

Кодекс равной помощи

Один из основных принципов оказания психологической поддержки подопечным семьям фонда — это равное консультирование. Сотрудники фонда, имея опыт жизни с онкологическим диагнозом или помогая в лечении близким, оказывают равную помощь, опираясь на принципы кодекса.

Кодекс равной помощи:

— разработан сообществом активистов, общественных объединений и помогающих организаций, практикующих равную помощь, в том числе нашим фондом. Инициатором создания сообщества является Фонд социальных программ и поддержки женщин «Александра»;

— создан для регламентации принципов оказания равной помощи.

Принципы равной помощи, прописанные в кодексе, дают возможность построения границ как помогающему, так и получающему помощь. Принимая кодекс, обе стороны осознают свои права, возможности и границы. Это формирует безопасную среду для взаимодействия.

— носит исключительно рекомендательный характер и предлагается авторами для использования в работе помогающих организаций и частных лиц, практикующих равную помощь.

Если вы практикуете равную помощь, поддерживаете положения кодекса опубликованного далее, хотите заявить об этом публично, подписавшись под ним, или хотите внести уточнения и изменения в данный текст, то заполните, пожалуйста, форму обратной связи:

<https://forms.yandex.ru/cloud/60c0777cafb91b6b08d7ef8e/>

Кодекс равной ПОМОЩИ

Организации, участвующие в разработке этического кодекса:

Ассоциация пациентов и специалистов, помогающих людям с ВИЧ, вирусными гепатитами и другими социально значимыми заболеваниями "Е.В.А."

Автономная некоммерческая социально-правовая организация «Темида»

Благотворительный фонд помощи недоношенным детям «Право на чудо»

Благотворительный фонд «Обнимая небо»

Благотворительный фонд помощи детям с онкологическими и онкогематологическими заболеваниями «Время детства»

Новосибирская региональная общественная организация "Гуманитарный проект"

Служба помощи онкобольным «Ясное утро»

Фонд социальных программ и поддержки женщин «Александра»

Фонд борьбы с лейкемией

Центр социально-психологической реабилитации онкологических больных и лиц групп риска "ВМЕСТЕ ПРОТИВ РАКА"

Центр поддержки материнства «Душа Мамы»

Мы, сообщество активистов, общественных объединений и помогающих организаций, - осознано и добровольно осуществляющих равную помощь для всех, кто оказался в сложной жизненной ситуации на территории Российской Федерации,

- руководствуясь правами человека и стремясь к повышению качества жизни общества в целом и каждого его члена;
- поддерживая и развивая в обществе открытость, ненасилие и толерантность;
- опираясь на принципы равенности, доступности, конфиденциальности и безоценочности в оказании помощи;
- признавая себя частью мирового сообщества равной помощи;

принимая настоящий кодекс, чтобы закрепить философию и ценности равной помощи, роли и цели ее участников, которые могут и должны приносить пользу получателям нашей помощи.

Сообщество помогающих высоко ценит сам процесс создания настоящего кодекса, который является намеренно инклюзивным и предполагает постоянное развитие и дополнение членами сообщества посредством публичного обсуждения, публикаций на онлайн площадках, оценки независимыми оценщиками и анализа международных практик.

Кодекс призван содействовать созданию рекомендаций по осуществлению разных видов равной помощи, и служить основой для определения ключевых компетенций и стандартов подготовки равных помогающих.

Ключевые понятия

Равная помощь - безвозмездная информационная, эмоциональная и практическая поддержка, оказываемая человеку, находящемуся в сложной и/или ранее не знакомой ситуации, человеком, имеющим личный опыт проживания схожей жизненной ситуации. Помощь направлена на приобретение ее получателем знаний, умений и навыков, необходимых для самостоятельного совладания с трудными обстоятельствами и улучшения качества собственной жизни.

Человек, оказывающий равную помощь (Помогающий) — человек, обладающий высоким уровнем эмпатии и достаточными навыками общения; оказывающий информационную, эмоциональную или практическую поддержку, опираясь на свой личный опыт проживания схожей ситуации.

Получатель равной помощи — человек, нуждающийся в информационной, эмоциональной, практической поддержке в сложной жизненной ситуации и готовый ее принимать.

Организатор Равной помощи — организация или сообщество, которые занимаются объединением и координацией людей, оказывающих Равную помощь, а также организует процессы взаимодействия Получателей помощи и Помогающих.

Ценности Равной помощи

Человек и его жизнь – самая высшая и абсолютная ценность для любой программы помощи.

Открытость – готовность делиться личным опытом, слышать другого и быть честным.

Добровольность – каждый имеет право просить помощи и отказаться от нее. Никто не обязан бороться с проблемой в одиночку, а также оказывать помощь, если это выше его сил.

Толерантность – равная помощь оказывается людям вне зависимости от их мировоззрения, образа жизни, поведения и обычаев, а также состояния здоровья, социального статуса, других критериев.

Прозрачность – возможность для любого человека присоединиться к сообществу помогающих, получить о нем достоверные сведения, принять его ценности и вынести на обсуждение интересующие вас вопросы; подразумевает так же готовность членов сообщества к открытому диалогу и взаимодействию.

