

Styrkelse af diversitets sensitivitet i uddannelsen af læger

Oplæg for Dansk Selskab for
Medicinsk Uddannelse, 29.
September 2021

Marie Nørredam & Janne Sørensen
Forskningscenter for Migration, Etnicitet og Sundhed



Program

MESU

FORSKNINGSCENTER FOR
MIGRATION, ETNICITET OG SUNDHED

1. Velkommen
2. Hvorfor fokusere på diversitet?
3. The danger of a single story
4. Hvilken rolle spiller egen identitet i kommunikation?
5. Hvordan bliver man bevidst om implicite bias og stereotyper?
6. Kend dine studerende!
7. Det 'skjulte curriculum' og undervisernes rolle
8. Hvordan kommer vi videre?

2. HVORFOR FOKUSERE PÅ DIVERSITET?

Baggrund

- Danmarks befolkning bliver mere divers bla som resultat af stigende migration
- Den danske sundhedslov, § 2. 1, Let og lige adgang til sundhedsydelser



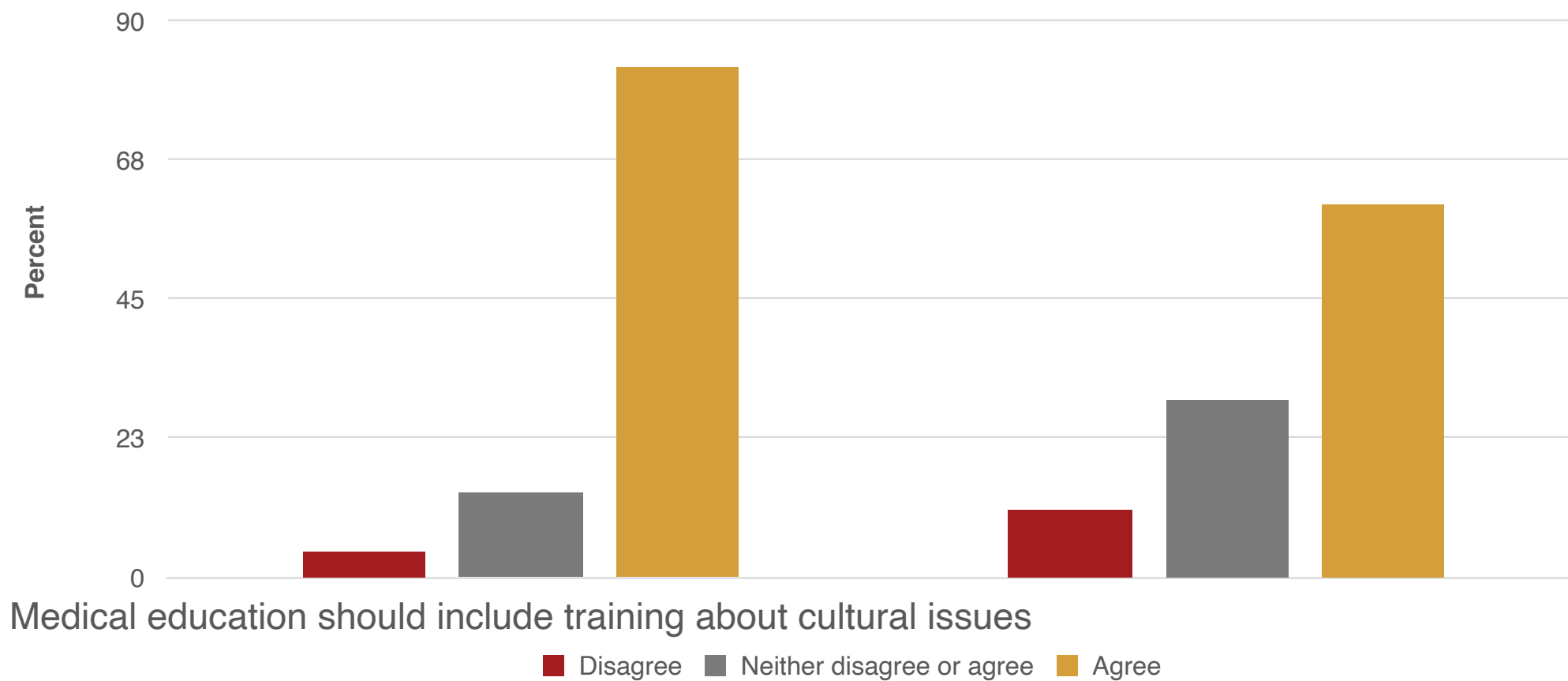
Ulighed i sundhed

- Dårligere sundhedsresultater ved psykiske og somatiske sygdomme blandt nogle migranter og etniske minoriteter sammenlignet med majoritetsbefolkningen
- Migranter og etniske minoriteter har et lavere selvrapporeret helbred
- LGBTQ+ har højere seksuelt overførte infektioner
- LGBTQ+ har større risiko for nogle kræftformer og psykiske problemer

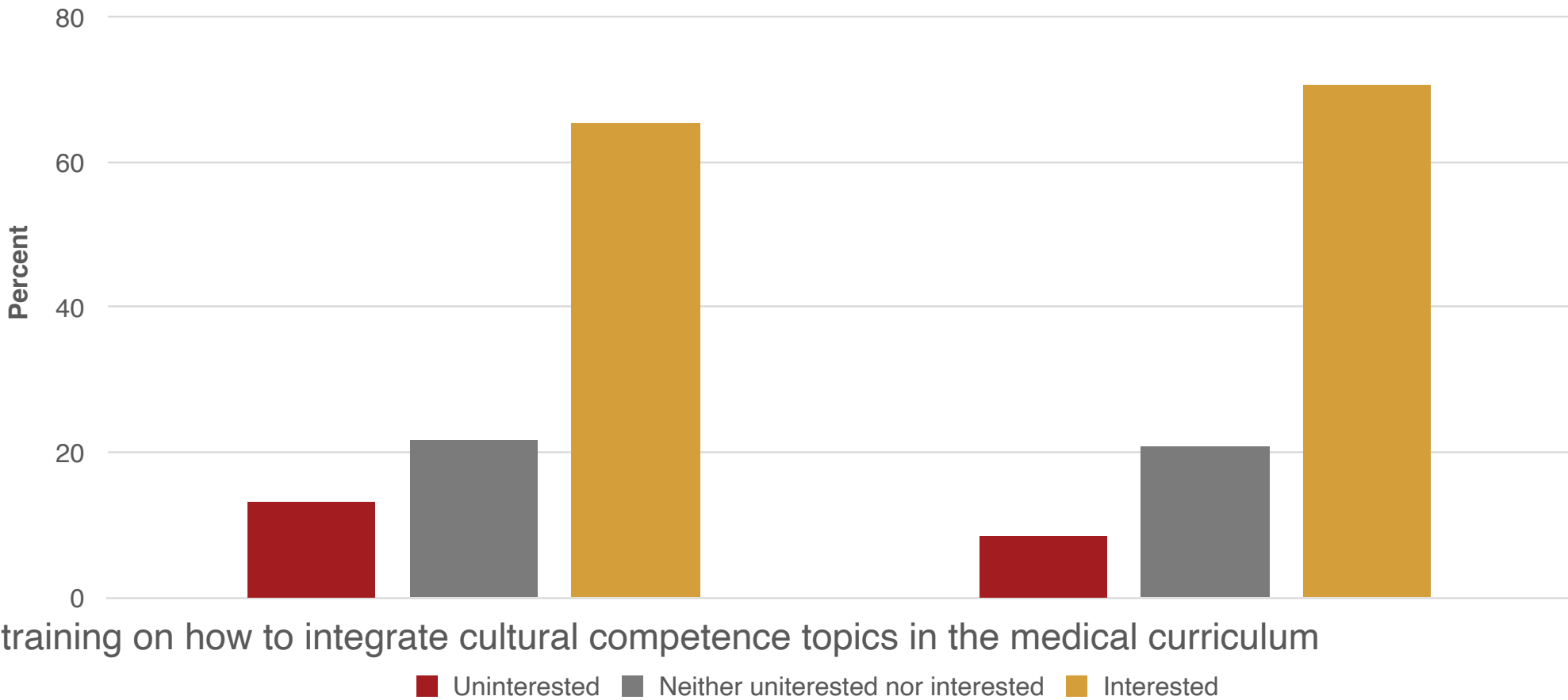
Patientsikkerhed, tilfredshed og diskrimination

- Sundhedspersonale er ofte usikre på deres evne til at yde tilstrækkelig behandling til migrant- og etniske minoriteter
- Migranter og etniske minoritetspatienter rapporterer om lavere tilfredshed i deres møde med sundhedssystemet
- Migranter og etniske minoriteter har større sandsynlighed end majoritetspatienter for at opleve en utilsigtet hændelse
- Patientklager skyldes oftest kommunikationsfejl

Holdninger til diversitets kompetencer blandt underviserne på lægeuddannelsen på KU



Interesse for, at modtage undervisning om diversitets kompetence samt at undervise en mangfoldig studentergruppe

