

# 10 ieteikumi

efektīvai  
saziņai par  
cilvēktiesībām

[JAUNI]

**Cilvēktiesību aizstāvība vēl nekad  
nav bijusi tik svarīga!**

**Bet kā to vislabāk izdarīt?**

**Kā varam pulcināt cilvēkus un  
pievērst viņu uzmanību šim  
jautājumam?**

1. ieteikums

Formulējiet  
mērķus



# Skaidri formulējiet, ko vēlaties sasniegt



**Kāpēc ir svarīgi formulēt mērķus?**

- Skaidri formulēti mērķi ir jūsu stratēģijas pamats.
- Mērķi nosaka auditoriju, kanālus un formātus, nevis otrādi!
- Sasniegti mērķi liecina par panākumiem.

## **Kā?**

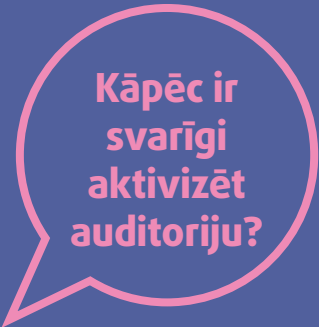
- Izvirziet reāli sasniedzamus mērķus – apsveriet savus resursus un termiņus.
- Nosakiet galvenos darbības rādītājus un vērtības panākumu novērtēšanai.
- Dariet mērķus zināmus iekšēji, lai sekmētu vienotu izpratni.

## 2. ieteikums

# Aktivizējiet auditoriju



# Ieklausieties un izveidojiet saikni



**Kāpēc ir  
svarīgi  
aktivizēt  
auditoriju?**

- Lai saprastu, kas cilvēkus virza.
- Lai atrastu kopīgu valodu.
- Lai veidotu savstarpēju uzticību.

## **Kā?**

- Nosakiet saviem vēstījumiem skaidru mērķauditoriju.
- Ieklausieties savā auditorijā un izmantojiet fokusa grupas un analīzi.
- Sāciet ar jautājumiem un lūdziet, lai arī auditorija uzdod savējos.

### 3. ieteikums

# Paudiet kopīgas vērtības



# Atrodiet kopīgu valodu



**Kāpēc ir svarīgi paust kopīgas vērtības?**

- Vērtības ir mūsu virzītājprincipi.
- Problēmjasutājumi šķeļ, bet vērtības vieno.
- Kopīgas vērtības laika gaitā var vienot un stiprināt kopienas.

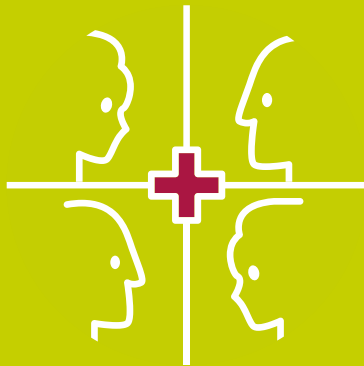
## **Kā?**

- Nosakiet savas un auditorijas vērtības.
- Identificējiet kopīgās vērtības, kas ir cilvēktiesību un vienlīdzības pamatā.
- Apelējiet pie cilvēku labākajām emocijām un vērtībām.




## 4. ieteikums

# Veidojiet koalīcijas



# Veidojiet partnerības, lai paplašinātu sasniedzamību



**Kāpēc ir svarīgi veidot koalīcijas?**

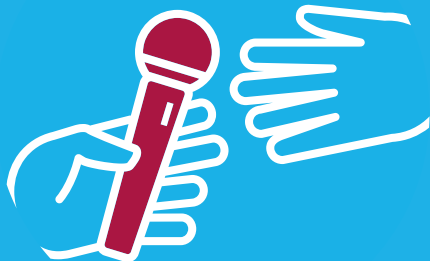
- Lai pavairotu savus vēstījumus.
- Lai sasniegtu plašāku auditoriju.
- Lai veidotu plašāku un dziļāku izpratni un empātiju.

## **Kā?**


- Atrodiet kopīgus mērķus un abpusējus ieguvumus ar jaunajiem partneriem.
- Sasaistiet tiesības ar aktuālām tēmām.
- Strādājiet ar ilgtermiņa sabiedrotajiem – saskaņojiet un pārstrādājiet sasniedzamos rezultātus.

## 5. ieteikums

# Mobilizējiet vēstnešus



# Izmantojiet uzticamas balsis, kas palīdzēs izplatīt jūsu vēsti



**Kāpēc ir svarīgi mobilizēt vēstnešus?**

- Lai pievērstu jaunu auditoriju uzmanību.
- Lai dotu cilvēkiem iespēju pastāstīt savus stāstus.
- Lai vēstījumi būtu autentiskāki.

## **Kā?**


- Mudiniet viņus izmantot savu stilu.
- Izvēlieties vēstnešus, kas atbilst galvenajai auditorijai un mērķim.
- Investējiet viņu labklājībā.

