



Ked' sa staráš o seba, staráš sa aj o dieťa...

Etický kódex

Drahé ženy, najbližšie okolie, profesionáli v oblasti duševného či fyzického zdravia, partneri, darci, či ktokoľvek, koho téma duševného zdravia žien po pôrode zaujíma.

Etický kódex je pre nás živý dokument, ktorým sa riadime a ku ktorému sa vraciame, ak sa dostaneme pred rôzne dilemy. Veríme, že aj vďaka nemu dokážeme budovať otvorenejšiu spoločnosť na akékoľvek témy, ktoré realita života prináša.

1. Téma duševného zdravia žien po pôrode je veľmi široká a preto sa v nej **neustále vzdelávame**. Veríme, že kontinuálne vzdelávanie je nevyhnutné na poskytovanie nielen relevantných informácií, ale robí nás otvorenejšími voči rôznym uhlom pohľadu na tému duševného zdravia žien po pôrode.
 - a. Preto je jedným z našich pilierov presvedčenie, že **žena sama si môže vybrať cestu, ktorá je pre ňu najpriateľnejšia, my ju môžeme len sprevádzať**.
 - b. V témach, ktoré neraz polarizujú rodičovskú obec (dojčenie, spoločné spanie, nosenie, látkové plienky atď.) sme presvedčení, že rodičia sa rozhodujú najlepšie ako vedia na základe informácií, aké majú dostupné a aj na základe osobných preferencií. **Sme tu pre všetky ženy bez ohľadu na ich preferenciu v starostlivosti, výchove či výžive detí**.
2. Centrom našich aktivít je žena po pôrode, ktorá si prechádza duševnou ťažobou. Nepozeráme sa na ňu ako na diagnózu, ale ako na **človeka, ktorý v prvom rade potrebuje vypočuť** a až potom prichádzajú ďalšie kroky (zorientovanie v ďalších možnostiach pomoci, komunita ďalších žien, odborné informácie a pod.).
3. **Hlboko rešpektujeme každého človeka, ktorý sa na nás obráti a nediskriminujeme nikoho z akéhokoľvek titulu**. Projekt Vysmiata Duša Mamky je tu pre všetkých, ktorí potrebujú pomoc a podporu v spojitosti s témou duševného zdravia žien po pôrode (partneri, rodina, blízki, vzdialení).
4. Pri svojej práci sa opierame o znalosti získané akademickým štúdiom, ďalším vzdelávaním, ale aj prostredníctvom vzdelávania sa s odborníkmi v daných témach atď. Podporujeme nielen ďalšie vzdelávanie členov tímu, ale aj supervízie, aby sme tak dokázali zabezpečiť kvalitu nášho projektu a jeho aktivít. Ak však na niečo nevieme v rámci komunikácie navonok či dovnútra odpovedať, potrebnú informáciu dohľadáme. **Nevieme všetko**.
5. **Vaše NIE je pre nás záväzná**. V prípade, že nami ponúkané aktivity/služby/informácie pre vás nie sú prijateľné, rešpektujeme to a netlačíme vás do ničoho.
6. Pri akomkoľvek kontakte s človekom, ktorý sa na nás obráti (žena po pôrode, hocikto z jej blízkeho okolia), dodržiavame **zásady mlčanlivosti a anonymizácie** o všetkom, čo v rámci rozhovoru/komunikácie zaznelo. Veríme, že na väčšiu otvorenosť v spoločnosti v témach duševného zdravia je nevyhnutné vytvoriť takýto bezpečný priestor, kde môžete s nami zdieľať to, ako sa aktuálne máte. Všetko, o čom s nami budete hovoriť, je v bezpečí anonymity.
7. **Naším cieľom je budovať vzťah dôvery** a vidíme k nemu cestu len pomocou podpornej a akceptujúcej atmosféry bez bagatelizácie, súdenia či porovnávania.
8. **Príbehy, ktoré s nami zdieľate, šírimo ďalej navonok len v prípade, že s tým súhlasíte**. Svoje rozhodnutie môžete kedykoľvek zmeniť.
9. **Naše aktivity sú bezplatné**.
10. Etický kódex budeme aktívne dopĺňať, keď nám projektová prax ukáže témy, v ktorých potrebujeme zaujať jasný postoj.