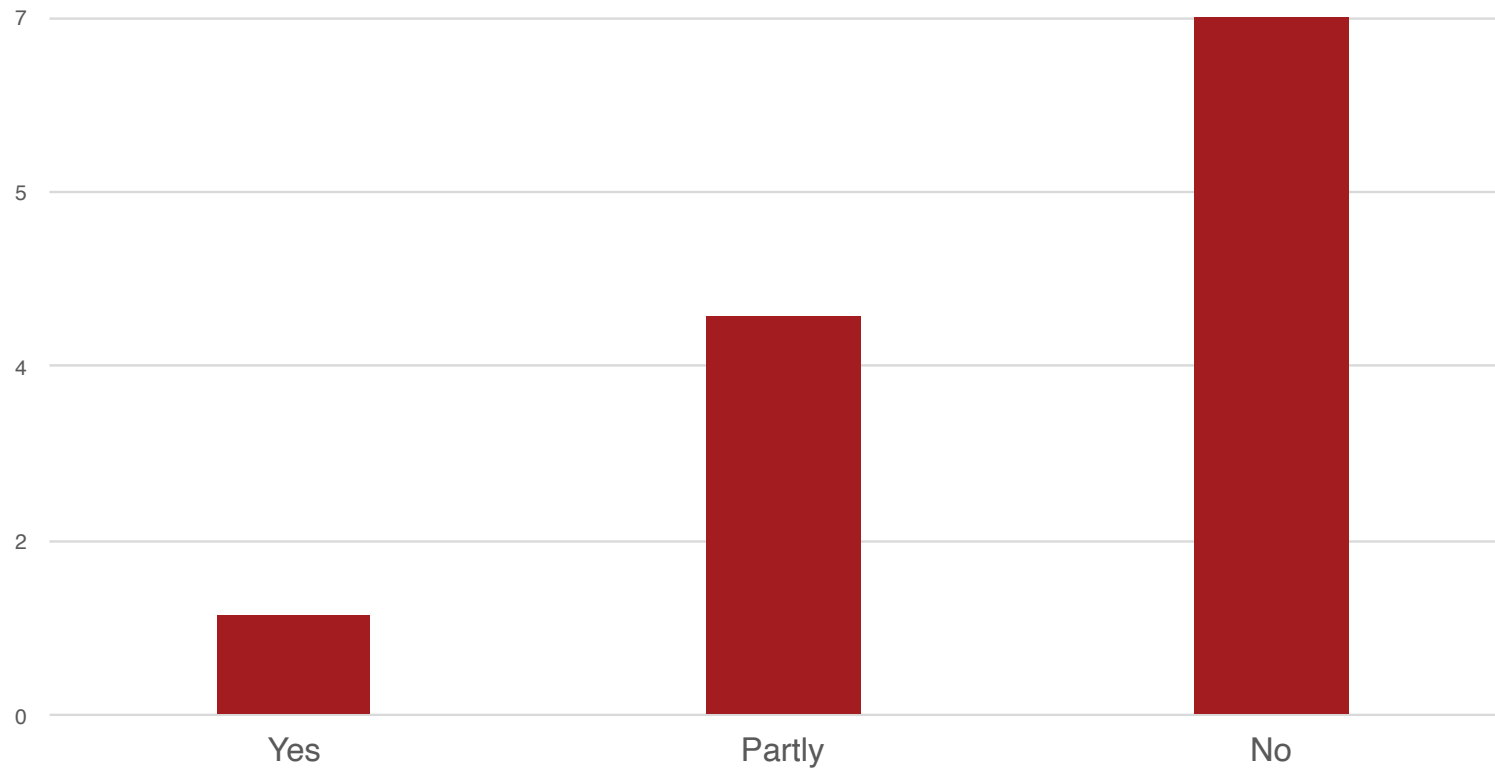


Er diversitets kompetencer inkluderet i udannelsen af læger?

The curriculum includes learning outcomes on	Yes (n)	Partly (n)	No (n)
1. knowledge about key social science concepts including "culture" and "ethnicity".	8	3	2
2. knowledge of how social and cultural factors can effect health, health related behaviors, and healthcare.	11	1	1
3. knowledge about key patient population groups to be identified for any local site.	2	6	5
4. awareness of implicit attitudes, including how one's own norms, values and biases may affect health care provision.	5	5	3
5. awareness of how culture shapes individual behaviour and thinking (including the cultures of medicine).	5	5	3
6. abilities to work effectively with an interpreter.	2	7	4
7. abilities to identify and take into account socio-cultural factors that may influence patient care.	7	5	1
8. The programme includes evaluating the students in the 7 key cultural competences mentioned above.	3	9	1

Er diversitets kompetencer inkluderet i udannelsen af læger?

Cultural competence acquired by the students in the medical education programme are adequate for future jobs in the health care service of your country



3. THE DANGER OF A SINGLE STORY

”The danger of the single story” – Chimamande Ngozi Adichie TED-Talk

https://www.ted.com/talks/chimamanda_ngozi_adichie_the_danger_of_a_single_story/transcript

"The danger of the single story" – Chimamande Ngozi Adichie TED-Talk

https://www.ted.com/talks/chimamanda_ngozi_adichie_the_danger_of_a_single_story/transcript

"The single story creates stereotypes. And the problem with stereotypes is not that they are untrue, but that they are incomplete. They make one story become the only story."

"The danger of the single story" – Chimamande Ngozi Adichie TED-Talk

https://www.ted.com/talks/chimamanda_ngozi_adichie_the_danger_of_a_single_story/transcript

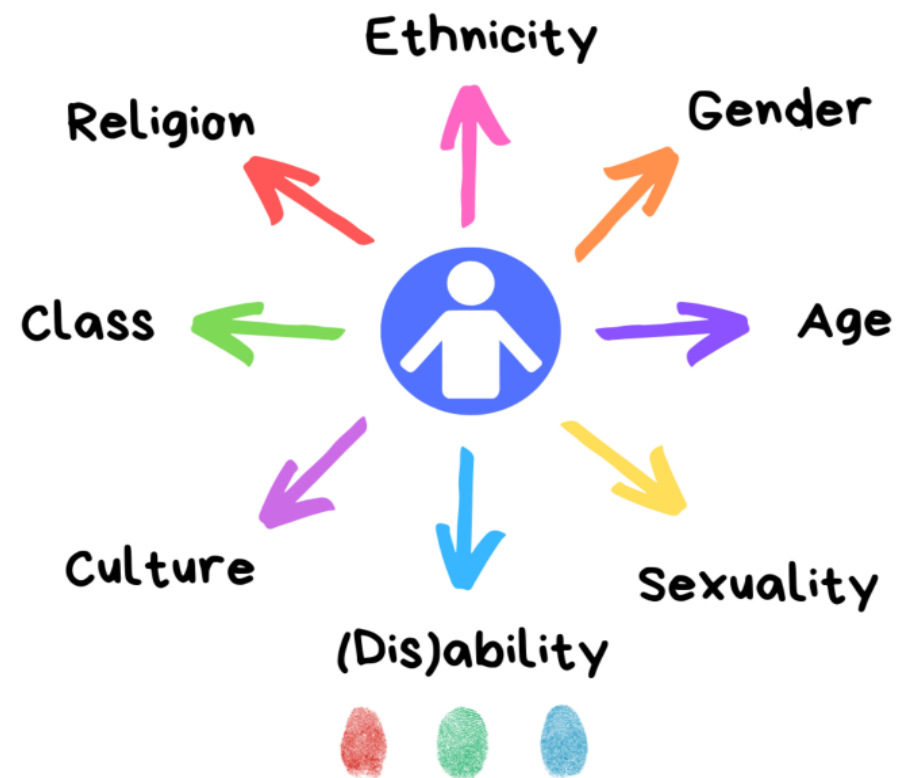
"The single story creates stereotypes. And the problem with stereotypes is not that they are untrue, but that they are incomplete. They make one story become the only story."

Chimamande Adichie

4. HVILKEN ROLLE SPILLER EGEN IDENTITET I KOMMUNIKATION?

Intersektionalitet

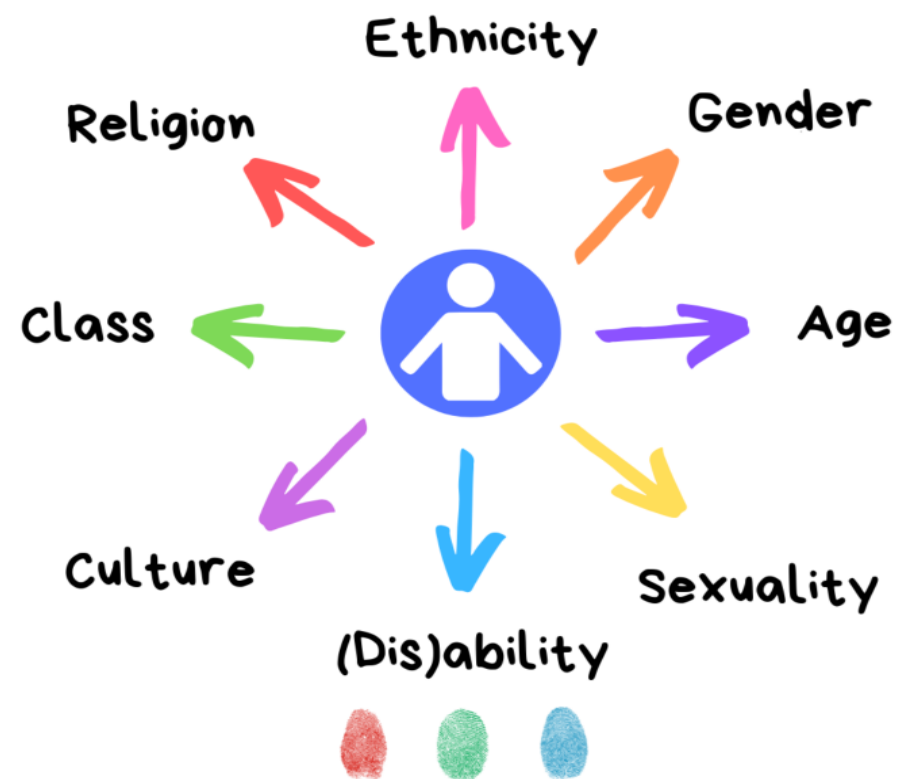
Den indbyrdes forbundne karakter af sociale kategoriseringer såsom race, klasse og køn, som de gælder for et givet individ eller en gruppe, betragtes som at skabe overlappende og indbyrdes afhængige systemer til diskrimination eller ulempe.



Intersektionalitet

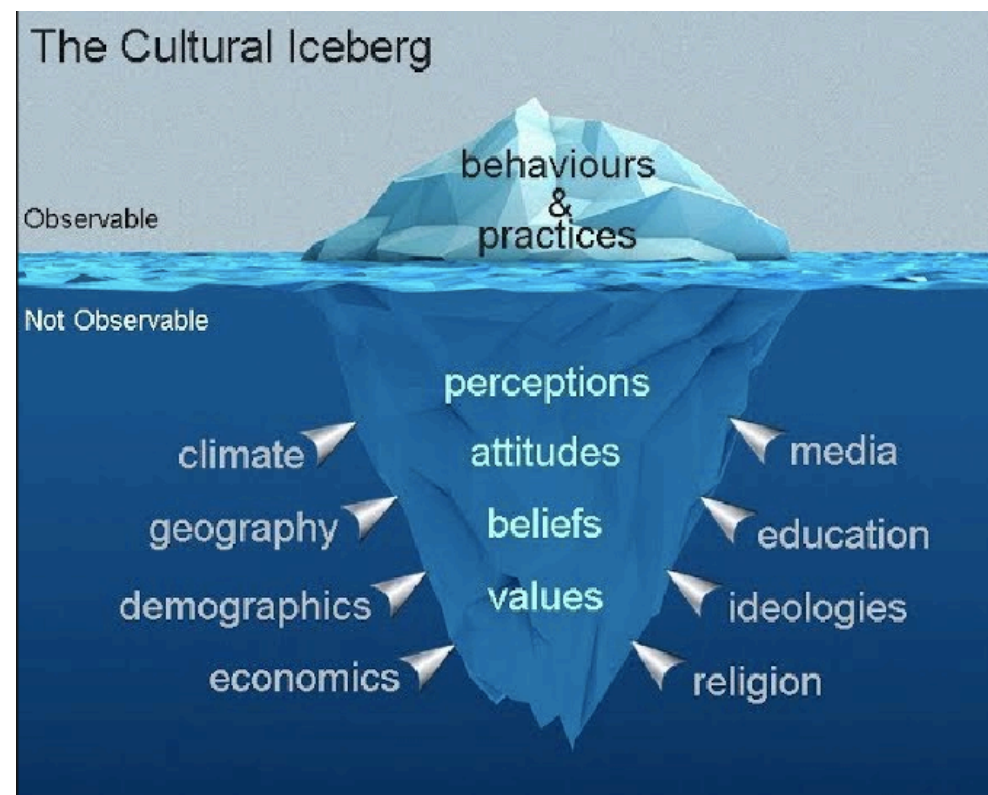
Den indbyrdes forbundne karakter af sociale kategoriseringer såsom race, klasse og køn, som de gælder for et givet individ eller en gruppe, betragtes som at skabe overlappende og indbyrdes afhængige systemer til diskrimination eller ulempe.

