی ڕزگاربوو، توانای ئەو بۆ پێشبردن یان داواکردنی مافەکان، بڕیاری ئەو بۆ بەشداریکردن (یان نەکردن) لە پڕۆسەکانی لێپرسینەوە، کاریگەریی نەرێنی دانانێین. ئەگەرچی دەشێت تۆمارەکان و ڕاپۆڕتەکانی چاوپێکەوتنەکان لە پڕۆسەکانی داهاتوودا سوودیان بۆ ڕزگاربووان هەبێت، ئێمە هەوڵ دەدەین ئەو مەترسییە بەرچاوە کەم بکەینەوە کە تۆمارەکان و ڕێبازی چاوپێکەوتنی پێشوەختە بۆ مشتومڕ لەسەر ئەوە بەکاربهێنرێن کە ڕاپۆڕتی ڕزگاربوو ناتەباییی هەیە یان بەشێوەیەکی ناڕەوا کەوتووەتە ژێر کاریگەرییەوە.

1.7 ڕێزگرتن لە خود-ناسنامە: ئێمە ڕێزدەگرین لە بژاردە و دەربڕینی ناسنامەی کەسیی ڕزگاربوو (وەک جێندەر، جێناو، کەمئەندامی و تایبەتمەندییەکانی تر)، هەروەها خۆمان دەپارێزین لە هەر ناونان و پێناسەکردنێک کە ببێتە هۆی بێڕێزی، وروژاندنی هەست، پەراوێزخستن، لەکەدارکردن، دروستکردنی هەڕەشە، یان بەشێوەیەکی تر زیانبەخش بێت.

1.8 بۆ هەمووان یەکجۆر بن و جیاکاری مەکەن: ئێمە هیچ جۆرە جیاکارییەک[6] ناکەین و قبوڵیشی ناکەین، هەروەها ئەوە لەو کەسانەی کە پاڵپشتیی کارەکەمان دەکەن قبووڵ ناکەین. ئێمە هەوڵ دەدەین جێگەی گونجاو[7] بۆ ئەو کەسانە بکەینەوە کە زۆرجار بەهۆی چەوساندنەوە، پەراوێزخستن، گریمانەی نەبوونی توانا یان کەسایەتی، یان پشتگوێخستن وەک قوربانی، دوور خراونەتەوە یان بێدەنگ کراون.

بنەمای 2 ڕێز لە دەسەڵات و سەربەخۆیی ڕزگاربوو بگرن

2.1 لەناکاو و چاوەڕواننەکراو لە ڕزگاربوو نزیک مەبنەوە: هەتا دەکرێت، ڕێوشوێنە تاقیکراوەکانی ئێستا بۆ دەستگەیشتن یان ڕەوانەکردن بەکاردەهێنین یان ڕێگەی سەلامەت دروست دەکەین، کە کەسی ڕزگاربوو بتوانێت بڕیار بدات بێت بۆ لای ئێمە یان لەگەڵماندا پەیوەندی بکات. ئێمە ئاگادارین ئەگەر خۆمان یان لەڕێگەی کەسێکەوە نزیکی ڕزگاربووان بکەوینەوە (بەجێگەی ئەوەی ڕێگەیەکی سەلامەت دروست بکەین کە ئەو بێت بۆ لای ئێمە)، دەتوانێت ئاستی مەترسیی زیان و گوشار لەسەر هاوکاریی ڕزگاربووەکان بباتە سەرەوە و ئازادیی بژاردەی ڕاستەقینە بێنێتە خوارەوە.

2.2 ڕێزگرتن لە بژاردەکانی ڕزگاربوو: وەک بنەمای سەرەکی بۆ گشت قۆناغەکان و لایەنەکانی پەیوەندییەکانمان، ڕێز لە بژاردە تاکەکەسییەکانی ڕزگاربوو دەگرین. ئێمە دڵنیایی دەکەین ڕزگاربوو زانیاریی تەواو، ڕوون و ڕاستی هەیە دەربارەی پەیوەندییەکان و ئامانجەکان، ڕێبازی ئێمە، بژاردەکان، مافەکان و مەترسییەکانی خۆیان، لەوانەش نهێنیپارێزی و شاردنەوەی ناسنامەیان، بەکارهێنان، هاوبەشکردن یان بڵاوکردنەوەی زانیارییەکانیان. ئێمە ئەم زانیارییانە بە شێوەیەکی ڕوون دەخەینە بەردەستی ڕزگاربوو کە بە ئاسانی لێی تێبگات بۆ ئەوەی بڕیاری خۆی بدات کە ئایا لەگەڵ ئێمە پەیوەندی دەکات یان نا و ئەگەر دەیکات بە چ مەرجێک؟ ئێمە بەڕوونی بە ڕزگاربووانی ڕادەگەیەنین کە دەتوانن هەر جۆرە مامەڵەیەک لەگەڵ ئێمە بوەستێنن یان کۆتایی پێ بهێنن و وەڵامی پرسیارێکی دیاریکراو نەدەنەوە. ئێمە ڕێز لە بڕیاری ڕزگاربوو دەگرین بۆ بەشدارینەکردن یان بەردەوام نەبوون .

2.3 کۆنترۆڵی ڕزگاربوو بەسەر زانیاریەکانی خۆیدا: ئێمە ڕێز لە مافی نهێنیپارێزی ڕزگاربوو دەگرین و پاڵپشتی دەکەین، تێدەگەین کە بەشێک لەمە ئەوەیە کە ئەوان بەسەر مێژووی کەسیی، ناسنامە و وێنەی خۆیاندا کۆنترۆڵ و سەربەخۆییان هەبێت. ئێمە هەر زانیاری و داتایەکی کەسیی ڕزگاربوو (بە هەر شێوەیەک بێت) وەک شتێکی نهێنی دەپارێزین. ئێمە بێ ڕەزامەندیی ئاشکرا و ڕوونی خۆیان ئەو زانیارییە بەکارناهێنین و هاوبەشی ناکەین.

2.4 بڕیاردانی پاڵپشتیکراو: کاتێک نەمانتوانی بزانین بژاردە و بڕیاری کەسی ڕزگاربوو چییە، بۆ نموونە بەهۆی کەمئەندامی هزری یان مەعریفی یان ئاستەنگەکانی پەیوەندیکردن، خۆگونجاندنی ژیرانە[7] پەیڕەو دەکەین بۆ پاڵپشتیکردنی کەسایەتی و بەشداریکردنی ڕزگاربوو لە پڕۆسەکانی بڕیاردان بەپێی ویست و ڕەزامەندیی خۆی.

2.5 پڕۆسەی بڕیاردان لەگەڵ منداڵان: ئێمە پاڵپشتی مافی منداڵ دەکەین بۆ بەشداریکردن لە پڕۆسەکانی بڕیاردان. ئێمە هەڵسەنگاندنی پسپۆڕانە ئەنجام دەدەین بۆ توانای منداڵەکە بۆ بەشداریکردن (بە ڕەچاوکردنی تەمەن، پێگەشتوویی، توانا پەرەسەندووەکان، زەبری دەروونی و ئەزموون، جێندەر، و ژینگە/بارودۆخ)، چوار بنەمای ڕێنمایی لە ڕێککەوتننامەی یەکێتی ئەورووپا بۆ مافەکانی منداڵ پەیڕەو دەکەین[8] و دەزانین کە سەرپەرشتەکانیان بەپێی یاسا چ ڕۆڵێکیان دەبێت.

2.6 فشار کەم بکەنەوە: ئێمە بەشێوەیەکی چالاک ئەو فاکتەرانەی کە دەتوانن لە هاوبەشکردنی زانیارییەکاندا گوشار بخەنە سەر ڕزگاربووان، کەم دەکەینەوە. ئەم فاکتەرانەش بریتیین لە ناهاوسەنگیی ڕاستەقینە یان وێناکراوی هێز، پێگە، جێندەر یان تەمەن، و ئادابی کۆمەڵایەتی، بەسیاسیکردن یان کاریگەریی خێزان و کۆمەڵگە (هەروەها دەرککردن بەوەی کە نیگەرانیەکانی کۆمەڵگا دەتوانن

هاندەری ئەرێنی بن بۆ ڕزگاربووان). ئێمە لە هیچ دەسەڵاتێکی یاسایی کە ڕەنگە بمانبێت، بۆ زۆرکردن لە ڕزگاربووان کەڵک وەرناگرین، لەبەرئەوەی ئەم کارە دەتوانێت زیان بەوان و بەهەر پرۆسە و دەرەنجامێکی دادپەروەری بگەیەنێت.

2.7 لەبەرامبەر پێدانی زانیاریدا پارمەتی مەدەن: ئێمە لەبەرامبەر ڕەزامەندیی ڕزگاربوو بۆ دانی زانیاری بە ئێمە، (بە شێوەیەکی ڕاستەوخۆ یان ناڕاستەوخۆ) مەرج یان بەڵێنی دەستگەیشتن بە هیچ کۆمەک، هاوکاری، پاراستن، یان سوودێکی تر بە ڕزگاربوو نادەین. بەڵام هەوڵ دەدەین هەر جۆرە تێچوویەکی ماددی یان تێچوویەکی تر بۆ ڕزگاربوویەک کە پارمەتیمان دەدات لاببەین. ئێمە هانی کەسانی دەوروبەری کەسی ڕزگاربوو نادەین کە بە فشارخستنە سەر ڕزگاربوو یان داواکردن لەو، پارمەتیمان بدەن.

2.8 دڵنیابوون لە چاوەڕوانی ڕاستەقینە: ئێمە زانیاری ڕوون و ڕاستەقینە دەدەین بە ڕزگاربوو سەبارەت بەوەی کە زانیارییەکانی ڕزگاربوو چۆن بە کار دەهێندرێن و هەروەها دەربارەی ئەنجامە ویستراوەکان (لەوانەش، هەر فاکتەرێکی دەرەکی کە لەسەر ئەو ئەنجامانە کاریگەری هەبێت). ئێمە دەربارەی چاوەڕوانییەکانی ڕزگاربوو قسەیان لەگەڵ دەکەین و پاڵپشتییان دەکەین لەسەر بنەمای چاوەڕوانییە ڕاستەقینەکان بڕیاربدەن.