## 6. ieteikums

# Raisiet cerības



# Iedvesmojiet rīkoties, izmantojot pozitīvu vēstījumu



**Kāpēc ir svarīgi raisīt cerības?**

- Cilvēktiesības ir mūsu cerība uz labāku nākotni.
- Entuziasms un dedzība virza mūs uz priekšu.
- Dzīve var būt grūta. Parādiet gaismu tuneļa galā!

## **Kā?**

- Esiet par, nevis pret, koncentrējieties uz risinājumiem, nevis uz problēmām.
- Uzsveriet mērķi.
- Sasaistiet mazos soļus ar lielo kopainu.

## 7. ieteikums

# Veidojiet savu stāstu



# Izmantojiet reālās dzīves piemērus, lai raisītu emocijas



**Kāpēc  
ir svarīgi  
veidot savu  
stāstu?**

- Stāsti iedzīvina plašāku ideju.
- Tie palīdz mums saprast, just līdzīgi un iesaistīties.
- Emociju raisīšanai var būt ilgstoša ietekme.

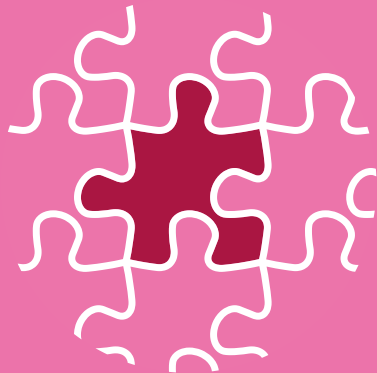
## **Kā?**

- Apsveriet, kurus cilvēkus jūsu stāsts uzrunās.
- Aprakstiet izaicinājumu, varoņus un risinājumus.
- Parādiet, kā viena cilvēka cīņa var palīdzēt citiem.



## 8. ieteikums

# Izvēlieties savu platformu



# Pielāgojiet pieeju izvēlētajam kanālam



**Kāpēc ir svarīgi izvēlēties savu platformu?**

- Svarīga ir gan būtība, gan stils.
- Ir vairāk nekā viens veids, kā kļūt pamanāmiem.
- Mēs visi cīnāmies par ierobežotu uzmanību.

## **Kā?**


- Apkopojiet datus, lai redzētu, kas darbojas vislabāk.
- Attīstiet dažādas prasmes un izstrādājiet dažādus produktus.
- Pielāgojiet rezultātu savai auditorijai.

## 9. ieteikums

# Vadiet, izmantojot valodu



# Nesarežģījiet savu vēsti un veiciniet cieņu



**Kāpēc ir svarīgi vadīt, izmantojot valodu?**

- Vārdiem ir nozīme – tie veido uztveri.
- Būt cieņpilniem un visiem pieejamiem.
- Uzsvērt mūsu kopīgo cilvēcību.

## **Kā?**


- Izmantojiet iekļaujošus, vienkāršus un pozitīvus vārdus.
- Ja neesat pārliecināti par terminiem, lūdziet padomu.
- Ieguldiet tulkošanā, tostarp “kultūras” tulkošanā.

## 10. ieteikums

# Pielāgojiet laiku



# Panākumi rodas, kad sagatavošanās satiekas ar iespējām



**Kāpēc ir svarīgi pielāgot laiku?**

- Sasaiste ar aktuāliem notikumiem palielina rezonansi.
- Zināšanas par to, kad kaut ko publicēt, ietaupa laiku un resursus.
- Savlaicīgs ieguldījums var palīdzēt veidot debates.

## **Kā?**

- Sekojiet jaunumiem un sociālajiem medijiem, lai uzzinātu par iespējām.
- Izveidojiet saturu, ko varat izmantot atkārtoti.
- Novērtējiet godīgi – jaunumi ne vienmēr ir tā vērti, lai tos paustu tālāk.

**Starptautiskās cilvēktiesību organizācijas visā Eiropā ir apvienojušas spēkus ar Eiropas Savienības Pamattiesību aģentūru, izvirzot 10 ieteikumus efektīvai saziņai par cilvēktiesībām.**

**Ja esat cilvēktiesību aizstāvis vai sniedzat informāciju par šiem jautājumiem, tad šie ir ieteikumi, kurus jūs ar savu komandu varat izmantot.**

**Kļūsim vēl prasmīgāki saziņā par cilvēktiesībām!**



TK-09-21-474-LV-N



[fra.europa.eu](https://fra.europa.eu)

 [facebook.com/fundamentalrights](https://facebook.com/fundamentalrights)

 [twitter.com/EURightsAgency](https://twitter.com/EURightsAgency)

 [linkedin.com/company/eu-fundamental-rights-agency](https://linkedin.com/company/eu-fundamental-rights-agency)

© FRA, Eiropas Savienība, Eiropas Padome, ODIHR, OHCHR, ENNHRI, Equinet, 2022

Atļauts reproducēt, norādot avotu.



Eiropas Savienības  
Publikāciju birojs