Ikke "eller...
eller...",
men "OG... OG..."



Identitet

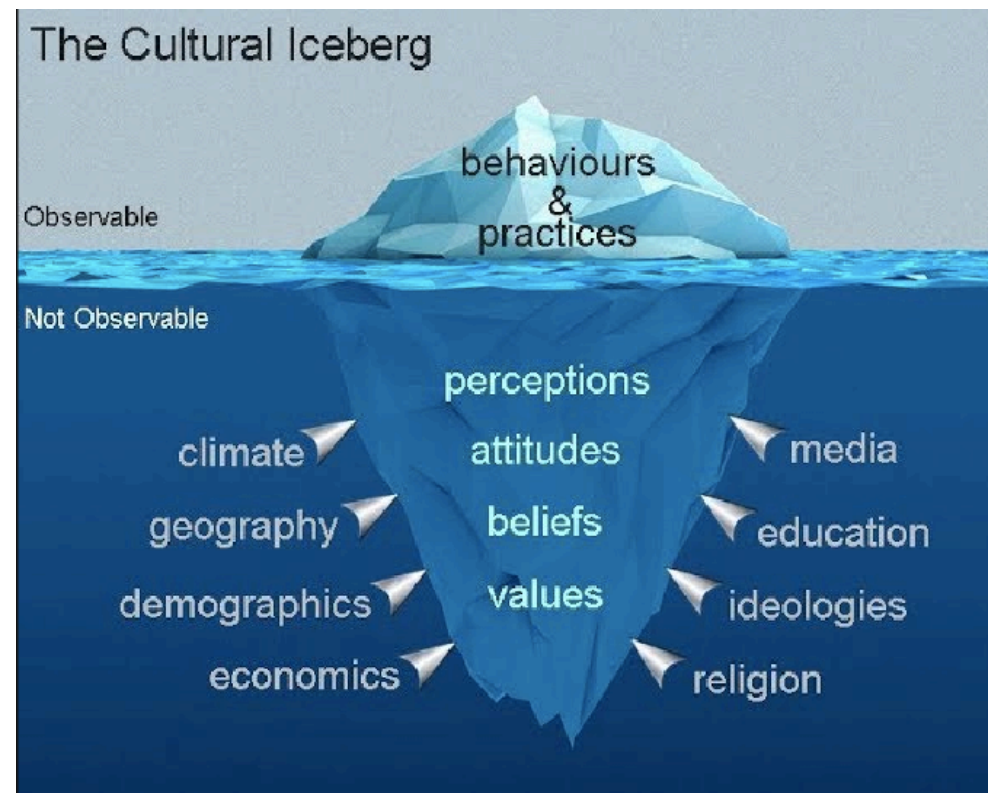
Ikke en statistisk, fast eller entydig kendsgerning, men flere variable og konstrueret af sociale roller.



Identitet

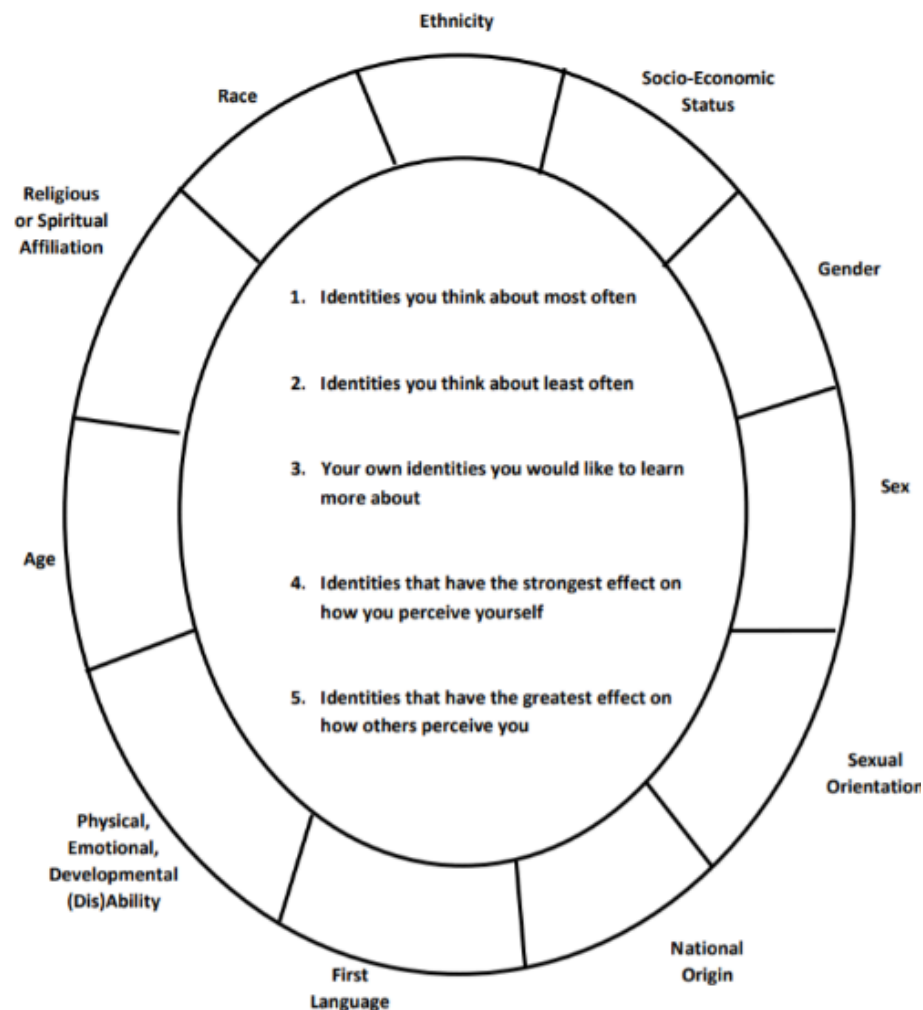
Ikke en statistisk, fast eller entydig kendsgerning, men flere variable og konstrueret af sociale roller.

There's no I without the Other
 - Louis Ferrant, after Jacques Derrida



Sociale identitetsgrupper

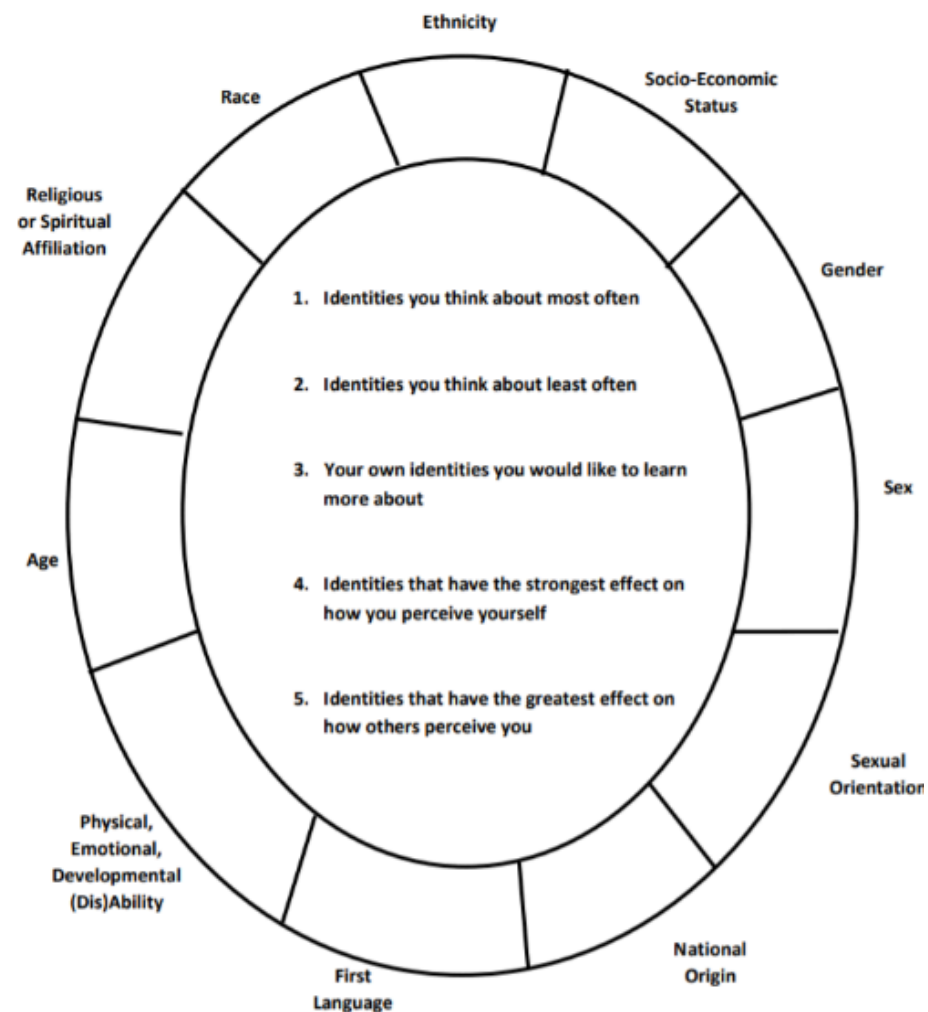
- Based on physical, social and mental characteristics of individuals
- Sometimes obvious and clear, sometimes not obvious and unclear, often self claimed and frequently ascribed by others