2.9 سنوورەکان بەڕوونی بڵێن: ئێمە دەربارەی ئەوەی دەتوانین بیکەین و ناتوانین بیکەین، دەربارەی ئەوەی دەتوانین پارێزگاری لێ بکەین و ئەوەی ناتوانین، و ئەوەی کە سنوورەکانی خۆمان و سنوورە پیشەییەکانمان چی دەبن، لەگەڵ ڕزگاربووان ڕوون و ڕاست دەبین. گەر نەتوانین ڕێبازی خۆمان لەگەڵ ویستەکانی ڕزگاربوو بگونجێنین هۆکارەکەی شی دەکەینەوە. لە شوێنێکدا کە ناچار و پابەند بین کە زانیارییەکانیان ڕاپۆرت بدەین یان هاوبەش بکەین (وەک ئەرکی ڕاپۆرتدانی تاوان بە بەرپرسان، ئاشکراکردنی زانیارییەکان بۆ پارێزگاریکردن لە بەرامبەر، یان وەڵامدانەوە بە ئەو بارودۆخانەی کە مەترسی دەخەنە سەر ژیان)، لە پێشدا لەگەڵ ڕزگاربوو باسی لەسەر دەکەین و کات و دەرفەتی ئەوەی پێ دەدەین کە بڕیار بدات ئایا دەیەوێت زانیاریمان پێ بدات یان نا.

2.10 ڕێز لە بڕیاری پاشگەزبوونەوە لە ڕەزامەندی بگرن: ئێمە بە ڕزگاربووان ڕادەگەیەنین کە مافی ئەوەیان هەیە لە هەر کاتێکدا، لەمیانەی یان دوای پرۆسەکە (لەوانەش لە کاتی هەر دیمانەیەک) لە ڕەزامەندیی خۆیان پاشگەز ببنەوە و پێیان دەڵێین کە بە چ شێوەیەک دەتوانن ئەو بڕیارە بە ئێمە ڕابگەیەنن. ئێمە دەربارەی ئەوەی کە سەبارەت بە پاشگەزبوونەوە لە ڕەزامەندی دەتوانین چی بکەین و کۆنترۆڵمان بەسەر چیدا سنووردارە، ڕوون و ڕاست دەبین. ئەگەر پاشگەزبوونەوە لە ڕەزامەندی ڕوویدات، ئێمە ئەو هەنگاوانە هەڵدەگرین کە وتمان.

بنەمای 3. هەستی بەرپرسیارێتی و نەزاهەتتان هەبێت

3.1 بەرپرسیارێتی کۆکەرەوەکانی زانیاری: ئێمە دەزانین کە بڕیار و بژاردەی ڕزگاربوو جێگەی بڕیاردانی بەرپرسیارانەی کۆکەرەوەکانی زانیاری ناگرێتەوە. ئێمە ئاگادارین کە ڕەنگە بارودۆخێک پێش بێت کە دوای هەڵسەنگاندنی لێهاتووییەکانمان، سەلامەتی و مەترسییەکانی تر، بڕیاری ئەوە بدەین کە چیتر درێژە بە کار نەدەین، تەنانەت ئەگەر ڕزگاربوو ئامادەی وەرگرتنی ئەو مەترسییانەش بێت. لە بارودۆخێکی ئاوادا، ئەگەر لە پێشترەوە لەگەڵ ڕزگاربوودا لە پەیوەندیدا بین، نیگەرانییەکانمان، هۆکارەکانمان و هەر جێگرەوەیەک لەگەڵ ئەوان باس دەکەین.

3.2 شکۆ و ڕێز: ئێمە بە شکۆ، ڕێز، مرۆڤایەتی، ئەدەب و بێزانینەوە پاڵپشتیی ڕزگاربووان دەکەین وەک بڕیاردەر.

3.3 کەس لەکەدار مەکەن: ئێمە سنوورەکانی تێگەیشتن و دیدگا و ئەزموونەکانی خۆمان دەپشکنین و بەرەنگاریان دەبینەوە لە دەرەوەی لایەنگری و ترس و زەبری دەروونی و پاڵنەرەکان و هەڵوێست و پێشداوەری و گریمانەکانی خۆمان سەبارەت بە توندوتیژیی سێکسی و ڕزگاربووان. ئێمە (لەڕێگەی شێوەی قسەکردن، وشەکان، زمانی جەستەمان و کاری ترەوە) هیچ پەیامێک بە ڕزگاربوو ناگەیەنین کە سەرکۆنە و شەرمەزاریان بکات، زیانی زیاتریان پێ بگەیەنێت، داوەرییان بکات، سووکایەتییان پێ بکات، بە کەمیان دابنێت، گاڵتە یان بێڕێزییان پێ بکات. هەروەها هیچ زانیارییەک سەبارەت بە ئەوان کە بتوانێت ئاوا کارێکیان لەگەڵ بکات، پێشکەش یان بڵاو ناکەینەوە.

3.4 لە دروستی دڵنیا بن: ئێمە پشکنین دەکەین بۆ دڵنیایی لەوەی کە تێگەیشتن و دەربڕینی ئێمە لەو زانیاریيانەی کۆدەکرێنەوە دروست و ڕاستن و لە گریمانە یان ناڕاستگۆیی بەدوورن. لە هەر شوێنێکدا بکرێت، لەگەڵ ڕزگاربوو ڕاستی و دروستی دەپشکنین و هەر ڕاستکردنەوەیەک پێویست بێت ئەنجامی دەدەین.

3.5 لە ڕزگاربووان کەڵکی خراپ وەرمەگرن: ئێمە ڕزگاربووان بۆ بەدەستهێنانی زانیاری نادۆزینەوە، خۆیان وەک ئامرازێک بۆ بەدەستهێنانی زانیاری بەکارناهێنین، کەڵکی خراپ لە خۆیان و زانیارییەکانیان وەرناگرین، هەراسانیان ناکەین و بۆ بەرژەوەندیی خۆمان سوودیان لێ وەرناگرین. ئێمە بۆ ڕێگریلێکردن و وەڵامدانەوەی هەر جۆرێکی دووبارە قوربانیبوونەوە و کەڵکلێوەرگرتن و دەستدرێژییەکی سێکسی ڕێوشوێنی گونجاو دەگرینە بەر.

3.6 جێمتمانە بن: ئێمە بەڵێنێک نادەین کە نەتوانین بەجێی بێنین. ئێمە دان بەوەدا دەنێین کە پێشێلکردنی متمانە، لەوانەش نهێنیپارێزی، پاشهات و دەرەنجامی زۆرتریان لەسەر سەلامەتی و تەندروستیی ڕزگاربوو دەبێت، ئاستی متمانەی ئەوانی تر دێنێتە خوارەوە و بۆ پاڵپشتیکردن بەربەست دروست دەکات.

3.7 زیان بە بەڵگەی شیمانەیی مەگەیەنن: ئێمە بەڵگە ڕەسەنەکان، بەڵگە ماددییەکان، و هەر شتێکی تر کە ئەگەری بەڵگەبوونی هەبێت لە هیچ شوێنێک و لە هیچ ڕزگاربوویەک وەرناگرین و نابەین، تەنانەت گەر داوای ئەو کارەشمان لێ بکەن. تەنها لە کاتێکدا دەتوانین ئەو کارە بکەین کە بڕیارێکی فەرمیمان بۆ ئەو کارە هەبێت، کە لەو دۆخەدا، پێویستە ئێمە ئەو کارە بە سەلامەتی ئەنجام بدەین و جیا لە ئێمە هیچ کەسێک لە پێگەیەکی باشتردا نەبێت بۆ ئەنجامدانی ئەو کارە، و ئێمە توانای بەڕێوەبردن و پاراستنی یەکپارچەیی ئەو جۆرە بەڵگانەمان هەبێت.

3.8 لێپرسراو بن: ئێمە بۆ ئەو پابەندییانەی کە لەم کۆدەدا باسیان لێکراوە بەتەواوی ڕوون و لێپرسراو دەبین. ئێمە دەزانین ئەگەر نەتوانین وابین، لەوانەیە ڕزگاربووان، خێزانی ئەوان یان کۆمەڵگاکەیان زیانی پێ بگات. ئێمە دان دەنێین بە مافی سکاڵاکردنی ڕزگاربوو لە ئێمە دەربارەی کارەکەمان، لەلای کەسانی تریش، و ئەگەر بیانەوێت ڕاستەوخۆ لای خۆمان سکاڵامان لێ بکەن، گوێبیستیان دەبین. ئێمە بۆ وەرگرتنی سەرنج (فیدباک) کراوەین بۆ ئەوەی پەرە بە کارەکەمان بدەین.

بنەمای 4. بەها زیاد بکەن یان کارەکە مەکەن

4.1 بڕیاری بەرپرسیارانە بدەن: ئێمە پێکهاتەکانی ئەم بنەمایە هەڵدەسەنگێنین بۆ پاڵپشتیکردنی بڕیاری بەرپرسیارانە دەربارەی ئەوەی کە ئایا ئەم کارە ئەنجام بدەن، کەی و چۆن ئەنجامی بدەین. ئێمە دەزانین خۆهەڵسەنگاندنمان دەتوانێت سوودمەند بێت لە ڕاوێژکردن لەگەڵ کەسانی تر، وەک چالاکانی کۆمەڵگەیی و شارەزا دەرەکییەکان، بۆ ئەوەی بەڕاستی و دروستی ئەوە هەڵسەنگێنین کە ئایا ئەو ڕێباز و کارەی دەمانەوێت ئەنجامی بدەین، سەلامەت و کاریگەرە و بۆ ڕزگاربوو بەها زیاد دەکات یان نا.

4.2 ڕۆڵ و مەبەستی ئێمە چییە؟: ئێمە ڕوون و ڕاست دەبین دەربارەی مەبەست و ڕۆڵی خۆمان، سنوورەکانی ڕۆڵەکەمان، ئەوەی کە بۆچی دەمانەوێت زانیاری لە ڕزگاربووان کۆبکەینەوە، چ زانیارییەکمان لە چ کەسێک و بە چ شێوەیەک لە ڕاستیدا پێویستە و چۆن دەمانەوێت ئەو زانیارییانە بەکاربهێنین و بۆ ئەو مەبەستە لەگەڵ چ کەسێکدا دەتوانین هاوبەشی بکەین.

4.3 ئایا سەرچاوەی جێگرەوە هەیە؟: ئێمە بۆ سەرچاوەی جێگرەوەی زانیاریی توندوتیژیی سێکسیی سیستیماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی دەگەڕێین و لە خۆمان دەپرسین ئایا ئەرک یان ئامانجەکەمان بەڕاستی داوامان لێدەکەن لەگەڵ ڕزگاربووان چاوپێکەوتن بکەین یان زانیارییەک کە لەوان وەرگیرابێت بەکاربهێنین. ئێمە ئاگادارین کە دۆزینەوەی سەرچاوەی جێگرەوە دەبێتە هۆی نەهێشتنی ئەگەری مەترسی کۆکردنەوەی راستەوخۆی زانیاری لەسەر ڕزگاربووان، کەسانی دەوروبەریان و ئێمە، هەروەها گوشار لەسەر ڕزگاربووان هەڵدەگرێت و دەرفەتێکی زۆرتریان پێ دەدات بۆ ئەوەی بڕیار بدەن بەشداری بکەن یا نا.

