

Etický kódex Mindfulness Club

Mindfulness Club je komunita zameraná na podporu duševného zdravia, osobnostného rastu a vzájomnej podpory. Tento etický kódex stanovuje základné hodnoty a správanie, ktoré sú očakávané od všetkých členov klubu. Dodržiavanie týchto zásad je kľúčové pre udržanie zdravého, rešpektujúceho a podporujúceho prostredia pre všetkých.

1. Rešpekt a úcta k ostatným

Každý člen Mindfulness Club je povinný zaobchádzať s ostatnými s úctou a rešpektom, bez ohľadu na ich názory, pohlavie, rasu, národnosť, vierovyznanie, sexuálnu orientáciu alebo akúkoľvek inú osobnú charakteristiku. Všetci členovia by mali vytvárať priestor, kde sa každý cíti prijatý a hodnotený.

2. Podpora a empatia

Členovia sa navzájom podporujú v ťažkých obdobiach a poskytujú si úprimnú spätnú väzbu. Pri zdieľaní osobných skúseností a emócií je dôležité prejavovať empatiu a snahu pochopiť perspektívu druhých. Komunikácia by mala byť podporujúca a povzbudzujúca.

3. Ochrana súkromia

Mindfulness Club je priestorom, kde sa členovia zdieľajú svoje osobné skúsenosti. Ochrana súkromia každého jednotlivca je nevyhnutná. Akékoľvek informácie, ktoré si členovia zdieľajú, nesmú byť zverejnené bez ich súhlasu. Osobné informácie, ktoré sa dozvieme v rámci komunity, by mali zostať v rámci tejto komunity.

4. Zodpovednosť za svoje činy

Každý člen je zodpovedný za svoje správanie v komunite a mal by byť ochotný prijať spätnú väzbu od ostatných. V prípade, že člen poškodí komunitu svojím správaním, môže byť po dohode členov klubu varovaný, alebo jeho členstvo môže byť ukončené. Taktiež sa očakáva, že členovia budú rešpektovať rozhodnutia klubu a podieľať sa na jeho rozvoji.

5. Transparentnosť a otvorenosť

Mindfulness Club podporuje kultúru transparentnosti a otvorenosti v komunikácii a rozhodovaní. Členovia by mali byť pripravení podeliť sa o svoje názory a návrhy v demokratických diskusiách, pričom by mali rešpektovať názory a rozhodnutia ostatných.

6. Nezávislosť a rovnosť

Mindfulness Club je nezávislý a každý člen má rovnaké práva a povinnosti. Očakáva sa, že členovia sa budú podieľať na rozhodovaní a aktivitách klubu rovnakým spôsobom, bez ohľadu na svoje skúsenosti alebo dĺžku členstva.

7. Dôraz na duševné zdravie a osobnostný rast

Mindfulum Club sa zameriava na podporu duševného zdravia, mindfulness a osobnostného rastu. Očakáva sa, že členovia budú vyhľadávať a šíriť informácie, ktoré sú v súlade s týmito hodnotami a podporujú pozitívny rast jednotlivcov i komunity.

8. Dodržiavanie etických princípov

Všetky aktivity a diskusie v rámci Mindfulum Club by mali byť v súlade s etickými zásadami, ktoré zahŕňajú úctu k ľudským právam, ochranu duševného zdravia, podporu inkluzívnosti a rešpektovanie rôznych názorov a životných ciest.

9. Odhodlanie k pozitívnej zmene

Mindfulum Club je komunitou, ktorá sa neustále vyvíja. Členovia by mali byť ochotní prijímať nové myšlienky a prispievať k pozitívnym zmenám v klube aj vo svojich osobných životoch. Zároveň by mali podporovať ostatných pri ich vlastnej ceste k sebaznaniu a duševnej pohode.

10. Podpora integrácie a rozmanitosti

Mindfulum Club uznáva hodnotu rozmanitosti a snaží sa vytvoriť priestor, v ktorom sú zastúpené rôzne názory, skúsenosti a perspektívy. Členovia sa majú podieľať na vytváraní prostredia, kde sú všetky formy rozmanitosti vítané a podporované.

V Trnave, dňa 02.02.2025, Juraj Augustín Kurek,