Sociale identitetsgrupper

Øvelse

– brug et par minutter på at tænke over, hvordan dit identitets hjul ser ud

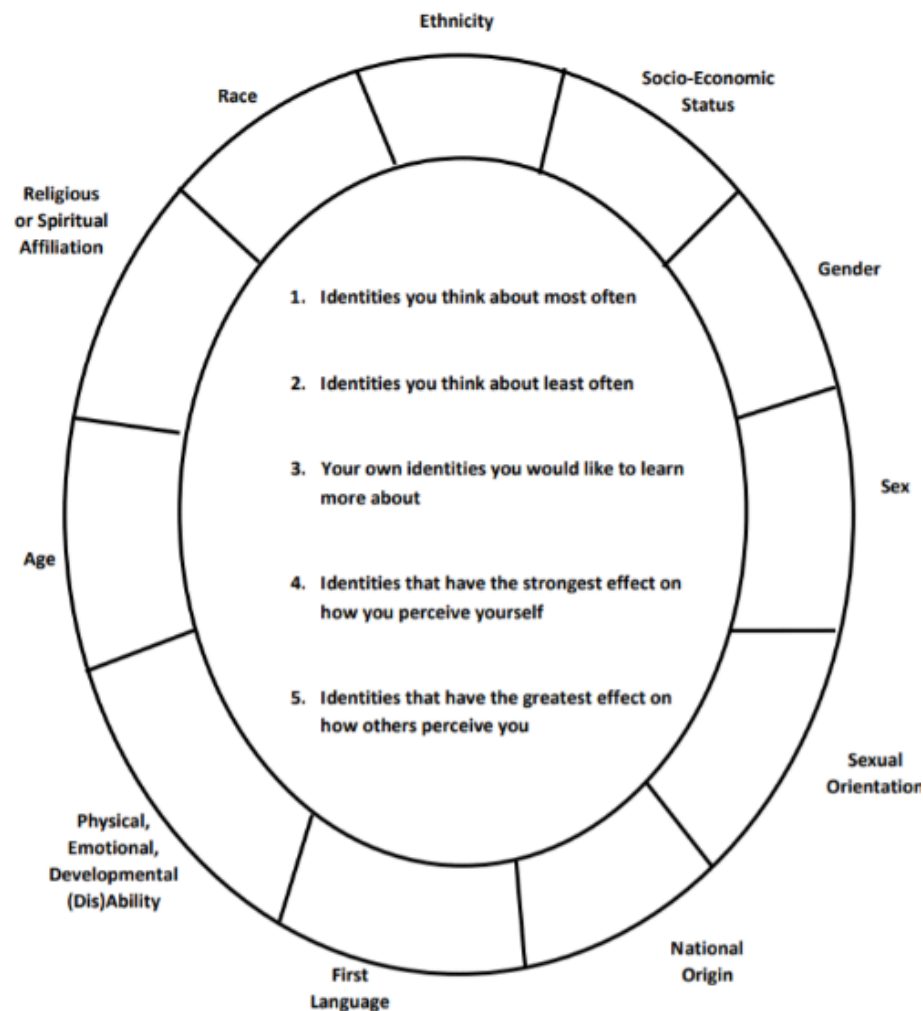


Sociale identitetsgrupper

Øvelse

– brug et par minutter på at tænke over, hvordan dit identitets hjul ser ud

Har du nogensinde befundet dig i en situation, hvor du blev særligt opmærksom på en af dine sociale identiteter?



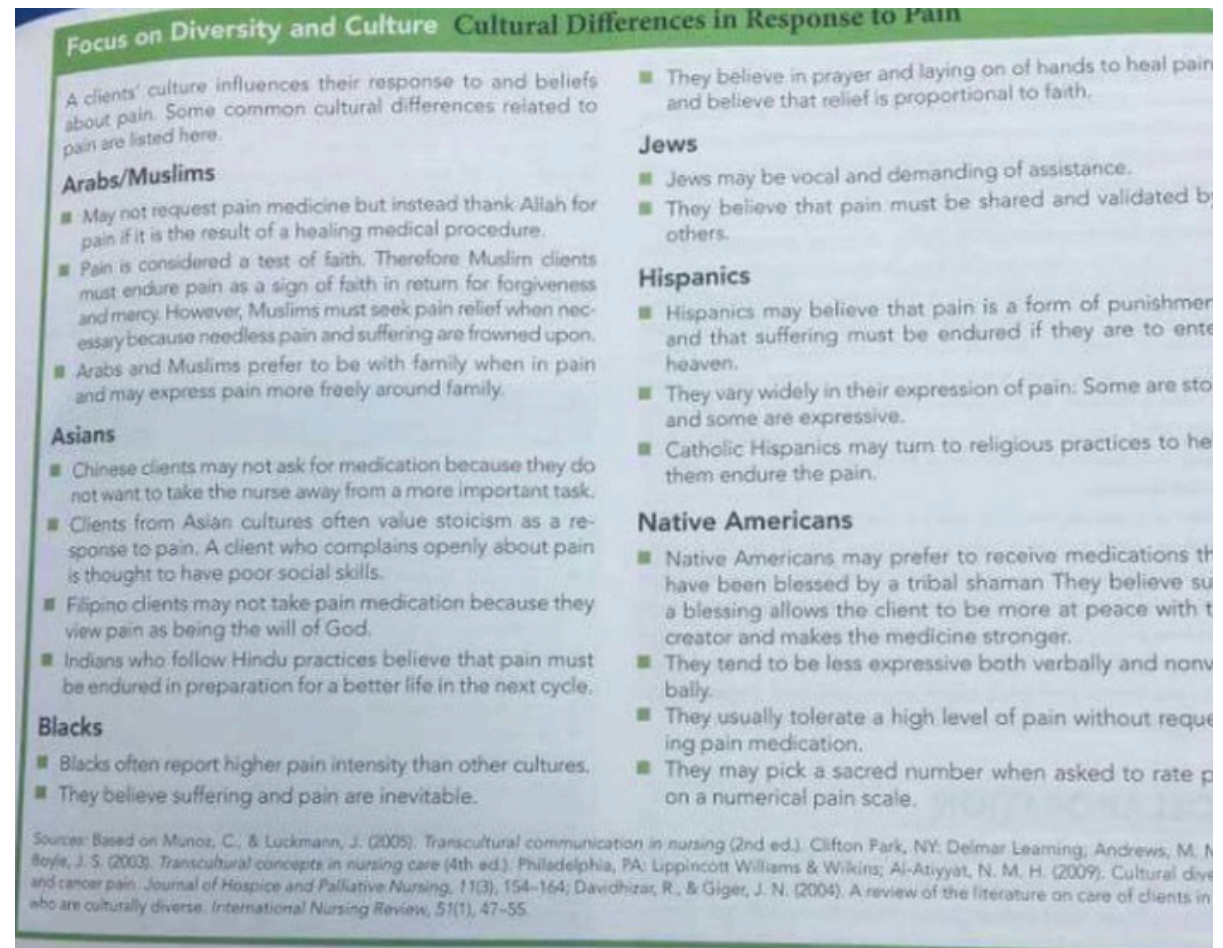
5. HVORDAN BLIVER MAN BEVIDST OM IMPLICITTE BIAS OG STEREOTYPER?

Stereotyper

- En **stereotype** er enhver tanke, der er bredt vedtaget om bestemte typer individer eller bestemte adfærdsmåder, der er beregnet til at repræsentere hele gruppen af disse individer eller adfærd som helhed.
- Sundhedsudbydere's adfærd og overbevisning påvirkes af patientens race og etnicitet. **Disse udbydere foretager ofte kategoriske fremstillinger (stereotyper)** i et forsøg på at forstå den anden.

En sygeplejerske lærebog fra 2017- "Cultural Differences in Response to Pain"

- "Muslimer efterspørger ikke smertestillende medicin, men takker i stedet Allah for smerten."
- "Sorte rapporterer ofte en højere smertetærskel end andre kulturer. De mener at smerte og lidelse er uundgåeligt."



“Sorte menneskers hud er tykkere end hvide menneskers hud”

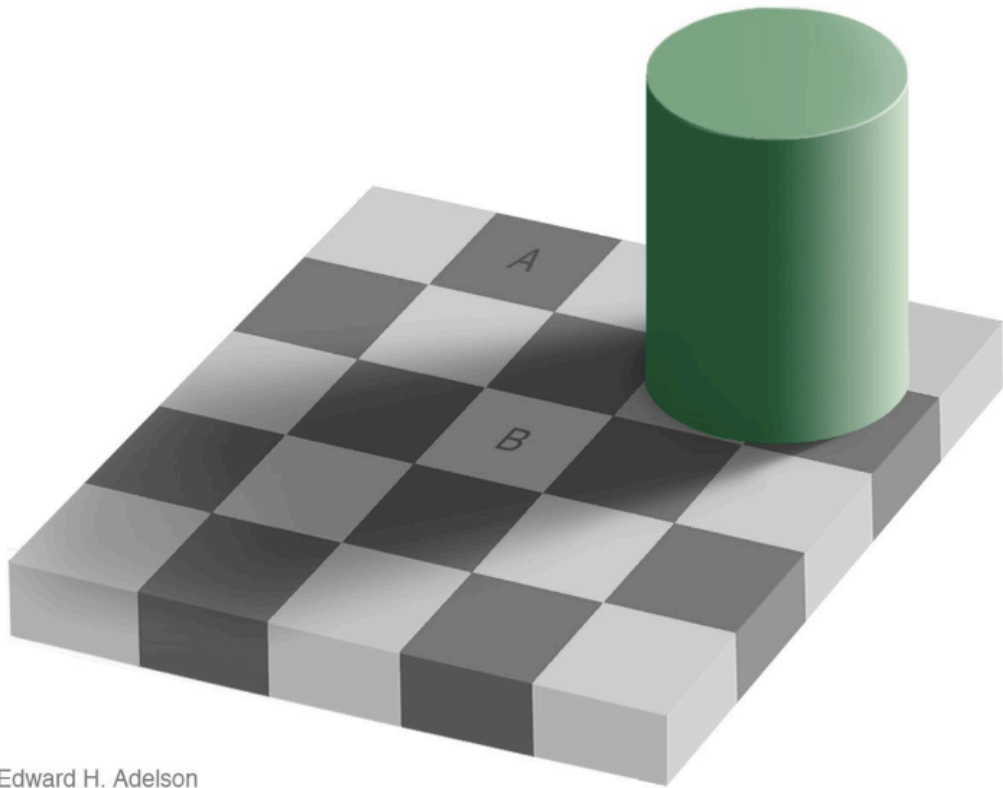
Halvdelen af de adspurgte hvide medicinstuderende og yngre læger fra stikprøven, støttede denne overbevisning. Derudover vurderede deltagerne, som støttede denne overbevisning, at sorte (sammenlignet med hvide) patienters smertetærskel var lavere, og havde mindre præcise anbefalinger til behandling.



Kelly M Hoffman, Sophie Trawalter, et al. Racial bias in pain assessment and treatment recommendations, and false beliefs about biological differences between blacks and whites. *Proc Natl Acad Sci.* 2016 Apr 19;113(16):4296-301.