4.4 ئایا ئەنجامە خوازراوەکانمان واقیعین؟: ئێمە تەنها لە کاتێکدا ئەم کارە ئەنجام دەدەین کە بتوانین بەشێوەیەکی ڕاستەقینە لەو دۆخ و شوێنەدا بە سەرچاوە، کات و شارەزاییی خۆمان و بێ هیچ زیان گەیاندنێک، بە ئامانجەکانمان بگەین.

4.5 ئایا ئێمە بەها زیاد دەکەین؟: ئێمە بە ڕاستی و دروستی بیر لەوە دەکەینەوە کە کارەکان و کردەوەکانمان چ بەهایەکی زیاتر یان سوودێک دەتوانن بە ڕزگاربووان بگەیەنن. ئێمە لەگەڵ ڕزگاربووان لەسەر ئەم بابەتە قسە دەکەین. ئێمە تەنها لە کاتێکدا درێژە بە کارەکەمان دەدەین کە بەهایەکی زیاتر دروست بکات. ئێمە ئاگادارین ئەو بەهایەی کارەکەی ئێمە بۆ خێزانەکان، کۆمەڵگاکان و گرووپەکانی ڕزگاربووان زیادی دەکات، دەبێتە هاندەر بۆ هەندێک لە ڕزگاربووان.

4.6 بەهای زیادکراو بە بەراورد لەگەڵ مەترسییەکان هەڵسەنگێنن: ئێمە بەوردی ئەگەری بوونی هەر بەهایەکی زیادکراو بە بەراورد لەگەڵ تێگەیشتنمان لە مەترسییەکان هەڵدەسەنگێنین. ئێمە ڕێبازی گونجاو دروست دەکەین کە مەترسی دەهێننە کەمترین ئاست و بۆ ئەمانجەکان گونجاون.

4.7 ڕووبەڕووی هەر هاندەرێکی ڕەفتاری خراپ ببنەوە: هەرکات نەتوانین بە سەلامەتی، بەشێوەیەکی کاریگەر و ئەخلاقی درێژە بە کارەکە بدەین، ڕەخنەگرانە ڕووبەڕووی هەرچەشنە فشار یان پاساوێک بۆ "پەلەکردن"، "بەرژەوەندی گشتی"، "ئامانجە چەندایەتییەکان"، "ڕێگریکردن"، یان هەر پاڵنەرێکی تر لەو جۆرە دەبینەوە.

4.8 مەترسییەکانی بەرکەوتن بە کەمترین ئاست بگەیەنن: ئێمە دەربارەی چاوپێکەوتنە پێشوەختەکان یان هاوبەشکردنی زانیاری لە ڕزگاربوو پرسیار دەکەین، و مەترسییەکانی بەردەوامبوون و بژاردە جێگرەوەکان لەگەڵ ڕزگاربوو باس دەکەین. ئەم جۆرە مەترسیانە بریتین لە دروستکردنی چەندین گێڕانەوەی ناتەبا و یەکنەگر کە ڕەنگە زیان بە مافی ڕزگاربوویەک بۆ دەستگەیشتن بە دادپەروەری بگەیەنێت، و ببێە هۆی زیادبوونی ئەگەری ئەوەی کە دووبارە تووشی زەبری دەروونی ببێتەوە، مافی نهێنیپارێزی لەدەست بدات یان تووشی لەکەدارکردن ببێتەوە. ئێمە لەگەڵ ڕزگاربووەکە باس لە دەستگەیشتن بە هەر لێدوانێکی پێشوو وەک بژاردەیەک یان وەک جێگرەوەیەک بۆ چاوپێکەوتنێکی دووبارە دەکەین. ئەگەر ڕزگاربوو بڕیار بدات بەردەوام بێت لە چاوپێکەوتنەکە، ئێمە بە شێوەیەکی چالاکانە مەترسییەکانی چاوپێکەوتنی دووبارە کەم دەکەینەوە.

4.9 هاوبەشکردنی زانیاری: ئێمە لەگەڵ ڕزگاربوو باسی ئەوە دەکەین، ئایا دەیەوێت زانیارییەکانی لەگەڵ ئەکتەرە متمانەپێکراوەکانی دیکەدا هاوبەش بکەین، بەمەبەستی خۆپاراستن لە دووبارە کۆکردنەوەی ناپێویستی زانیاری یان تووشبوون بە زەبری دەروونی یان مەترسی زیاتر بەهۆی بەشداریی ڕاستەوخۆ. ئێمە دڵنیا دەبینەوە لەوەی هەر بڕیارێکی ڕزگاربوو بۆ هاوبەشکردنی زانیاری لەسەر بنەمای ڕەزامەندیی ئاگادارانە دەبێت، بە هەڵسەنگاندنی مەترسی پاڵپشتی بۆ دابین دەکرێت و لەوە ئاگادار دەکرێتەوە، و بە سەلامەتی و بە شێوەیەکی کاریگەر و بەپێی خواستی خۆی جێبەجێ دەکرێت.

4.10 کەمکردنەوەی داتا: ئێمە زانیارییە کەسییەکانی ڕزگاربوو کۆدەکەینەوە، هەڵدەگرین و بەکاریدەهێنین، لەوانەش زانیارییە دیجیتاڵییەکان، تەنها ئەگەر گونجاو بن بۆ ئامانجێکی ڕوون، پێویست بن بۆ گەیشتن بەو ئامانجە و هاوسەنگ بن لەگەڵ توانای بەدیهێنانی ئامانجەکە، هەروەها ئەگەر بتوانین ئەو زانیاریانە بپارێزین.

بنەماکانی ئامادەکاری
ئەم بنەمایانە پێویستە لە قۆناغی ئامادەکاریدا پێش کۆکردنەوەی زانیاری پەیڕەو بکرین، و لە قۆناغەکانی جێبەجێکردندا پێداچوونەوەیان بۆ بکرێت. ئەمانە دەبێت لەگەڵ هەموو بنەماکانی تردا بخوێنرێنەوە.

بنەمای 5. ئامادەکاری بناغەیە

5.1 سەرەتا ئامادەکاری بکەن: ئێمە بەوردی کاری پلاندانان و هەڵسەنگاندنی مەترس ئەنجام دەدەین، و دڵنیا دەبینەوە لەوەی کە پێش ئەوەی دەست بکەین بە کۆکردنەوەی زانیاری، بەتایبەتی پێش هەر پەیوەندییەک لەگەڵ ڕزگاربووان، زانیاری، توانا، تیم، سیاسەت و ڕێکاری پێویستمان بۆ ئەو کارە هەیە. ئەمە بنەما و بنچینەیەکی گرنگە بۆ ڕێزگرتن لە مافەکانی ڕزگاربووان، و بۆ گەیشتن بە ئەنجامی سەلامەت، بەردەست، ئەخلاقی و کاریگەر.

5.2 دڵنیا بن لەوەی کە ڕزگاربوو لە هەڵبژاردنەکانیدا ئازادە: ئێمە ڕێباز و تیمێک دروست دەکەین کە تا ئەو شوێنەی دەکرێت ئازادی بدەن بە ڕزگاربووان لە دیاریکردنی ئەوەی کە چۆن و لەکوێ دەیانەوێت لەگەڵ ئێمە هاوکاری بکەن، و ئەو هاوکارییە لەگەڵ چ کەسێک بێت (جێندەر، تەمەن، وابەستەیی، هتد...).

5.3 مەترسییەکان هەڵسەنگێنن و کەمی بکەنەوە: بە پشتبەستن بە زانین و تێگەیشتن لە دۆخەکە، ئێمە هەر مەترسییەک کە ڕەنگە لەسەر هەموو ئەوانە بێت کە بەشدارن، وەک تاکی ڕزگاربوو، خێزان و کۆمەڵگاکانیان، خۆمان و ئەوانی دیکە کە بەشدارن لە پرۆسەکەدا، دەستنیشان دەکەین و هەڵدەسەنگێنین. ئێمە هەڵسەنگاندن دەکەین بۆ مەترسییە گشتی و تایبەتەکانی وەک نهێنیپارێزی، سەلامەتی، تەندروستی، ئاکامە کۆمەڵایەتییەکان و لەکەدارکردن، و مافە یاساییەکان.[6] ئێمە دەزانین کە پێویستە ئەم پرۆسەیە زانیاری وەربگرێت لە شارەزایانی ئاسایشی بوارەکانی جێندەر، منداڵان و پەیوەندییەکان، داتا، ئاسایشی جەستەیی و ئاسایشی تر. ئەگەر ئێمە بەردەوام بین لە کارکردن لەگەڵ تاکی ڕزگاربوو، ئەوا هەوڵ دەدەین بۆچوونی زرگاربوو وەربگرین لەسەر مەترسییەکان. ئەگەر نەکرێت مەترسیەکان بەشێوەیەکی گونجاو کەم بکەینەوە، ناتوانین بەردەوام بین. ئەم هەڵسەنگاندنە و ڕێوشوێنەکانی کەمکردنەوەی مەترسی، هەموو لایەنەکی کارەکەمان ڕێنمای دەکەن. بەپێی پێویست پێداچوونەوە بۆ هەڵسەنگاندنەکە دەکەین.

5.4 پەیوەندیکردن لەدوورەوە: ئێمە دڵنیایی دەکەین لەوەی ئاگادارین لە ئاڵنگاری و مەترسییە جیاوازەکانی پەیوەندیی ئۆنلاین و لەدوورەوە لەگەڵ ڕزگاربووان. ئەمەش ئەو ئاڵنگارییانە لە خۆ دەگرێت کە پەیوەندییان هەیە بە ئامادەکارییەکان؛ ئاسایشی داتا و پەیوەندییەکان؛ دەستگەیشتنی ڕزگاربوو بە تەکنۆلۆجیا؛ پشکنینی ئەو کەسانەی لە دۆزینەوەی شوێنی ڕزگاربوو یارمەتیمان دەدەن، لەوانەش نێوەندگیر و وەرگێڕەکان؛ چاودێریکردنی ئاستی سەلامەتی و ئاسوودەیی ڕزگاربوو، و دڵنیابوون لە هەبوونی سیستەمی وەڵامدانەوەی بەپەلە لە شوێنی ڕزگاربووان. ئێمە ئاگادارین کە چاوپێکەوتن لە دوورەوە لەوانەیە مەترسی ڕاستەقینەی هەبێت بۆ ڕزگاربووان، لەوانەش منداڵان، کە ڕەنگە ڕووبەڕووی مەترسییەکی گەورەتر ببنەوە کە زیانیان پێ بگەیەنێت. ئەگەر بەشێوەیەکی گونجاو و باش نەتوانین ئەم کێشە و مەترسیانە چارەسەر بکەین، لە دوورەوە پەیوەندی ناکەین.