Личный опыт – признание неповторимости и уникальности опыта каждого человека и осознание этого опыта, как основы для равной помощи.

Эмпатия – это сопереживание эмоциональному состоянию других людей, способность поставить себя на их место, распознать, что они чувствуют и выразить сострадание.

Преимственность – каждый получивший помощь и осознавший важность этого процесса, может стать человеком, оказывающим равную помощь другим.

Принципы Равной помощи

ПРИНЦИП № 1 РАВНОСТЬ

Личный опыт является необходимым условием Равной помощи.

Равность для Получателя помощи – возможность прикоснуться к практическому опыту переживания сходной жизненной ситуации; жизненный пример преодоления сложных обстоятельств.

Равность для Помогающего - оказание человеком Равной помощи возможно только если он(а) сталкивался (-ась) со схожей проблемой или ситуацией, что и Получатель помощи. Помогающий делится собственным опытом, чтобы показать то положительное, что он вынес из этого опыта, не утверждая, что это единственно верный способ проживания схожей ситуации.

Равность для сторонних людей/специалистов /организаций – равная помощь оказывается людьми, имеющими достаточную подготовку и личный опыт проживания сложной ситуации, и не нарушает границ компетенций профессионалов.

ПРИНЦИП № 2 НИЗКОПороГОВОСТЬ

Равная помощь оказывается в таких формах и местах, которые наиболее приемлемы (физически и психически) и всегда бесплатны для Получателей этой помощи.

Низкопороговость для Получателя помощи – это непредвзятое отношение к его личным обстоятельствам; возможность получить помощь анонимно, без бюрократических проволочек и барьеров; возможность говорить на равных, опираясь на схожий опыт; получать информацию понятным языком.

Низкопороговость для Помогающего — это важность понимания ценностей, установок и переживаний Получателя помощи; экспертность Помогающего не является основанием для принятия решения за Получателя помощи или оказания давления на него.

Низкопороговость для сторонних людей/специалистов/организаций — это открытость для партнерства; стремление к синергии усилий и ресурсов в интересах Получателей помощи; а так же, понимание Помогающими возможностей и ограничений своей компетенции.

ПРИНЦИП № 3 КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ

Равная помощь основана на взаимном доверии и не приводит к разглашению личной информации ее участников.

Конфиденциальность для Получателя помощи - информация, которая стала известна Помогателю в процессе оказания Равной помощи, сохраняется в тайне, и не передается третьим лицам без согласия Получателя этой помощи.

Конфиденциальность для Помогателя — это признание того факта, что оказание Равной помощи не может быть использовано для получения данных в личных или исследовательских целях, без согласия Получателя помощи; не допускается использование фотографий, аудио и видео записей процесса оказания Равной помощи с изображениями лиц Получателей помощи, если они не подтвердили свое согласие на участие в съемке документально. Кроме этого, Помогатель вправе работать анонимно.

Конфиденциальность для сторонних людей/специалистов/организаций — это уверенность в неразглашении информации о Получателях помощи и стратегиях их поддержки, в том числе совместной поддержки со специалистами.

ПРИНЦИП №4 БЕЗОЦЕНОЧНОСТЬ.

Равная помощь может быть оказана любому нуждающемуся человеку, независимо от его ценностей и убеждений.

Безоценочность для Получателя помощи — это возможность быть принятым в уязвимых ситуациях; поддержка в осознании и принятии себя в новых обстоятельствах; полное доверие к своим суждениям и чувствам; возможность не испытывать стыд и неудобства; получение поддержки на пути изменений.

Безоценочность для Помогателя— это восприятие Получателя помощи без оценки его личности, действий, опыта; эмпатия и возможность расширить горизонты (жизненные возможности) для Получателя помощи; возможность оказывать любой приемлемый для себя объем помощи и осознавать важность своего вклада в общественное благополучие .

Безоценочность для сторонних людей/специалистов/организаций — это возможность участвовать и содействовать программам/проектам Равной помощи, которые они считают для себя приемлемыми. Давать конструктивную обратную связь и быть услышанными организаторами Равной помощи.

ПРИНЦИП №5. БЕЗОПАСНОСТЬ И НЕНАСИЛИЕ.

В процессе оказания Равной помощи сохранение физического и психического здоровья Получателя помощи и Помогающего имеют равное значение и наивысший приоритет.

Безопасность и ненасилие для Получателя помощи - никакая помощь не может быть оказана без его согласия Получателя, он может в любой момент остановить процесс оказания Равной помощи и вернуться к нему по желанию; никакая помощь не может быть оказана насильно.

Безопасность и ненасилие для Помогающего – помогающий стремится к оказанию помощи в соответствии с запросом, привлекая к процессу иных активистов, организации, специалистов; если предоставление Равной помощи потенциально может повлечь ухудшение эмоционального или физического состояния Помогающего, он вправе отказаться от предоставления Равной помощи.

Безопасность и ненасилие для сторонних людей/специалистов/организаций – уверенность в гуманности и экологичности равной помощи, поддержание и развитие ненасильственных практик помощи.