Bias

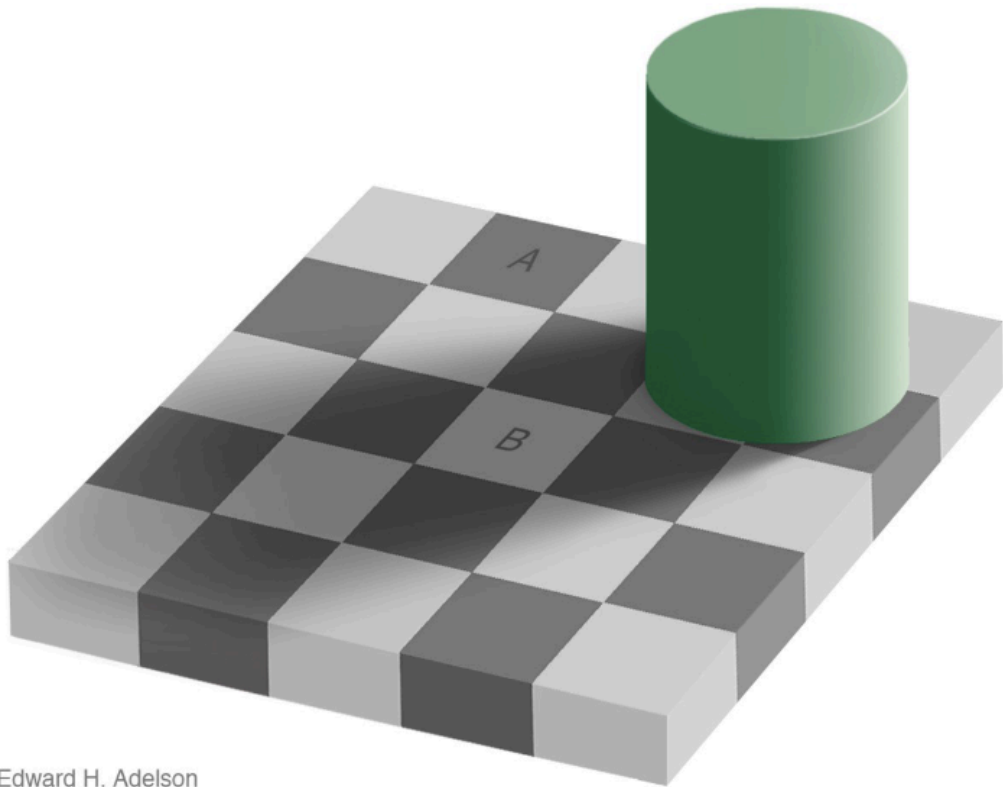
Hvilken firkant er mørkest: A eller B?



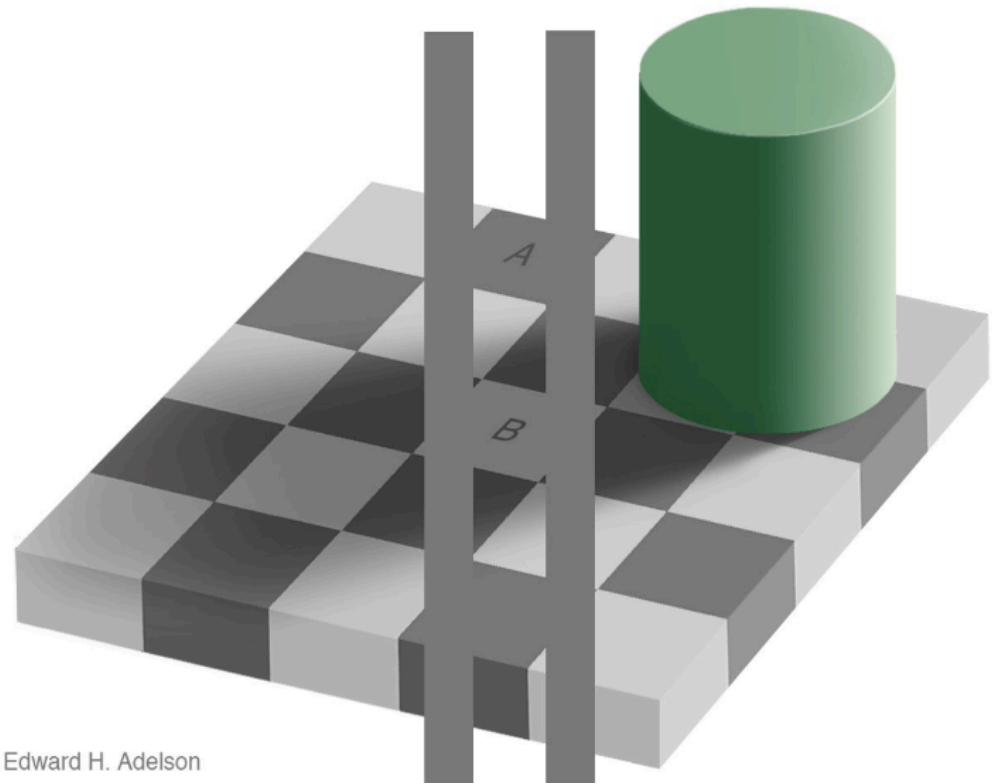
Edward H. Adelson

Bias

Hvilken firkant er mørkest: A eller B?



Edward H. Adelson



Edward H. Adelson

Bias

Hvilken firkant er mørkest: A eller B?

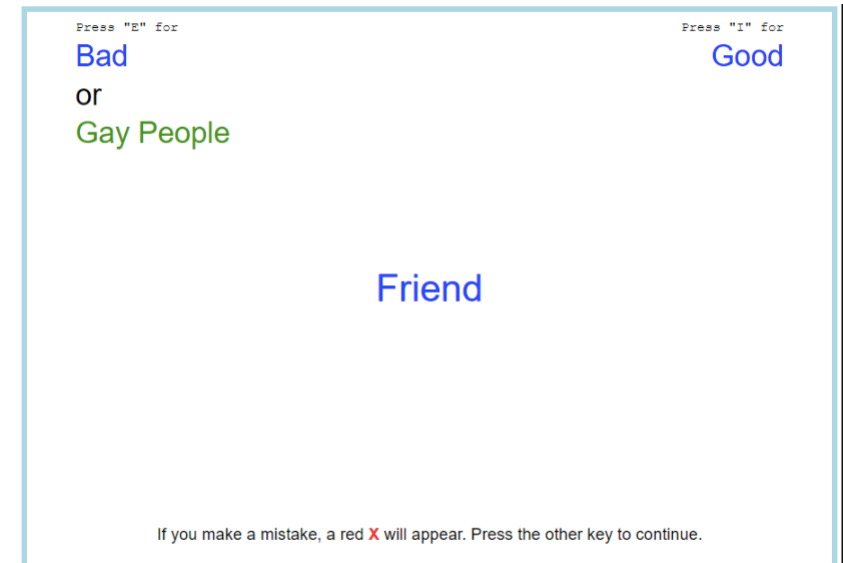
We tend to organize our social worlds by making categories based on contrasts. This often results in stereotyping groups of people in stead of seeing individuals. As a product of living in a layered culture, we create simplified stereotypes about certain groups of people.

Implicit Association Test

Web-baseret program der kan opdage ubevidste bias ved at måle reaktionstiden, når billeder af forskellige typer mennesker bliver forbundet med positive ord, og dernæst forbundet med negative ord.

Langsommere reaktionstid indikerer, at vi er nødt til at bruge mere mentalt energi på at mestre en medfødt association, som vi laver med forskellige mennesker.

<https://implicit.harvard.edu/implicit/belgium/selectatest.jsp>



Privilegie og magt

- Visse aspekter af social identitet kan ofte “stemple” individer, der tilhører en bestemt kategori eller en bestemt gruppe. Når denne gruppe er en minoritet, kan et individ blive dårligere stillet på samfundsniveau, få færre muligheder eller støde på strukturelle barrierer.
= et “privilegie” for majoritets- eller dominansgruppen
- Dette hænger ofte sammen med magtstrukturer, der forstærker uligheden i samfundet. Nogle mennesker får færre muligheder og er mere sårbare, ikke på grund af bestemte personlige valg, men på grund af den sociale gruppe de tilhører.

WHO report: “Equity in Health and Health Care”

- “Betydningen af at forstå sit eget privilegium som en fremtidig sundhedsprofessionel er afgørende for en retfærdig behandling for alle patienter”
- Lighed betyder at menneskers behov styrer fordelingen af deres mulighed for velvære frem for deres sociale privilegier [...] (og) at opnå lighed inden for sundhed og behandling betyder at man prøver at reducere undgåelige huller i sundhedsstatus og sundhedsydelser mellem grupper med forskellige sociale privilegier

WHO report: “Equity in Health and Health Care”

- “Betydningen af at forstå sit eget privilegium som en fremtidig sundhedsprofessionel, der skal sikre behandling for alle patienter”

'Power is not only the ability to tell the story of another person but to make it the definitive story.'

- Lighed betyder at alle har adgang til deres mulighed for velvære frem for at sikre lighed inden for sundhed og behandling. Der er undgåelige huller i sundhedsstatus og sundhedsudgifter mellem grupper med forskellige sociale privilegier

- Chimamande Ngozi Adichie

Privilegie løb

For at “opleve”, hvordan det er at have færre muligheder, fordi man tilhører en minoritetsgruppe, kan man udføre et “privilegie løb”.

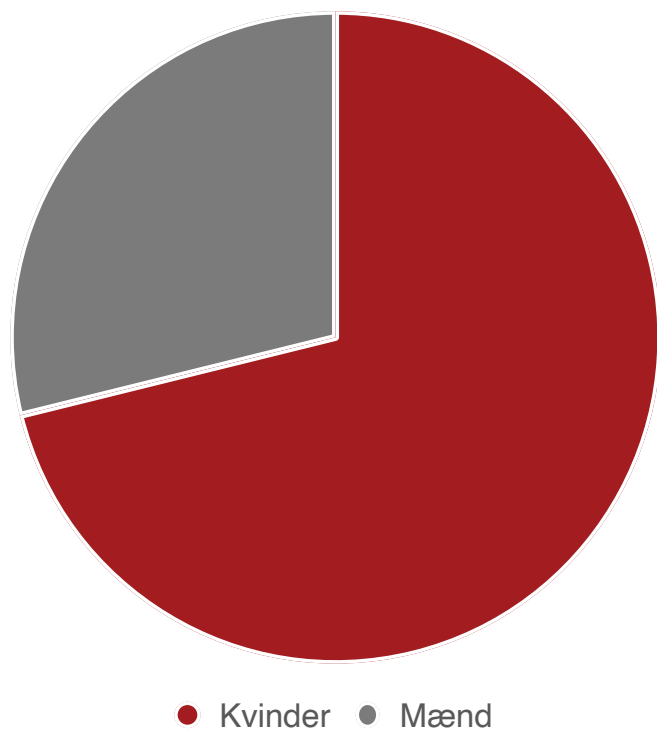
(english video:) <https://www.youtube.com/watch?v=hD5f8GuNuGQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=MMHuhm-m6i4>