5.5 بزانن کێی تر زانیاری کۆدەکەنەوە: ئێمە دەمانەوێت بزانین کێی تر زانیاری لە ڕزگاربووان یان سەبارەت بە ئەوان کۆدە دەکاتەوە و بۆ چ مەبەستێک، بۆ ئەوەی بزانین کە ئایا کارەکەمان پێویستە و بەها زیاد دەکات، هەروەها وەک بناغەیەک بۆ هەماهەنگی و هاوکاری.

5.6 ناسینی پاڵپشتییە بەردەستەکان: ئێمە خزمەتەکان، ناوەندەکانی دەستگەیشتن، و گرووپ و ئەکتەرەکانی ڕزگاربووان (فەرمی و نافەرمی)، پشتیوانانی ڕزگاربووان و خزمەتە یاساییەکانی تر بۆ پاڵپشتیی ڕزگاربوو، لەوانەش لانیکەم پاراستنی پزیشکی و دەروونی-کۆمەڵایەتی، دەناسین و دیاری دەدەین. ئێمە لیستی ئەو جۆرە ئەکتەرانە و ناوەندەکانی دەستگەیشتن لە بەرچاو دەگرین (نەخشەکێشان)، ئەگەر هەبن. ئێمە هەڵسەنگاندن دەکەین بۆ ئاستی دەستپێگەیشتن، سەلامەتی، نهێنیپارێزی، کاریگەری و گونجاوبوونی ئەمانە بۆ ڕزگاربووان لە تەمەن، کەمئەندامی و جێندەری جیاواز. لە هەر کاتێکدا بکرێت، ئەو بەربەستانەی بۆ دەستگەیشتن بە پاڵپشتی بۆ ڕزگاربووان هەن، دەناسینەوە و کەمیان دەکەینەوە.

5.7 هەماهەنگی و هاوکاری بکەن: ئێمە ئاگادارین لە گرنگیی هەماهەنگی و هاوکاریی فرەکەرتی بۆ ڕێگریکردن لە ئازاردان و بەرکەوتنی زیاتری ڕزگاربووان و کاریگەریی نەرێنیی هەوڵە کەڵەکەبووەکانی کارەکەی ئێمە لەسەر مافەکانیان. هەر کاتێک گونجاو بێت، دەچین بۆ لای ئەو کەسانەی لە هەمان بوار کار دەکەن، لەوانەش چالاکانی بواری کاروباری مرۆیی و ڕێکخراوەکانی نێو کۆمەڵگا، بۆ ئەوەی پێکەوە بەسەلامەتی کار بکەین یان مەترسی سووککردنی کاری یەکتر بهێنینە خوارەوە.

5.8 بۆ ئاشکراکردنی چاوەڕواننەکراو ئامادە بن: ئێمە دەزانین ڕەنگە هەندێک جار کەسێک بیەوێت توندوتیژیی سێکسی ئاشکرا بکات، لە کاتێکدا ئێمە چاوەڕوانی ئەوە ناکەین و ناشمانەوێت دەربارەی پرسیار بکەین. ئێمە بۆ ئەوە ئامادە دەبین.

5.9 زەمینەی بەدواداچوون دروست بکەن: ئێمە دەزانین کە پەیوەندیکردنی نێوان ڕزگاربووان و ئەو کەسانەی زانیاری کۆدەکەنەوە دوای دیدارەکەیان دەتوانێت زۆر گرنگ بێت لەبەر هەندێک هۆکاری وەک دەربڕینی هەر نیگەرانییەک دەربارەی سەلامەتی دوای دیدار، کێشانەوەی ڕەزامەندی یان نوێکردنەوەی ڕەزامەندی، فیدباک دانەوە بە ڕزگاربووان دەربارەی پێشکەوتن و ئەنجامەکان. ئێمە گشت هەوڵمان دەخەینە گەڕ بۆ ئەوەی ڕێگەیەکی سەلامەت و کاریگەر بۆ پەیوەندیکردن دروست بکەین. گەر نەتوانین ئەو کارە بکەین، پێشتر هۆکارەکەی بە ڕزگاربوو ڕادەگەیەنین. دەربارەی منداڵی ڕزگاربوو، ڕێوشوێنی تایبەت دەگرینە بەر تا بتوانین بە یارمەتیی شارەزایەکی بواری پاراستنی منداڵان، تا ئەو شوێنەی دەکرێت لەگەڵ بەخێوکەرێکی منداڵەکەدا پەیوەندی بگرین.

5.10 ئاگادارکردنەوەی تیمەکەتان و هاوبەشەکانتان: ئێمە تیمەکەمان و گشت ئەو کەسانەی بە ناوی ئێمەوە کار دەکەن (لەوانەش هەر هاوبەشێک)، دەربارەی ئامادەکارییەکانمان و پرۆسەی سەلامەت، ئەخلاقی و کاریگەر بۆ پابەندبوون بەم کۆدە، ئاگادار دەکەینەوە.

بنەمای 6. ناسین و تێگەیشتن لە دۆخەکە

6.1 ناسین و تێگەیشتن لە دۆخەکە: ئێمە دڵنیا دەبینەوە تیمەکەمان و هەموو ئەو کەسانەی بەناوی ئێمەوە کار دەکەن بنەمای کارەکەیان لەسەر تێگەیشتنێکی باش لەو دۆخە دادەنێن کە توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆک تێیدا ڕووی داوە و هەروەها لەو ژینگەیەی ڕزگاربووی تێدایە. ئێمە کاریگەرییە ئەرێنی، نەرێنی، ڕاستەوخۆ و ناڕاستەوخۆکانی پێکهاتەکانی ئەم بنەمایە لەسەر ڕزگاربووان، خێزانەکانیان و کۆمەڵگاکانیان، و کاری ئێمە دیاری دەکەین و دڵنیا دەبینەوە کە ئەم تێگەیشتنە کۆمەک دەکات بە ئامادەبوون و کاری ئێمە.

6.2 لە کولتوور تێبگەن: ئێمە بەها، هەڵوێست، داب و نەریت و ڕێوڕەسمە کولتووری و کۆمەڵایەتییە پەیوەندیدارەکان و ڕوانگەکان سەبارەت بە منداڵان، بڕیاردانیان و تەمەنی گەورەیی دەناسینەوە و دیاری دەکەین.

6.3 لە جێندەر تێبگەن: ئێمە داینامیک، بەهاکان، توندوتیژی و نایەکسانییە جێندەرییەکان هەڵدەسەنگێنین و تێدەگەین و دەزانین کە ئەوانە چۆن مەترسی دووبارە قوربانیبوون و بەربەست بۆ پاڵپشتی کردنی ڕزگاربوو و بۆ مافەکانی تری دروست دەکەن.

6.4 تێگەیشتن لە لەکەدارکردنی توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی و ڕزگاربووان: ئێمە ئەو هەڵەتێگەیشتن، گریمانە، هەڵوێست و ڕەفتارە زیانبەخشانە (کە بە « لەکەدارکردن» ناسراون) لە ناو کۆمەڵگاکاندا سەبارەت بە توندوتیژیی سێکسی و ڕزگاربووان بوونیان هەیە، دەناسینەوە، هەڵسەنگاندنی مەترسییان بۆ دەکەین و کەمیان دەکەینەوە.

6.5 داینامیکی کۆمەڵگا دەستنیشان بکەن: ئێمە داینامیکی گرووپ لە دەوروبەری ڕزگاربووان لێک دەدەینەوە، بۆ نموونە پێکهاتەی دەسەڵات، کێبڕکێ لەسەر سەرچاوەکان، بەسیاسیکردنی دادپەروەری، پاڵنەرەکانی نێوەندگیری، دەرگاوانەکان (ئەوانەی دەتوانن دەستگەیشتن بە ڕزگاربووان کۆنترۆڵ بکەن یان کاریگەرییان لەسەری هەبێت)، بەهێزکردنی کاریگەرییەکان، و ئەو پاڵنەرانەی ڕزگاربووان و خێزانەکانیان بێدەنگ دەکەن، فشار دەخەنە سەریان یان زیانیان پێدەگەیەنن.

6.6 ناسینەوەی زیانە تاکەکەسییەکان، چەندلایەن و بەکۆمەڵەکان : ئێمە ئەو زیانە جیاوازە پەیوەندیدارانە لێک دەدەینەوە کە بەهۆی توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی بۆ تاکەکان و بەکۆمەڵ بۆ گرووپەکانی وەک خێزان و کۆمەڵگاکان دروست دەبن، هەروەها لێکی دەدەینەوە چۆن زیانەکان بەهۆی چەندین جۆری جیاکارییەوە کەڵەکە دەبن.[6]

6.7 ئاشنا بن لەگەڵ یاسا و پیادەکردنەکان: ئێمە خۆمان ئاشنا دەکەین لەگەڵ یاسا و پیادەکردنە فەرمی و نافەرمییەکان (لەوانە سیستەمی پێشینان). ئەم جۆرە یاسا و پیادەکردنانە ڕەنگە، بۆ نموونە، دەروازەی هاوکاریی یاسایی بۆ ڕزگاربووان دابین بکەن، جیاکاری بکەن یان درێژە بە جیاکاری بدەن، ڕزگاربوو بە تاوانبار بزانن بۆ ئەو شتەی کە ڕووی داوە، ڕزگاربوو وەک قوربانیی تاوانێک قەبووڵ نەکەن، یان بە شێوەیەکی یاسایی ناچارمان بکەن کە زانیاری لەبارەی تاوانەکان بدەین بە دەسەڵاتداران. پێش ئەوەی کە ڕزگاربووان بەسەرهاتی خۆیان باس بکەن، ئێمە لەمبارەوە لەگەڵ ڕزگاربوان قسە دەکەین، بۆ ئەوەی بتوانن بیربکەنەوە و بڕیاربدەن بەردەوام بن یان نا و چۆن.