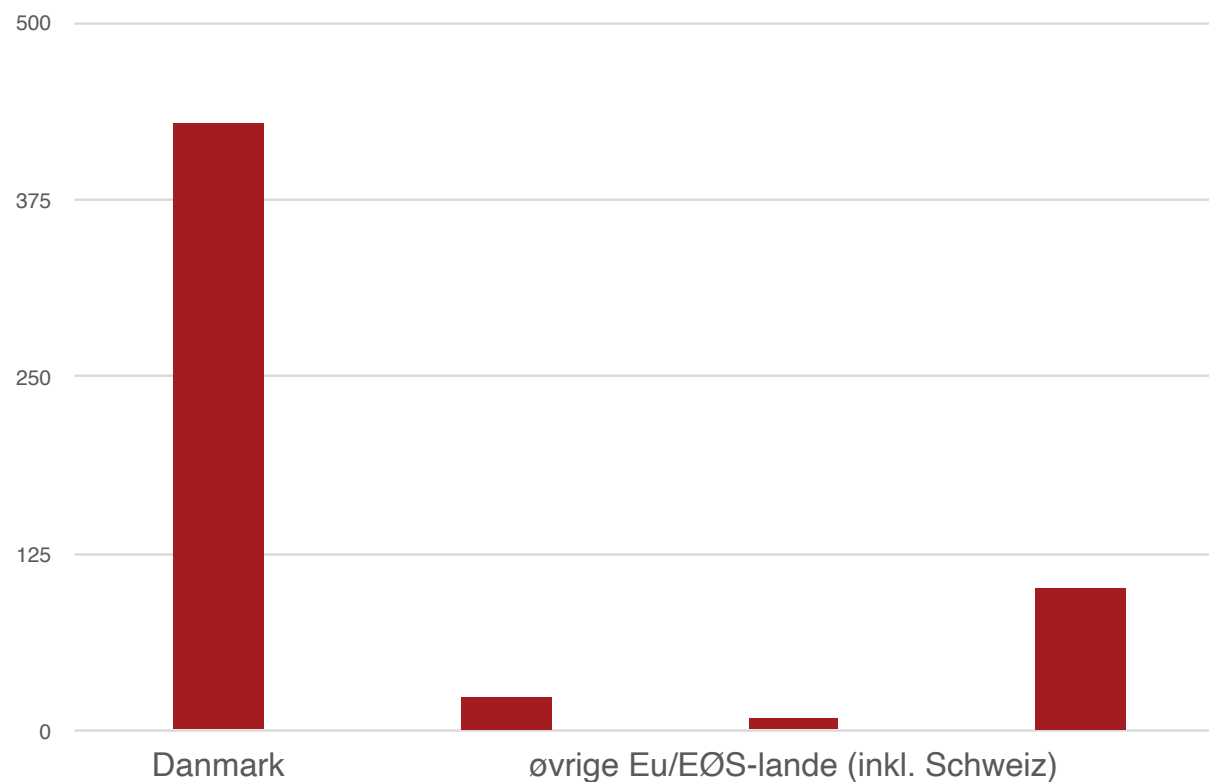
6. KEND DINE STUDERENDE!

Fremtidens læger

Medicin studerende optaget i 2019 på KU fordelt på køn

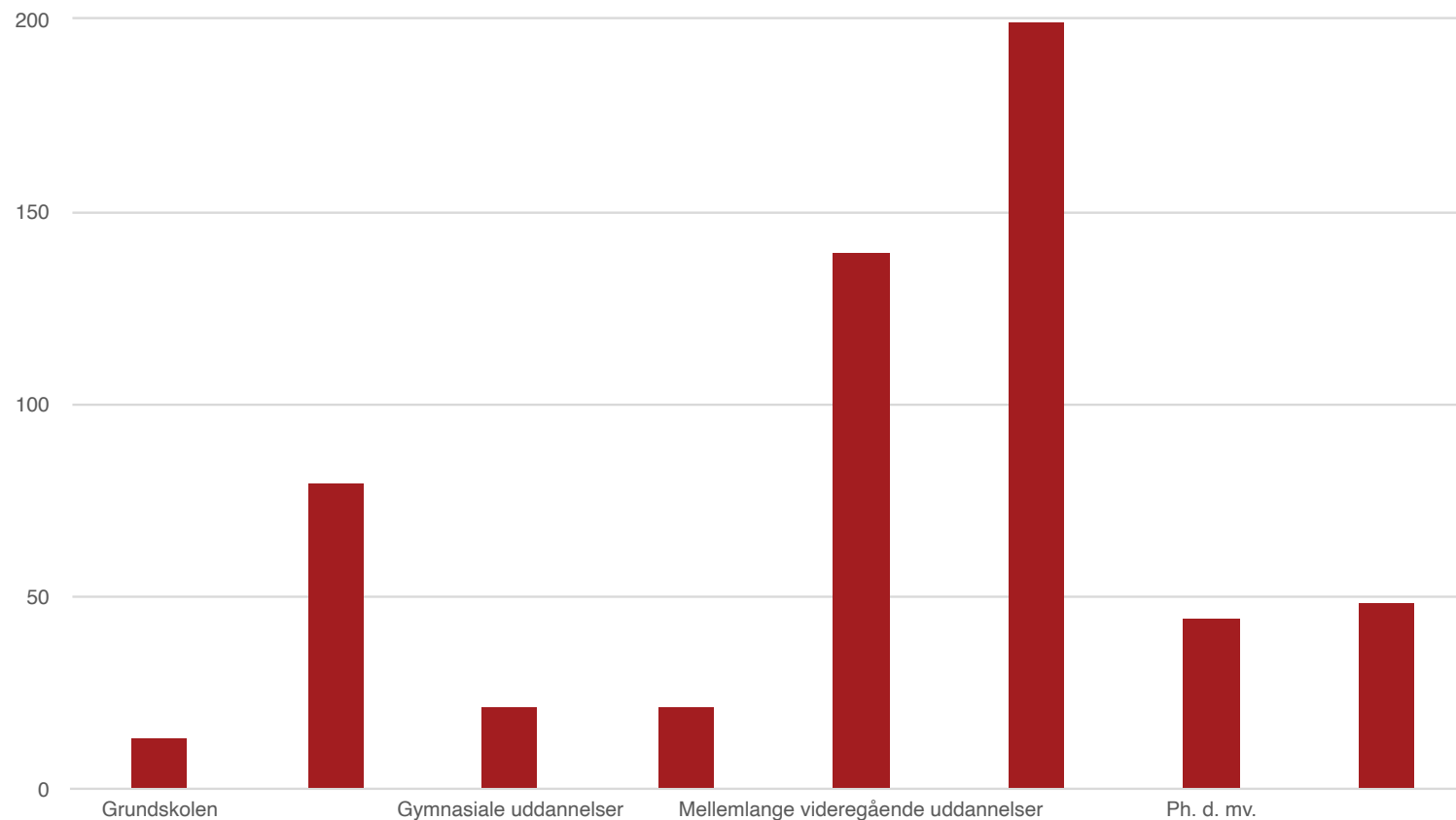


Medicin studerende optaget i 2019 på KU fordelt på herkomst



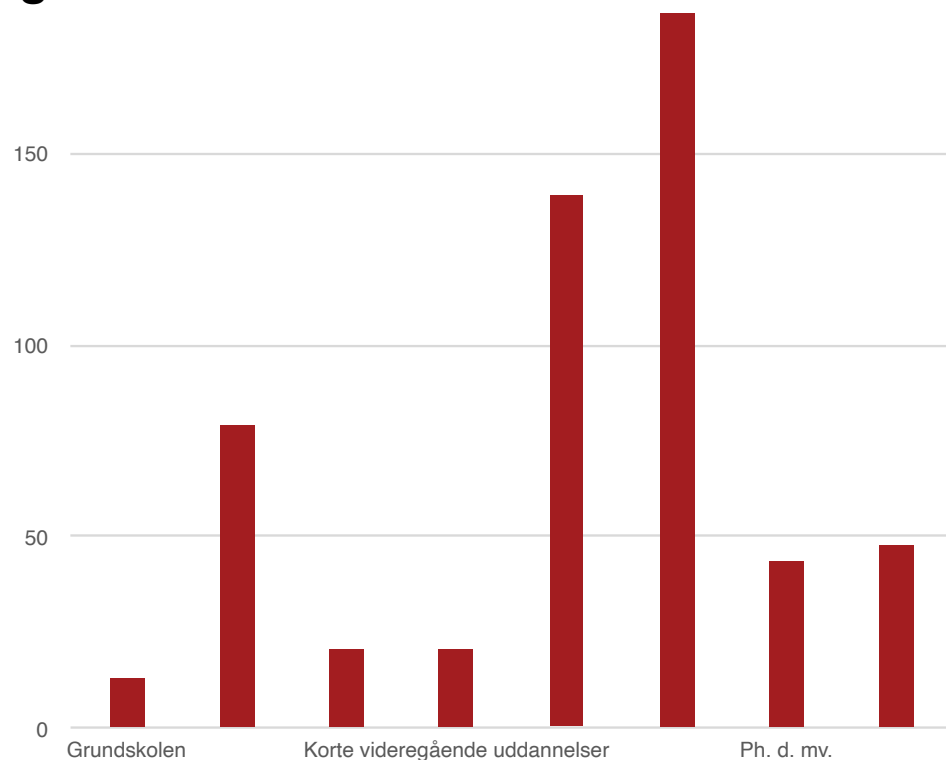
Fremtidens læger

Medicin studerende indskrevet i 2019 på KU fordelt på forældres højeste gennemførte uddannelse

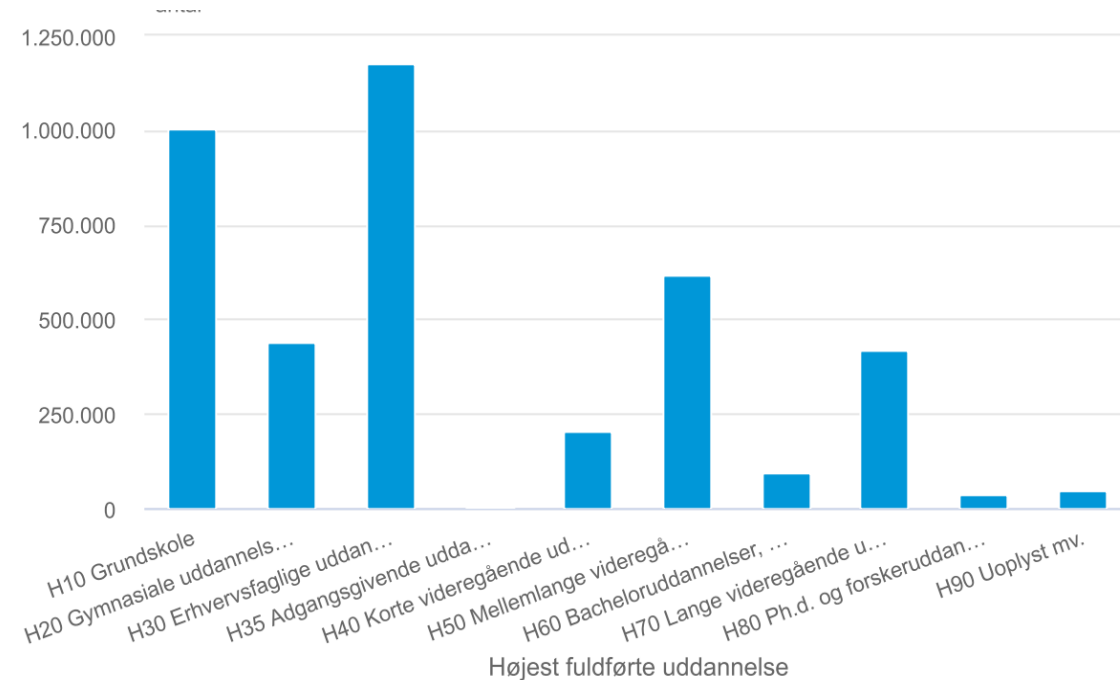


Fremtidens læger

Medicin studerende indskrevet i 2019 på KU fordelt på forældres højeste gennemførte uddannelse