6.8 لە شێوازی گونجاوی پەیوەندی و دانوستان تێبگەن: ئێمە کار دەکەین بۆ تێگەیشتن لە گرنگی و کاریگەریی هەموو جۆرەکانی پەیوەندی و دانوستانی خۆمان لەو دۆخەدا، و دڵنیایی دەکەین لەوەی کە هەستیارییەکانی جێندەر، تەمەن، کەمئەندامی، کۆمەڵگا، کولتوور و بارودۆخ لە بەرچاو دەگرین. ئێمە ئەو شێوازە گشتگیر و بێزیانانەی پەیوەندی دەستنیشان دەکەین و بەکاردەهێنن کە لەگەڵ ناسنامەی

ڕزگاربووان دەگونجێن و ڕێز لە نۆرم و ڕەفتارە کۆمەڵایەتییە بێزیانەکان دەگرن. هەروەها هەوڵ دەدەین لە لایەنە کولتووریەکان و لایەنەکانی دیکەی پەیوەندیکردن تێ بگەین، لەوانە هەڵسوکەوت، وشە ناشیرینەکان، دەستەواژە و پەندە باوەکان، و کەلێنەکانی زمان کە پەیوەندییان بە توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی یان ڕزگاربوو هەیە.

6.9 کەمکردنەوەی کاردانەوەی نەرێنیی: ئێمە مەترسییەکانی هەر کاردانەوەیەکی نەرێنی بەرامبەر بە کارەکانمان لەناو کۆمەڵگەدا دەستنیشان دەکەین و دەیانگەیەنینە کەمترین ئاست.

6.10 پشتگیری کۆمەڵگەیی بەردەوام: ئێمە تێدەگەین لە ڕۆڵی گرنگی گروپە متمانەپێکراوەکان و سیستەمی پشتیوانیی کۆمەڵگەیی بۆ پشتیوانیکردنی بەردەوام لە ڕزگاربووان، دروستکردنی پەیوەندیی متمانەپێکراو، بەهێزکردنی ڕزگاربووان و ڕووبەڕووبوونەوە لەگەڵ هەڵوێستە نەرێنییەکانی کۆمەڵگا بەرامبەر بە ڕزگاربووان. ئەم جۆرە گروپانە دەتوانن بریتی بن لە تۆڕەکانی ڕزگاربووان، ڕێکخراوەکانی ژنان، ڕێکخراوەکانی هاوڕەگەزخواز، جووتڕەگەزخواز، ڕەگەزگۆڕاو، ڕەگەزتێکەڵ و هیتر (LGBTQI+) و ڕێکخراوەکانی منداڵان، و ڕێکخراوەکانی کەسانی خاوەن کەمئەندامیی. هەرکاتێک گونجاو بێت، هەوڵدەدەین لەگەڵ ئەو جۆرە گروپانە کاربکەین.

بنەمای 7. سیستەم و لێهاتوویی و پشتگیری دروستبکەن

7.1 بەرپرسیارێتی و پشتیوانی دامەزراوەیی: ئێمە ئاگادارین کە ئێمە بە تەنها ئەم کارە ئەنجام نادەین. زۆربەمان لەناو یان بۆ ڕێکخراوێک کاردەکەین. لە ڕێکخراوەکاندا، ئێمە ئەم کۆدە لە ڕێگەی سەرکردایەتی و پابەندبوون، سیاسەت، پرۆسە و سەرچاوەکانەوە، هەروەها پەیوەست بە ڕاوێژکاران، جێبەجێ دەکەین.

7.2 بەرپرسیارانە کاربکەن وەک ئەکتەری سەربەخۆ: کاتێک ئێمە بە شێوەیەکی سەربەخۆ کاردەکەین و ناتوانین پشت بە پشتیوانی دامەزراوەکان ببەستین، هەوڵ دەدەین دڵنیابین لەوەی کارەکانمان پشتگیری دەکرێن لەلایەن ئەو سیستەم و ژێرخانی پشتگیریە سەلامەتانەی لە ئێستادا هەن، هەروەها لەلایەن ئەو کەس و هاوبەشانەی وەک ئێمە پابەندی ئەم کۆدەن.

7.3 تیم و هاوبەشی گونجاو هەڵبژێرە: ئێمە تیمێک دروست دەکەین (کە پێکدێت لە وەرگێڕ، نێوەندگیر، ڕێبەر، ڕێکخەر)، هەروەها هاوبەشەکان و ئەوانەی تر کە بەناوی ئێمەوە کاردەکەن و وەک ئێمە پابەندی ئەم کۆدەن. هەروەها ئاکامەکانی ئەم هەڵبژاردنانە لەسەر فرەچەشنی، نوێنەرایەتیکردن، نهێنیپارێزی، ئاسایش و نەرمینواندن لەبەرچاو دەگرین.

7.4 لێهاتوویی گونجاو دروست بکەن: ئێمە ئەم کارە تەنها کاتێک ئەنجام دەدەین کە زانیاری و کارامەیی سەلمێنراو و هەڵوێستی پێویستمان لەسەرانسەری تیمەکەماندا هەبێت. ئەم لێهاتووییانە بریتین لە هۆشیاری لەبارەی توندوتیژیی سێکسیی و دروستکردنی هەستەوەری بەرامبەر لەکەدارکردن، تێگەیشتن لە جێندەر، فرەیی و بارودۆخ، کارکردن لەگەڵ کەسانێک بەی جێندەر و کەمئەندامی و تەمەنی جیاوازەوە، ڕەزامەندیی ئاگادارانە و کارامەییە بنەڕەتییەکانی ڕەوانەکردن، ناسینی مەترسیەکان، کارامەییەکانی پەیوەندییکردن و چاوپێکەوتنی سەلامەت، لەوانەش لەگەڵ منداڵان و چاوپێکەوتن لە دوورەوە، هۆشیاری و تێگەیشتن لە زەبری دەروونی، و پاراستن و هەڵگرتنی زانیاری. ئێمە بەردەوام ئەو کارامەیی و زانیاریانە نوێ دەکەینەوە کە یارمەتیمان دەدەن ئەم کارە بە شێوەیەکی بێمەترسی و کاریگەر بۆ مەبەستی خۆمان ئەنجام بدەین.

7.5 زانینی سنووردارییەکانمان: ئێمە دەزانین کە هەموو کەسێک سنوورێکی هەیە بۆ ئەزموون و شارەزایی و روانگەی خۆی، هەروەها بۆ ڕۆڵ یان ئەرکی خۆی. ئێمە بە ڕاستگۆییەوە بیر لە سنووری زانیاری و کارامەیی و تێگەیشتنی خۆمان دەکەینەوە و لە چوارچێوەی ئەو سنوورەدا دەمێنینەوە. لە دەرەوەی سنوورەکانی کارەکەمان، ڕاوێژ و هاوکاری لەگەڵ کەسانی دیکە دەکەین، بۆ نموونە لەگەڵ پسپۆڕانی دەروون و ئاسایش و منداڵ.

7.6 چاوپێکەوتن لەگەڵ منداڵانی ڕزگاربوو: بە لەبەرچاوگرتنی زۆریی مەترسییەکانی چاوپێکەوتنی نەپارێزراو و ناکاریگەر لەگەڵ منداڵان، ئێمە تەنها کاتێک چاوپێکەوتن لەگەڵ منداڵە ڕزگاربووەکان دەکەین کە لێهاتوویی و کارامەیی و ئەزموونی سەلمێنراوی کارکردن لەگەڵ منداڵانمان هەبێت و سوودیان لێوەربگرین (و بیانگونجێنین بەپێی تەمەنیان، پەرەسەندنیان، تواناکانیان، جێندەر و پێداویستییەکانیان). ئەگەر ئێمە ئەم لێهاتووییانەمان لە تیمەکەماندا نەبێت، هەوڵدەدەین بەدەستیان بهێنین یان کەسانی دیکە پەیدا بکەین کە هەیانە، بۆ ئەوەی ئەو منداڵانەی حەزدەکەن بەشداری بکەن بتوانن بەشێوەیەکی بێمەترسی و کاریگەر ئەو کارە بکەن.

7.7 دڵنیا بن کە پاڵپشتیی گونجاو دابین دەکرێت: ئێمە تەنیا کاتێک ئەم کارە دەکەین کە دڵنیا بین پشتگیریی گونجاو و بەردەست هەیە، بە جۆرێک بتوانێت وەڵامی پێداویستیەکانی کەسی ڕزگاربوو بداتەوە. ئەمەش هاوکاریی پزیشکی، دەروونی-کۆمەڵایەتی، پاراستن و یاسایی دەگرێتەوە. ئێمە لەگەڵ کەسی ڕزگاربوو باسی ئەم بژاردانە دەکەین و هەوڵ دەدەین بە شێوەیەکی بێمەترسی ڕەوانەی لای لایەنی گونجاوی بکەین ئەگەر خۆی بیەوێت. ئەگەر ئەم پێداویستیانە توند بن، ئێمە دەستگەیشتن و ڕەوانەکرن دەخەینە پێش کارەکەی خۆمان. ئێمە پلانێکی ڕوون دادەنێین بۆ دەستگەیشتنی بەپەلە بە هاوکاری، بۆ ئەوەی بەردەست بێت پێش چاوپێکەوتن، لەکاتی چاوپێکەوتن یان دوای چاوپێکەوتن لەگەڵ ڕزگاربوو.

7.8 دانانی ڕێکارەکانی نهێنیپارێزی: ئێمە پرۆتۆکۆڵ و ڕێکاری نهێنیپارێزی دادەنێین بۆ پاراستنی زانیاری و نهێنی و سەلامەتی ڕزگاربووەکە، لەوانەش گرنگیدانی تایبەت بە دڵنیابوون لە ئاسایشی هەر پەیوەندییەکی دیجیتاڵی، بەڕێوەبردن و هەڵگرتنی داتا.

7.9 بەردەوامی و چونیەکی: ئێمە هەوڵدەدەین دڵنیابین لەوەی هەمان کەس لەگەڵ ڕزگاربوو پەیوەندی دەکات، بۆ پاراستنی ئاستی متمانە و ئاسوودەیی، و کەمکردنەوەی ئەو مەترسیانەی کە ڕەنگە لە ئاکامی گۆڕینی کارمەندەکاندا دروست ببن. ئێمە سەبارەت بە هەر داواکاریەکی ڕزگاربوو بۆ گۆڕینی کارمەندێک یان بەرپرسی پەیوەندی، لەگەڵ ڕزگاربوو قسە دەکەین و ڕێز لە داواکاریەکەی دەگرین.