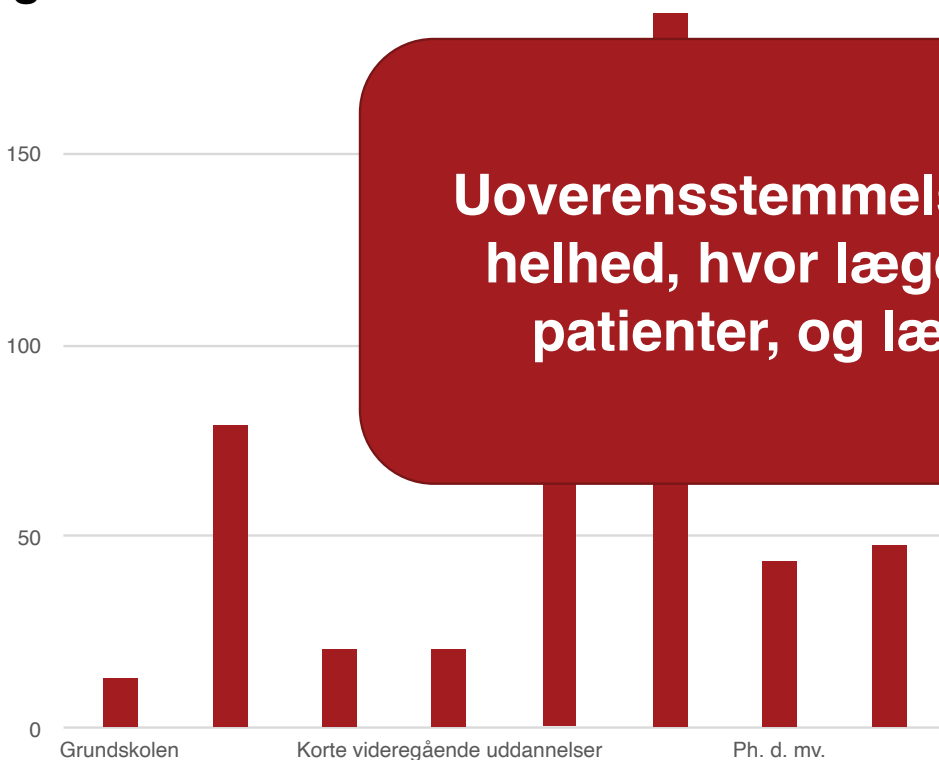


Den danske befolkning fordelt efter højeste gennemførte uddannelse (15-69), 2019

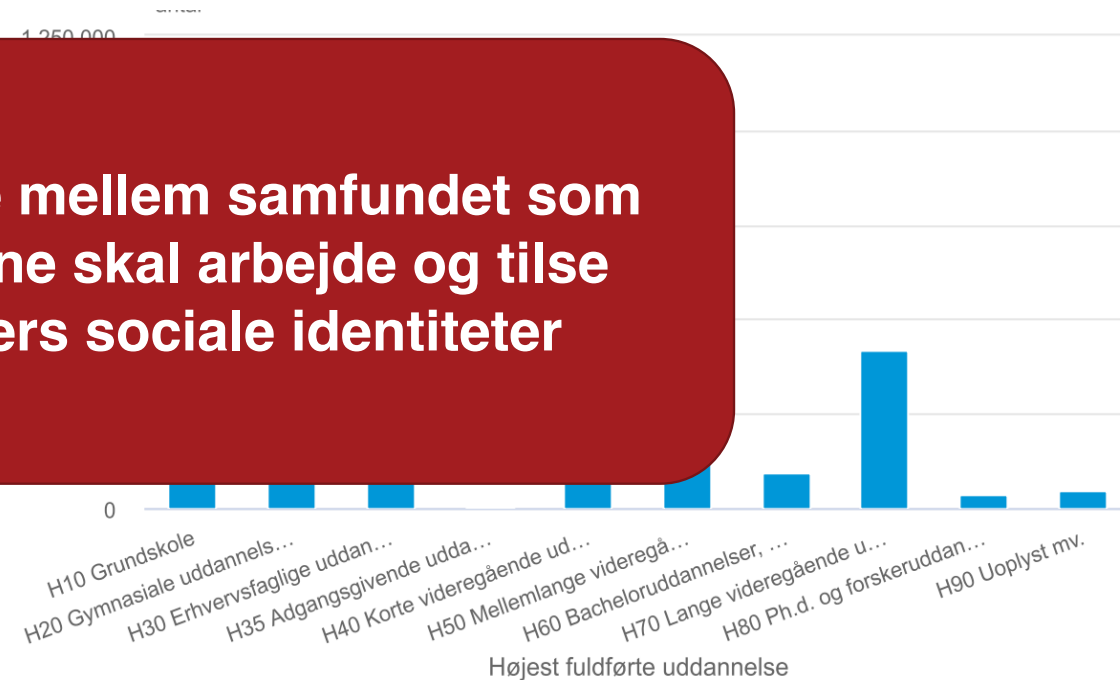


Fremtidens læger

Medicin studerende indskrevet i 2019 på KU fordelt på forældres højeste gennemførte uddannelse



Den danske befolkning fordelt efter højeste gennemførte uddannelse (15-69), 2019



Uoverensstemmelse mellem samfundet som helhed, hvor lægerne skal arbejde og tilse patienter, og lægers sociale identiteter

Definition af racisme, mikroaggressioner og strukturel diskrimination

- Racisme kan defineres som diskrimination eller fjendtlig holdning over for grupper af mennesker pga. deres etniske baggrund og fremmedartede udseende, kultur m.m
- En mikroaggression er en subtil adfærd på daglig basis der - verbal eller ikke-verbal, bevidst eller ubevidst - rettet mod et medlem af en marginaliseret gruppe, der har en nedsættende, skadelig virkning.
- Strukturel diskrimination af en eller flere etniske grupper i samfundet der opstår når ubevidste forestillinger og samfundsmæssige strukturer virker som barrierer for disse gruppers ligelige adgang til fx uddannelse, karrieremuligheder og indtægt.

Definition af racisme, mikroaggressioner og strukturel diskrimination

- Racisme kan defineres som diskrimination eller fjendtlig holdning over for grupper af mennesker pga. deres etniske baggrund og fremmedartede udseende, kultur m.m
- **En mikroaggression er en subtil adfærd på daglig basis der - verbal eller ikke-verbal, bevidst eller ubevidst - rettet mod et medlem af en marginaliseret gruppe, der har en nedsættende, skadelig virkning.**
- Strukturel diskrimination af en eller flere etniske grupper i samfundet der opstår når ubevidste forestillinger og samfundsmæssige strukturer virker som barrierer for disse gruppers ligelige adgang til fx uddannelse, karrieremuligheder og indtægt.

Studerendes oplevelser med racisme, diskrimination og mikroagressioner

- Hver 10. studerende i Danmark har oplevet forskelsbehandling på baggrund af køn, seksuel orientering, etnicitet, religion eller handicap
- I et amerikansk studie der repræsenterer 72,1% af alle medicin studerende i USA, rapporterede 35,4% af de medicin studerende at de havde været udsat for “mistreatment”
 - General - offentlig ydmyget
 - udsat for diskrimination på baggrund af køn, etnicitet eller seksualitet f.eks. at få lavere karaktere

<https://ufm.dk/uddannelse/statistik-og-analyser/kon-og-ligestilling/analyse-af-sexisme-pa-de-videregaende-uddannelsesinstitutioner-docx.pdf>

Hill KA, Samuels EA, Gross CP, et al. Assessment of the Prevalence of Medical Student Mistreatment by Sex, Race/Ethnicity, and Sexual Orientation. JAMA Intern Med. 2020;180(5):653–665. doi:10.1001/jamainternmed.2020.0030

Studerendes oplevelser med racisme, diskrimination og mikroagressioner

Core category	Making sense of feeling out of place		
Categories	Being downgraded	Being excluded	Being designated as different
Sub-categories	Encountering hostility and overt racist talk Enduring patronization and scrutiny Being attributed negative and/or constraining characteristics	Becoming invisible, ignored, and rejected Being trapped by degrading images of minorities Missing out on support from bystanders	Accounting for one's supposedly foreign background Representing a homogenous group Symbolizing security for minority patients

Kristoffersson E, Rönqvist H, Andersson J, Bengs C, Hamberg K. "It was as if I wasn't there" – Experiences of everyday racism in a Swedish medical school. *Social Science & Medicine*, Volume 270, 2021, <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.113678>.

Studerendes oplevelser med racisme, diskrimination og mikroagressioner

Core category	Making sense of feeling out of place	
Categories	Being downgraded	Being excluded
Sub-categories	Encountering hostility and overt racist talk Enduring patronization and scrutiny Being attributed negative and/or constraining characteristics	Becoming ignored Being degraded Being treated as a minor Missing or insufficient support from bystanders

Being downgraded:
 I'm one, two minutes late, saying: "Sorry I'm late". I get a brutal exclamation: "Do you know how important it is to be on time? Do you know what it means to be a physician? You can't just be late" ... Then a girl comes twenty minutes after me. She says "Hi" and just sits down. Then he was silent.

Studenter der oplever med racisme, diskrimination og mikroagressioner

Being excluded:

I have never felt someone is mean to me; it's more to be overlooked. At this clinical placement, the senior physician never looked at me when he talked. He looked at the other two students. While, me, it was as if wasn't there.

Being out of place

Being excluded:

Being downgraded:

I'm one, two minutes late, saying: "Sorry I'm late". I get a brutal exclamation: "Do you know how important it is to be on time? Do you know what it means to be a physician? You can't just be late" ... Then a girl comes twenty minutes after me. She says "Hi" and just sits down. Then he was silent.

Studenterne oplever med racisme, diskrimination og mikro

Being excluded:

I have never felt someone is mean to me; it's more to be overlooked. At this clinical placement, the senior physician never looked at me when he talked. He talked to the other two students. For me, it was as if I wasn't there.

Being out of place

Being designated as different

the physician kept asking: "But where do you really come from?", wanting to know which country I came from. But I'm from Sweden. I was born here. It's like: "We know you have a foreign background. Can't you just tell us where you're from?"


Being downgraded:

I'm one, two minutes late, saying: "Sorry I'm late". I get a brutal reprimand: "Do you know how important it is to be on time? Do you know what it means to be a physician? You can't just be late" ... When a girl comes twenty minutes late, she says "Hi" and just sits down. Then he was silent.

Hvordan påvirker mikroagressioner de studerende?

- Studerende der udsættes for microagressioner påvirkes:
 - Følelsesmæssigt - stress, frustration, vrede, angst, koncentration
 - Cognitivt – intern dialog om, hvordan man skal reagere
 - Adfærdsmæssigt – omhyggelig opmærksomhed på ordvalg, tone, kropsholdning og kropssprog

depression ,lavt selvværd, nedsat selvstændighed, misbrug, PTSD ect


- Studerendes forskellige strategier til at håndtere mikroagressioner
 - Søge fælleskab og støtte hos peers, familie og venner
 - Forsvarer sig selv (sin minoritets gruppe) ved at konfrontere mikroaggressionerne
 - Ignorere mikroaggressionerne og overbevise sig selv om at det ikke betyder noget og se fremad

Ogunyemi, D., Clare, C., Astudillo, Y. M., Marseille, M., Manu, E., & Kim, S. (2020). Microaggressions in the learning environment: A systematic review. *Journal of Diversity in Higher Education*, 13(2), 97–119. <https://doi.org/10.1037/dhe0000107>

Ackerman-Barger K, Boatright D, Gonzalez-Colaso R, Orozco R, Latimore D. Seeking Inclusion Excellence: Understanding Racial Microaggressions as Experienced by Underrepresented Medical and Nursing Students, *Academic Medicine*: May 2020 - Volume 95 - Issue 5 - p 758-763 doi: 10.1097/ACM.0000000000003077

Hvordan påvirker mikroagressioner de studerende?

- Studerende der udsættes for microaggressioner påvirkes:
 - For
 - C
 - A
- Studerende der udsættes for microaggressioner påvirkes:
 - S
 - F
 - Ignorere mikroaggressionerne og overbevise sig selv om at det ikke betyder noget og se fremad

You're performing, and you're always stressed, how are you going to learn?...But when you're learning, and you're feeling like you're already expected to fail, that is not a good feeling.

-Amerikansk studerende

Ogunyemi, D., Clare, C., Astudillo, Y. M., Marseille, M., Manu, E., & Kim, S. (2020). Microaggressions in the learning environment: A systematic review. *Journal of Diversity in Higher Education*, 13(2), 97–119. <https://doi.org/10.1037/dhe0000107>

Ackerman-Barger K, Boatright D, Gonzalez-Colaso R, Orozco R, Latimore D. Seeking Inclusion Excellence: Understanding Racial Microaggressions as Experienced by Underrepresented Medical and Nursing Students, *Academic Medicine*: May 2020 - Volume 95 - Issue 5 - p 758-763 doi: 10.1097/ACM.0000000000003077

Øvelse i break-out rooms

Case:

- 1. Hvorfor er denne mikroagression upassende?**
- 2. Hvordan vil du reagere på denne mikroagression?**
- 3. Hvilke strategier vil du anvende til at respondere på denne mikroagression?**

Strategier til at håndtere mikroaggressioner

1. Adskil personen fra kommentaren/handlingen. Sig for eksempel “det kan opfattes som en racistisk kommentar” istedet for “du er racist”.
2. Stil spørgsmål til kommentaren/handlingen der begynder med “Hvordan...” eller “Hvad gjorde at du...” istedet for “Hvorfor...”, da dette kan opfattes som et angreb og få personen til at blive defensiv.
3. Tag udgangspunkt i, hvordan kommentaren/handlingen påvirkede dig eller referer indirekte til den. “Da____, så blev jeg_____”.
4. Vær opmærksom på din tone, kropssprog mm. når du reagere. Hvad ønsker du at opnå ved at reagere? Hvordan kan din tone og kropssprog hjælpe dig til at opnå det ønskede?

Hvordan kan du støtte studerende der har været udsat for en microaggression?

P - Partnership

E - Empathy

A - Apology

R - Respect

L - Legitimation

S - Support

Hvordan kan du støtte studerende der har været udsat for en microaggression?

P - Partnerships

E - Empathy

A - Apology

R - Respect

L - Legitimacy

S - Support

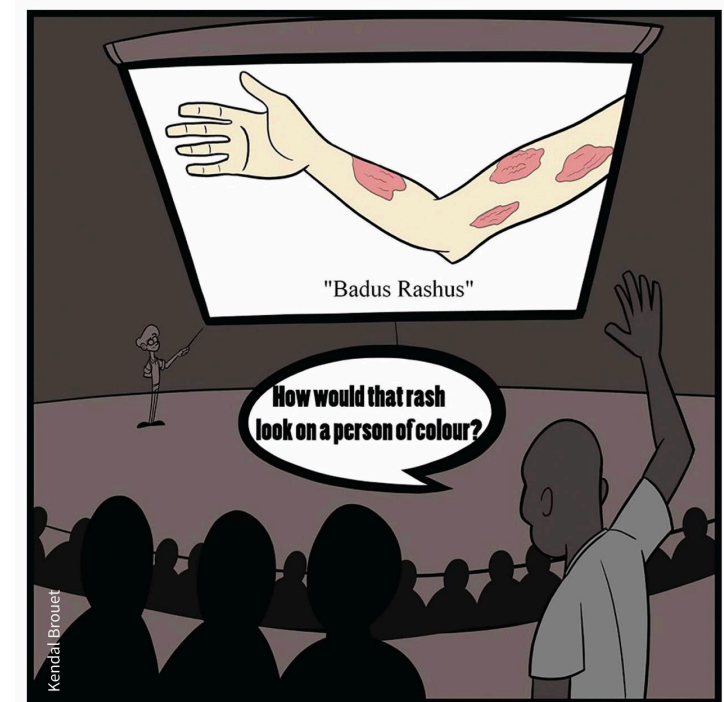
They just mind their own business. They don't want to end up in a situation where they also risk losing something.

Citat fra svensk studie

7. DET 'SKJULTE CURRICULUM' OG UNDERVISERNE'S ROLLE

Det skjulte curriculum

Det skjulte curriculum vedrører en institutions kultur, overbevisninger, adfærd og interpersonelle møder, som de studerende lærer udenfor det officielle pensum.



Leong R, Ayoo K. Seeing medicine's hidden curriculum. CMAJ August 19, 2019 191 (33) E920-E921; DOI: <https://doi.org/10.1503/cmaj.190359>

Hafferty, F W; Franks, R The hidden curriculum, ethics teaching, and the structure of medical education, Academic Medicine: November 1994 - Volume 69 - Issue 11 - p 861-71

Det skjulte curriculum

Det skjulte curriculum kan underminere de formelle mål for lægeuddannelsen:

- De studerendes empati falder gennem uddannelsen f.eks. pga. en stræben mod professionalisme, hvilket kan true sundhedsplejekvaliteten.
- Uens muligheder for at navigere i det skjulte curriculum, hvilket kan resultere i at ekskludere mange i valg af speciale

Hill, E., Bowman, K., Stalmeijer, R., & Hart, J. (2014). You've got to know the rules to play the game: how medical students negotiate the hidden curriculum of surgical careers. *Medical Education*, 48(9), 884-894.

Neumann, Melanie PhD; Edelhäuser, Friedrich MD; Tauschel, Diethard MD; Fischer, Martin R. MD; Wirtz, Markus PhD; Woopen, Christiane MD, PhD; Haramati, Aviad MD; Scheffer, Christian MD, MME Empathy Decline and Its Reasons: A Systematic Review of Studies With Medical Students and Residents, *Academic Medicine*: August 2011 - Volume 86 - Issue 8 - p 996-1009 doi: 10.1097/ACM.0b013e318221e615

Undervisere som forbilleder

Vores egen identitet bestemmer måden, hvorpå vi tænker og underviser. Den definerer det forbillede, du præsenterer overfor de studerende og fremtidige læger.



Undervisere som forbilleder

Vores egen identitet bestemmer måden, hvorpå vi tænker og underviser. Den definerer det forbillede, du præsenterer overfor de studerende og fremtidige læger.

'Consciously we teach what we know, unconsciously we teach who we are.'

Don E. Hamachek



Undervisere som forbilleder

- Refleksion over egen rolle som underviser:
 - hvem er jeg som underviser?
 - hvad er mine egen læringsmål?
 - hvad er min rolle i forhold til at forberede kommende læger til fremtidens mangfoldige samfund?
- Selv-reflektions værktøj: https://www.researchgate.net/publication/257765939_Teaching_a_diverse_student_body_-_a_proposed_tool_for_lecturers_to_self-evaluate_their_approach_to_inclusive_teaching

Kritisk bevidsthed i uddannelsen af læger

- At uddanne læger, der er dygtige til at imødekomme sundhedsbehovet i et mangfoldigt samfund, indebærer ikke fuldstændig opfyldelse af kompetence som en slags uddannelsesnirvana, men mere som en udvikling af en orientering – en kritisk bevidsthed – som placerer medicin i en social, kulturel og historisk kontekst.
- Uddannelse skal inddrage udviklingen af et professionelt og et personligt perspektiv og kritisk, reflektiv bevidsthed, der indarbejder de studerendes egne værdier, verdenssyn og oplevelser.
- Reflekterer en filosofi om, at diversitets kompetencer skal “væves” ind som en væsentlig del af pensum i stedet for at blive tilføjet som et kursus for sig.

8. HVORDAN KOMMER VI VIDERE?

Fremtidens læger

- Undervisning af undervisere på lægeuddannelsen
- Gennemgang af kursusindhold og -materialer
- Organisatorisk udvikling og ansvar i uddannelsesinstitutioner
- Uddannelse af sundhedsadministratorer, for at eliminere strukturel diskrimination og skabe inklusion af alle patienter
- Tilpasse sundhedspolitikker og sundhedsydelser
- Fokus på øget diversitet blandt undervisere og sundhedsprofessionelle



Tak for jeres opmærksomhed!

Kontakt:

Janne Sørensen, jans@sund.ku.dk

Marie Nørredam, mano@sund.ku.dk

www.mesu.ku.dk

Det trygge læringsrum

- Bliv enig med gruppen/de studerende om nogle fælles rammer for kommunikationen i undervisningen
- Spørg først gruppen om deres ideer – hvis de ingen har, så kan du forslå:
 - “Vegas” reglen – det der bliver talt om i dette rum bliver i dette rum, medmindre der er givet eksplicit tilladelse til at dele med andre.
 - “One mic” reglen – respekter den person som deler som deler sin historie og giv personen opmærksomhed.
 - “Make space, take space” – If you are someone who normally talks frequently, make sure you allow for others to be heard. If you are someone who doesn’t frequently speak up, allow your voice to be heard.
 - Pas på dig selv – disse emner kan være svære eller udløse noget i dig, så hvis du har behov for en time-out, så gør endelig det