7.10 بەڕێوەبردنی مەترسیەکانی زەبری دەروونی ناڕاستەوخۆ: ئێمە دڵنیایی دەکەین لەوە کە ڕێوشوێنی گونجاو دادەنرێت بۆ کەمکردنەوەی کاریگەرییە زیانبەخشەکانی ئەم کارە لەسەر خۆمان و تیمەکەمان و ئەو کەسانەی تر کە بەر کاریگەریی ئەم کارە دەکەون. ئێمە دڵنیایی دەکەین کارمەندەکان ڕاهێنانی بنەڕەتی وەردەگرن لەسەر نیشانە و هێماکانی زەبری دەروونی، زەبری دەروونی ناڕاستەوخۆ، ماندویەتی و پرووکان بەهۆی هاوسۆزی، و دڵنیایی دەکەین کە پرۆتۆکۆڵەکانی پشتگیری دامەزراوەیی و تیم و شێوازەکانی کارکردنی سەلامەت جێبەجێ دەکرێن. ئێمە هەندێک ڕێوشوێن دادەنێین بۆ بەڕێوەبردنی ئەم مەترسیانە لەو کاتانەی کە خەڵک لە دەرەوەی تیمێک یان کەشی ئۆفیس کاردەکەن، لەوانەش کارکردن لە دوورەوە.

بنەماکانی جێبەجێکردن *ئەم بنەمایانە پێویستە لەگەڵ دەستپێکردنی کۆکردنەوەی زانیاریدا جێبەجێ بکرێن. بەڵام دەبێت لەگەڵ هەموو بنەماکانی تردا لەبەرچاوبگیرێن.*

بنەمای 8. لە سەرچاوەکانی تر زانیاری وەربگرن

8.1 بەدوای ئەو زانیاریانەی توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی بگەڕێن کە لە ڕزگاربووان وەرنەگیراوە یان دەربارەی ڕزگاربووان نییە: ئێمە دەزانین کە زانیاری بەسوود سەبارەت بە توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆک هەمیشە لای ڕزگاربوو نییە یان دەربارەی ڕزگاربوو نییە. ئێمە هەوڵ دەدەین ئەم جۆرە زانیاریانە لەسەر توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی لە سەرچاوەی فراوانترەوە کۆبکەینەوە و بەکاریان بهێنین (بۆ نموونە ئامار، ڕاپۆرتی پسپۆڕان یان شیکاریی، و زانیاری لەسەر پێشێلکاران) چونکە ئەم زانیاریانە دەتوانن مەترسی کەمتر بۆ ڕزگاربووان دروست بکەن و پشتبەستنی زۆر بە زانیارییەکانی ڕزگاربووان کەم بکەنەوە.

8.2 زانیاری نوێنەری سەرچاوە: ئێمە دەزانین ئەوەی ڕاستیەی کە ئێمە کێین، بەدوای چیدا دەگەڕێین و چۆن و لە کوێدا دەگەڕێین، دەتوانێت هەندێک لایەنداریی زیانبەخش و خاڵی کوێر لەو زانیاریانەدا دروست بکات کە دەیاندۆزینەوە. هەروەها ئێمە دەزانین ڕەنگە سنووردداربوونی دەستگەیشتن بە زانیارییەکان ببێتە هۆی هەندێک لایەنداریی هاوشێوەی ئەمانە، بۆ نموونە لە ڕێگەی سانسۆر، نایەکسانی، پەراوێزخستنی کۆمەڵایەتی، نائارامی و فاکتەرە تەکنیکییەکان. ئێمە هەوڵ دەدەین مەترسیەکان بگەیەنینە کەمترین ئاستی شیاو.

8.3 تێگەیشتن لە مافەکان و مەترسییەکانی ئەو زانیاریانە کە ناڕاستەوخۆ بە دەست هێنراون: ئێمە دان بەوەدا دەنێین کە کۆکردنەوە، وەرگرتن یان بەکارهێنانی زانیاریی ناڕاستەوخۆی ڕزگاربووان یان دەربارەی ئەوان لەلایەنی نهێنیپارێزی، یاسایی و ئاسایشەوە کاریگەری هەیە، تەنانەت ئەگەر زانیارییەکان بە ئاشکرا بەردەست بن، لە ئەرشیفەکاندا هەبن یان بتوانین لە سەرچاوە ئۆنلاینەکانەوە وەریان بگرین (چ حکوومی یان ناحکوومی). ئێمە تێدەگەین و دەزانین کە ئەم کۆدە کۆکردنەوە و بەکارهێنانی ئەو جۆرە زانیاریانەش دەگرێتەوە.

8.4 لە خواستی ڕزگاربوو دڵنیا بین: ئێمە هەوڵ دەدەین ئەو زانیاریانەی توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی کە ناڕاستەوخۆ بە دەست هێنراون پشتڕاست بکەینەوە (لەوانە وێنە و ڤیدیۆی ڕزگاربووان)، بۆ نموونە، زانیارییەکان لە کوێ، کەی و چۆن بە دەست هێنراون و چۆن و چ ڕەزامەندییەک لە ڕزگاربووان وەرگیراوە لەسەر بەکارهێنانیان، هەروەها مەبەست یان خواستی سەرەتایی ڕزگاربوو بۆ بەکارهێنانی دواتری زانیاریەکان چی بووە، ئەگەر ڕزگاربوو مەبەست یان خواستی خۆی لەمبارەوە دەربڕیوە. ئەگەر ئێمە نەتوانین ڕەزامەندی یان خواستی ڕزگاربووەکە سەبارەت بە بەکارهێنانی زانیاریەکانی بۆ مەبەستەکانی خۆمان پشتڕاست بکەینەوە، ئەوا ئەو زانیاریانە بەکارناهێنین یان نادەین بە لایەنی تر، مەگەر بتوانین بە شێوەیەکی گونجاو مەترسی و زیانەکانی پەیوەست بەم کارە کەم بکەینەوە.

8.5 متمانە بە خزمەتە مرۆییەکان لاواز مەکەن: ئێمە دەزانین لە پرۆسەی پشتگیریکردن و چاودێریکردنی ڕزگاربوواندا نهێنیپاراستن و متمانە زۆر گرنگن و داوا ناکەین لە خزمەتەکانی پاڵپشتی یان فشار ناخەینە سەریان بۆ ئەوەی ئەو زانیاریانەمان پێ بدەن کە کەسی ڕزگاربوو ڕەزامەندی لەسەر هاوبەشکردنی نەداوە.

بنەمای 9. کات تەرخان بکەن، کەشی گونجاو دروست بکەن

9.1 ئامادە بن: ئێمە دەزانین کە کارکردن لەگەڵ ڕزگاربوویەک پێویستی بەوەیە کە ئامادە بین بۆ گوێگرتن بە سەرنجێکی ورد و عەقڵێکی کراوە بەبێ گریمانە و پێشداوەری/حوکمدان؛ بەبێ ئەوەی کاردانەوەکانی خۆمان کاریگەری لەسەر دانوستانمان هەبێت؛ و دەبێت ئامادە بین متمانە دروست بکەین و کۆنترۆڵی شێوازی گێڕانەوەی چیرۆکەکە بدەینە دەستی ڕزگاربووەکە. ئەگەر ئێمە لەلایەنی دەروونیەوە ئامادە نەبین، لەو کاتەدا کارەکە ئەنجام نادەین.

9.2 فشاری کات کەم بکەنەوە: ئێمە هەوڵدەدەین فشارەکانی کات لاببەین بۆ ئەوەی زەمینەی بڕیاردانی خۆبەخشانە و ئاگادارانە فەراهەم بکەین، و توانای ئەوە بدەین بە ڕزگاربووان زانیارییەکانیان بەو شێواز و خێراییەی دەیانەوێت هاوبەش بکەن. ئێمە دەزانین گفتوگۆی درێژخایەن، بەهەمان شێوەی گفتوگۆی بەپەلە، دەتوانێت جۆرێک لە فشار دروست بکات و ببێتە هۆی نائارامی بۆ ڕزگاربووان، بەتایبەت بۆ منداڵان. ئەگەر هەر سنوورێکی کاتی دیاریکراو هەیە کە پێویستە ڕزگاربوو لێی تێ بگات بۆ ئەوەی مافەکانی بەکاربهێنێت، ئەوا لەگەڵ ڕزگاربووەکە باسی دەکەین.

9.3 ژینگەیەکی پاڵپشت دروست بکە: ئێمە ژینگەیەکی پاڵپشت و سەلامەت لە ڕووی جەستەیی و دەروونییەوە دروست دەکەین، بۆ هەر گفتوگۆ و دانوستانێکی ڕووبەڕوو و لەدوورەوە، کە دەسگەیشتن ئاسان بکات و هەستیاریی ڕەگەزی، تەمەن، کەمئەندامی، کۆمەڵایەتی، کولتووری و بارودۆخ لە بەرچاو بگرێت. ئەمە بنەمایەکی گرنگە بۆ دروستکردنی متمانە، گێڕانەوەی بەسەرهاتەکان و بڕیاردان لەلایەن ڕزگاربووانەوە.

9.4 لە پاراستنی تایبەتمەندی دڵنیا بین: بە ڕاوێژ لەگەڵ ڕزگاربووەکە، ئێمە شوێنێکی تایبەت، نهێنی، بەردەست و سەلامەت فەراهەم دەکەین بۆ ئەنجامدانی چاوپێکەوتن بەشێوەی ڕووبەڕوو یان لە دوورەوە، هەروەها مەترسیی چاودێریکران (لەوانەش لە کاتەکانی هاتنەنێو شوێنەکە یان بەجێهێشتنی)، و گوێلێگیران یان پچڕان دەگەیەنینە کەمترین ئاستی شیاو. ئێمە پابەندین بەوەی کە پاراستنی نهێنیەکانی ڕزگاربوو هەموو پەیوەندییەکان دەگرێتەوە، لەوانە پێش و پاش هەر کۆبوونەوەیەک.

9.5 کێ لە چاوپێکەوتنەکە ئامادە دەبێت: ئێمە هەوڵ دەدەین ژمارەی ئەو کەسانەی لە چاوپێکەوتنەکە ئامادە دەبن بگەیەنینە کەمترین ئاستی شیاو. ئێمە پێشوەختە لەگەڵ ڕزگاربوو قسەدەکەین لەبارەی ئەوەی حەز دەکات کێ ئامادە بێت و کێ لە تیمەکەمان ڕەنگە بەشداری بکات (و زانیاری پێ دەدەین بۆ نموونە لەبارەی ڕۆڵ، جێندەر، تەمەن و وابەستەییەکان). ئەگەر ئێمە نەتوانین پابەند بین بە بڕیار و خواستی ڕزگاربوو، لەوانە بۆ ئامادەبوونی کەسێکی پشتیوان، سەرپەرشت یان نوێنەری یاسایی، هۆکارەکانی لەگەڵ باس دەکەین و ئەگەر نەیەوێت بەردەوام بێت، ڕێز لە بڕیارەکەی دەگرین.

9.6 ئەولەویەت بدن بە سەلامەتی و چۆنایەتی نەک چەندایەتی: ئێمە کوالیتی، سەلامەتی یان خۆشگوزەرانیی ڕزگاربوو ناخەینە مەترسیەوە بەهۆی فشار بۆ ئەنجامدانی چەند دیمانەیەک.

9.7 لە ئاشکراکردنی درەنگ و بەشبەش تێبگەن: ئێمە دەزانین و پابەندین بەو ڕاستیە، کە توانا و بڕیاری ڕزگاربوو بۆ هاوبەشکردنی زانیاری پێویستی بە متمانە و کات و سارێژبوونەوە هەیە، هەر لەبەرئەوە، ڕەنگە قۆناغ بە قۆناغ، بە تێپەڕبوونی کات و لە ڕێگەی دانوستانی جیاوازەوە ڕووبدات. ئێمە دەزانین و تێدەگەین کە ڕەنگە ناتەبایی لە نێوان گێڕانەوەکان بە شێوەیەکی سروشتی ڕوو بدات بەهۆی زەبری دەروونی، یادەوەری، لەکەدارکردن، ترس، فشار، کولتوور، ئەو پرسیارانەی کە دەکرێن، لێکدانەوە و تێگەیشتنی گوێگر لەو شتانەی دەگوترێن. ئێمە لەسەر بنەمای ئەو جۆرە ناتەباییانەی کە بە شێوەیەکی سروشتی ڕوودەدەن، هیچ گریمانەیەک لەبارەی ڕاستبوونی وتەکان ناکەین.

بنەمای 10. دڵنیابوون لە مامەڵەی ڕێزدار و سەلامەت

10.1 هەڵسەنگاندن بکە و وریابە: لە سەرەتای هەر چاوپێکەوتنێک، ئێمە دووبارە هەڵسەنگاندن دەکەین بۆ نیگەرانییەکانی سەلامەتی، نهێنیپارێزی، پێداویستییەکان و سەلامەتیی ڕزگاربوو، و بوونی هەر بۆشاییەک کە لە پەیوەندییەکانماندا، و هەر فشارێک لەسەر ڕزگاربوو بۆ بەردەوامبوون. ئێمە بە درێژایی چاوپێکەوتنەکە چاودێریی ئەم پرسانە دەکەین. ئێمە تەنها کاتێک چاوپێکەوتنەکە ئەنجام دەدەین کە بتوانین بەتەواوی لە ڕزگاربوو تێبگەین و ئەو بەتەواوی لێمان تێبگات. بەشێک لەمە بریتییە لە دڵنیابوون لەوەی هەر وەرگێڕێک کە بەکاری دەهێنین شارەزایی کارکردنی بە زمانی ڕزگاربوو و بە زمانی ئێمە هەبێت.

10.2 سەبارەت بە زەبری دەروونیی هەستیار بن: ئێمە دەتوانین نیشانەکانی زەبری دەروونی و شڵەژان بناسینەوە و چاودێرییان بکەین، و بزانین کەی و چۆن ئەگەری کاریگەرییە دەروونییەکانی هەر گفتوگۆ و دانوستانێک کەم بکەینەوە و وەڵامیان بدەینەوە. ئێمە تێدەگەین زەبری دەروونی دەتوانێت کاریگەری لەسەر ڕێکوپێکی و خێرایی بیرهاتنەوە و باسکردنی ڕووداوەکان هەبێت.

10.3 ڕێز لە فەزای تاکەکەسی بگرن: ئێمە هەوڵ دەدەین دەستوەردان لە فەزای فیزیکیی ڕزگاربوودا نەکەین.

10.4 پرۆسەیەکی سەلامەت بۆ چاوپێکەوتن دروست بکەن: ئێمە دڵنیایی دەکەین لەوەی چاوپێکەوتنەکەمان پرۆسە و چوارچێوەیەکی سەلامەت و هەستیاریان هەیە. دڵنیایی دەکەین کە هەر پرسیارێکی توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی لە چوارچێوەی پرۆسەیەکی چاوپێکەوتنی فراوانتردا بەشێوەیەکی بێمەترسی دەکرێت. ئێمە کاتی کۆتاییهێنان بە چاوپێکەوتن بە شێوەیەکی سەلامەت و وریایانە دیاری دەکەین، و سوپاسی ڕزگاربووەکە دەکەین بۆ کات و بوێریی ئەو لە گێڕانەوەی بەسەرهاتەکانیدا. ئێمە

لەگەڵ ڕزگاربووەکە باس لەوە دەکەین کە دوای چاوپێکەوتنەکە چاوەڕوانی چ شتێک دەکرێت، چ پشتگیریەک بەردەستە و زانیارییەکانی بەدواداچوونی پێ دەدەین.

10.5 کۆنترۆڵی چۆنیەتی گێڕانەوەی چیرۆکەکە بدەنە دەستی خودی ڕزگاربووەکە: ئێمە ڕێز دەگرین لە گرنگی ئەوەی کە ڕزگاربوو خۆی چۆنیەتیی گێڕانەوەی بەسەرهاتەکانی کۆنترۆڵ بکات. ئێمە دەرفەت دەدەین بە ڕزگاربوو کە بە شێواز و خێرایی خۆی ڕوونی بکاتەوە چی ڕووی داوە و چالاکانە گوێی لێ دەگرین. خێرایی و تۆنی پرسیارەکانمان کۆنترۆڵ دەکەین. پەلە لە ڕزگاربووان ناکەین چونکە ئەمە دەبێتە هۆی زیاتربوونی مەترسیی زیان گەیاندن و دووبارەبوونەوەی زەبری دەروونی و جێباوەڕنەبوون و نادروستیی زانیارییە کۆکراوەکان.

10.6 پرسیاری کراوە لە ڕزگاربوو بکەن: ئێمە (وەک چاوپێکەوتنکار و وەرگێڕ) پرسیاری کراوە بە کاردەهێنین. ئێمە ئاگادارین لە ئەگەری کاریگەرییە زیانبەخشەکانی پرسیارە داخراوەکان لەسەر ڕزگاربووەکە و لەسەر دروستی و وردەکاریی ئەو زانیاریانەی کە بەو شێوەیە کۆدەکرێنەوە. ئێمە تەنها لە هەندێک بارودۆخی ئاوارتەدا ئەم جۆرە پرسیارانە بەکاردەهێنین.

10.7 توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی لە پاڵ بارودۆخ و ڕووداوەکانی تردا لە بەرچاو بگرن: ئێمە تێدەگەین و دەزانین کە توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی دابراو لە پێشێلکاری و زیانەکانی تر ڕوونادات. هەروەها ئێمە ئاگادار دەبین و ڕێز دەگرین لە بڕیاری ڕزگاربوو ئەگەر بیەوێت قسەبکات سەبارەت بە پێشێلکاری یان زیانەکانی تر کە لەوانەیە بەسەری هاتبێت یان شایەتحاڵی بووبێت.

10.8 ئەگەر پێویست نیە، پرسیار مەکە: ئێمە پرسیار یان بەدواداچوون ناکەین بۆ وردەکاریی ئاشکرا، هەستیار یان وێنەیی توندوتیژیی سێکسی، پێویستمان پێی نەبێت بۆ مەبەستەکەمان. ئەگەر پێویستمان بەم جۆرە زانیارییە هەبێت، هۆکارەکەی بۆ ڕزگاربووەکە ڕوون دەکەینەوە و ئەگەر بیەوێت وەڵام بداتەوە یان نەداتەوە، ڕێز لە بڕیارەکەی دەگرین. هەروەها ئێمە لە کاتی نیشاندان یان ڕاپۆرتدانی بەسەرهاتی ڕزگاربوودا، تیشک ناخەینە سەر ئەم جۆرە وردەکاریانە و زەقیان ناکەینەوە.

واتا و پێناسەی ئەو چەمکە سەرەکییانەی کە لەم کۆدەدا بەکارهێنراون

[1] ***«ڕزگاربووان» و/یان «قوربانیان»:*** کۆدەکە وشەی "ڕزگاربوو" بەکاردەهێنێت لەبەرئەوەی زۆرجار وەک وشەیەکی هێزبەخش هەژمار دەکرێت. زاراوەی «قوربانیان» و «ڕزگاربووان» دەتوانن لە زمان و شوێنی جیاوازدا مانای جیاوازیان هەبێت و ئەو کەسانەی تووشی توندوتیژی هاتوون، لەوانەیە زاراوەیەکیان لەوی تر پێ باشتر بێت، یان هیچیان پێ باش نەبێت. ئەوەی کە ڕزگاربووان چ ناسنامەیەک هەڵدەبژێرن، دەبێت لەلایەن کەسانی دەوروبەریانەوە ڕێزی لێ بگیرێت. هەروەها گرنگە دان بەوەدا بنێین هەندێک لە قوربانییەکان لە توندوتیژییەکان ڕزگاریان نابێت. کۆدەکە جەخت لە کارکردن لەگەڵ ڕزگاربووان دەکاتەوە، بەڵام لایەنەکانی کۆدەکە پاراستنی نهێنییەکان و مافی ئەو قوربانیانەش کە ڕزگاریان نەبووە دەگرێتەوە.

[2] **توندوتیژیی سێکسیی سیستماتیک و پەیوەندیدار بە ناکۆکی (*SCRSV*):** ئەمە پێناسەیەکی فراوانە. توندوتیژیی سێکسیی سیستیماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکی پێک دێت لە لاقەکردن، کۆیلایەتی سێکسی، لەشفرۆشیی زۆرەملێ، دووگیانیی زۆرەملێ، لەباربردنی زۆرەملێ، نەزۆککردنی زۆرەملێ، هاوسەرگیریی زۆرەملێ، بازرگانیکردن بە مرۆڤ بە مەبەستی توندوتیژی و/یان کەڵکلێوەرگرتن (ئیستغلال)ی سێکسی، و هەر جۆرێکی تری توندوتیژیی سێکسییی هاوشێوە، کە دژی هەر کەسێک ئەنجام دەدرێت و ڕاستەوخۆ یان ناڕاستەوخۆ پەیوەندی بە ناکۆکیی چەکدارییەوە هەیە. ئەم دەستەواژەیە ئەنجامدانی ئەم کردەوانە لە قۆناغەکانی ئاشتی یان گواستنەوە دەگرێتەوە، ئەگەر بەشێک بن لە توندوتیژیی سیستماتیک، سەرکوتگەرانە، ڕێکخراو، یان سیاسی، هەروەها کاتێک ئەم جۆرە توندوتیژیانە بۆ تۆقاندن یان لەناوبردنی کۆمەڵگەکان بەکاربهێنرێن. هەندێک لە کردەوەکانی توندوتیژیی سێکسیی سیستیماتیک و پەیوەندار بە ناکۆکیی سەرەڕای تاوانەکانی تری توندوتیژی، ئەو توندوتیژییە سێکسییانە لە خۆ دەگرێت کە هاوتان لەگەڵ تاوانە نێودەوڵەتییەکانی جینۆساید، تاوانەکان دژی مرۆڤایەتی یان تاوانەکانی جەنگ .

[3] وەک لە ڕێککەوتننامەی نەتەوە یەکگرتووەکان بۆ مافەکانی منداڵ (1989) پێناسە کراوە.

[4] ***جێندەر:*** لەم کۆدەدا، "جێندەر" ئاماژەیە بۆ پێناسەی جێندەر لە مادەی 7(3)ی "یاسای ڕۆما بۆ دادگای تاوانە نێودەوڵەتییەکان": دوو ڕەگەزەکە، نێر و مێ، لە دۆخی کۆمەڵگادا. ئەم پێناسەیە دان دەنێت بە بونیاتنانی کۆمەڵایەتییانەی جێندەر هەروەها ئەو ڕۆڵ و هەڵسوکەوت و چالاکی و تایبەتمەندییانەی جێندەر کە بۆ ژنان و پیاوان و کچان و کوران دیاری دەکرێن. پێناسەی زیانبەخشانەی جێندەر، بە شێوەیەکی ناهاوسەنگ کاریگەری لەسەر ژنان و کچان هەیە. بەڵام، پێناسەی زیانبەخشانەی ڕەگەز کاریگەری لەسەر ئەو کەسانەش دەبێت کە تەبا نین لەگەڵ دابەشکردنی دوانەیی و جێندەریی، ئەو کەسانەی خاوەن مەیلی سێکسیی، ناسنامەی جێندەریی، دەربڕینی جێندەریی، تایبەتمەندیی ڕەگەزیی جیاوازن، هەروەها کاریگەی دەبێت لەسەر پیاوان و کورانیش.

[5] لە کاتێکدا کورتکراوەی LGBTQI+ (هاوڕەگەزخواز، جووتڕەگەزخواز، و نێوانڕەگەز و ڕەگەزگۆڕاو، ڕەگەزتێکەڵ، و کەسانی دیکە کە ناسنامەی جێندەریی یان مەیلی ڕەگەزیی ناستانداردیان هەیە) کۆمەڵێکی زۆر تاکەکەس لە خۆ دەگرێت، بەڵام ئەمە کۆی لیستەکە نییە، هەروەها کورتکراوەیەکی ستانداردی جیهانی گشتگیریش نییە.

[6] مرۆڤەکان ئاڵۆز و دینامیکین و چەندین تایبەتمەندی و سیفەت یان ناسنامەی هەمەجۆر و یەکتربڕیان هەیە. زۆرجار ڕووبەڕووی زیاتر لە جۆرێک لە جیاکاری دەبنەوە، دەکەونە بەر کاریگەریی هەندێک بارودۆخی وەک ناکۆکیی، ئاوارەبوون، هەژاریی، پەتا و نەخۆشی، و لە ئەنجامدا یان بەشێوەیەکی تر ڕووبەڕووی مەترسی ئاسایشی، تەندروستی، یاسایی و مەترسییەکانی تر دەبنەوە. تێگەیشتن لەم هۆکارانە دەتوانێت یارمەتیدەرمان بێت بۆ ئەوەی باشتر تێبگەین لە ڕزگاربووەکە، ئەو پێشێلکاریانەی کە تووشی هاتووە، ئەو مەترسی و ئاڵنگاری و بەربەستانەی کە ڕووبەڕوویان دەبێتەوە، ماف و خواستەکانی و پێداویستییەکانی پشتیوانیکردنی، هەروەها یارمەتیمان دەدات کە پلان و ڕێبازەکانمان بە شێوەیەکی دروست بگونجێنین.

ئەو جۆرە ***__تایبەتمەندی و سیفەت و ناسنامانە__*** و ***__جۆرەکانی جیاکاریی__*** پەیوەندیدار بە ئەوان کە ڕزگاربووان ڕەنگە ڕووبەڕووی ببنەوە بریتین لە: تەمەن (لەوانەش ئاستی پێگەیشتن، ئەو توانایانەی کە لە پەرەسەندندان)؛ سێکس و جێندەر (لەوانە ناسنامە و دەربڕینی جێندەریی (بۆ نموونە ترانسجێندەر، نادوانە و ناتەبا)، ئاراستەی سێکسیی، تایبەتمەندیی سێکسی (لەوانەش نێوانڕەگەز))؛ نەژاد؛ ئایین؛ بنەچەی نەتەوەیی؛ بنەچەی کۆمەڵایەتی؛ ئەتنیک (لەوانەش گروپە ڕەسەنەکان، کولتوور و نەریتەکان)؛ کەمئەندامیی؛ دۆخ یان ڕەوشی خێزانی؛ دۆخی لەدایکبوون؛ چینی کۆمەڵایەتی-ئابووری، کاست یان پێگە؛ دۆخ یان ڕەوشی تەندروستی؛ هاووڵاتیبوون؛ دۆخی پەنابەری، کۆچبەری یان دۆخی نیشتەجێبوونی تر؛ پەروەردە و خوێندەواری؛ دۆخی یاسایی؛ و بیروباوەڕ، بۆچوون یان وابەستەیی سیاسیی. ئەمە لیستێکی گشتگیر و تەواو نیە. زۆرجار ڕزگاربووان ڕووبەڕووی تێکەڵێک لە چەندین جۆری جیاوازی جیاکاری دەبنەوە. کاتێک کە چەندین جۆری جیاکاری و نایەکسانی کەڵەکە دەبن، بە ***«فاکتەرە یەکتربڕەکان»*** ناودەبرێن.

[7] ***__خۆگونجاندنی ژیرانە__*** واتە «گۆڕانکاری و گونجاندن بەپێی پێویست و لە ئاستێکی شیاودا بە جۆرێک کە بارگرانییەکی ناهاوسەنگ یان ناپێویست ناسەپێنێت، لەو شوێنانەی کە لە کەیسێکی دیاریکراودا پێویستە بکرێت، بۆ دڵنیاکردنەوەی کەسانی خاوەن کەمئەندامی لەوەی کە بەهەمان ئەندازەی کەسانی تر لە هەموو مافەکانی مرۆڤ و ئازادییە بنەڕەتییەکان سوودمەند دەبن (مادەی 2ی ڕێککەوتننامەی مافی کەسانی خاوەن کەمئەندامی (2006).

[8] ***__چوار بنەمای ڕێنیشاندەر__*** وەک لە ڕێککەوتننامەی نەتەوە یەکگرتووەکان بۆ مافەکانی منداڵ لە ساڵی 1989 پێناسە کراوە.

- **جیاکاری نەکردن (مادەی 2):** «دڵنیایی دەکەین لەوەی لە ماوەی کارەکانماندا، بەرامبەر بە منداڵان هیچ جۆرە جیاکارییەک ناکەین. ئێمە لەگەڵ منداڵان کاردەکەین بەبێ گوێدانە دایک و باوک یان سەرپەرشتیار، ڕەگەز، ڕەنگ، سێکس، زمان، ئایین، بۆچوونی سیاسی یان بۆچوونی دیکە، ڕەچەڵەکی نەتەوەیی، ئەتنیکی یان کۆمەڵایەتی، هەژاری، کەمئەندامی، پێگەی لەدایکبوون یان پێگەی دیکە.»
- **باشترین بەرژەوەندییەکانی منداڵەکە** (مادەی 3): «ئێمە دڵنیایی دەکەین لەوەی کە بەرژەوەندیی منداڵەکە ئەولەویەتی یەکەم دەبێت لە هەموو ئەو کار و بڕیارانەی کە کاریگەرییان لەسەر منداڵان هەیە.» ڕێبازێکی دوو-هەنگاویی پێویستە بۆ هاوسەنگکردنی بەرژەوەندیی منداڵ لەگەڵ ئەو بابەتانەی تر کە دەبێت ڕەچاو بکرێن.
- **مافی ژیان و مانەوە و گەشەکردن** (مادەی 6): «ئێمە دڵنیایی دەکەین لەوەی کە پەیوەندیمان لەگەڵ منداڵان ڕێگری لە مافی منداڵ ناکات بۆ گەشەکردن بەشێوەیەکی گونجاو لە ڕووی جەستەیی، دەروونی، ڕۆحی، ئەخلاقی و کۆمەڵایەتییەوە.» ئێمە هەڵسەنگاندنی مەترسی بەشێوەیەکی گونجاو ئەنجام دەدەین و هەموو هەوڵێک دەدەین بۆ کەمکردنەوەی هەر مەترسییەک لەسەر ژیان، مانەوە و گەشەکردنی منداڵ، لەوانەش بە دابینکردنی وەڵام و پشتیوانیی گونجاو.»
- **مافی دەربڕینی بۆچوون و ڕەچاوکردنی** (مادەی 12): «ئێمە دان بەوەدا دەنێین منداڵێک کە توانای پێکهێنانی بۆچوونەکانی خۆی هەبێت، مافی ئەوەی هەیە لە هەموو ئەو بابەتانەی کە کاریگەرییان لەسەری هەیە، بە ئازادی ئەو بۆچوونانە دەربڕێت. ئێمە هەوڵ دەدەین تا بکرێت لە پرۆسەکە بەشدار بێت و سەنگی پێویست دەدەین بە بۆچوونەکانی منداڵەکە بەگوێرەی تەمەن و پێگەیشتنی. هەروەها ئێمە دان بەوەدا دەنێین مافی بەشداریکردنی منداڵ ئەوەش دەگرێتەوە کە منداڵەکە مافی ئەوەی هەیە زانیاری و ئامۆژگاریی پێ بدرێت بە شێوەیەکی گونجاو بۆ منداڵ، لەگەڵ ڕەچاوکردنی توانا پەرەسێنەکانی.