

## Regeling (her)certificering VVM vanaf 1 juli 2019

### Achtergronden

Hierbij treft u allereerst relevante informatie aan met betrekking tot de regeling. Zo blijft wat ten tijde van de invoering van belang werd geacht beschikbaar. De regeling zelf is als bijlage toegevoegd.

### 1. Actuele ontwikkelingen

De regeling speelt in op de volgende actuele ontwikkelingen:

- het aanreiken van Europese richtlijnen door EAMBA;
- de ontwikkeling van uiteenlopende mindfulness based programma's;
- de groei van het aantal professionals dat mindfulness op diverse wijzen inzet;
- een groeiend aantal derde partijen zoals zorgverzekeraars, opdrachtgevers, werkgevers die liefst, of uitsluitend mensen met een gedegen keurmerk inschakelen.

### 2. Uitgangspunten, reikwijdte en verantwoording van de nieuwe regeling

Deze zijn te vinden in de regeling zelf die als bijlage in dit document is opgenomen.

### 3. Toelichting m.b.t. Mindfulness Based Programma's

#### Mindfulness is geen programma

De twee methoden MBSR en MBCT vormden ooit het begin van wat 'mindfulness' is gaan heten. Ofwel: 'mindfulness' is in het taalgebruik voor velen synoniem geworden voor meestal de MBSR methode. Ook trainers zeggen vaak dat ze 'mindfulness' geven maar ze bedoelen veelal de MBSR.

Nu er meerdere 'mindfulness based programs', kortweg MBP's, ontwikkeld zijn en vele zullen volgen lijkt het alsof dit fenomeen nieuw is. Maar de MBSR en de MBCT zijn beiden ook mindfulness based programma's. In hun naam is zowel het 'mindfulness based' vastgelegd als waartoe men het inzet: respectievelijk stress reductie en cognitieve therapie.

Wat essentieel is: 'mindfulness' als zodanig is niet het programma. Mindfulness is misschien het best te duiden als een samenhangend geheel aan methoden, vaardigheden en inzichten die intern bewustzijn bevorderen (uit de MissieVisieStrategie nota van de VVM). Als een programma **mindfulness als basis** gebruikt, dan noemen we het mindfulness based. In het door Rebecca S Crane, Jon Kabatt-Zin e.a. in 2016 uitgebrachte artikel 'What defines mindfulness-based programs? The warp and the weft' wordt deze mindfulness basis 'de schering' van een MBP genoemd.

### **Toepassingen mindfulness volop in ontwikkeling**

Met mindfulness als basis zien meer en meer MBP's het daglicht. Mindfulness leent zich om te verweven met een andere specifieke deskundigheid (in het eerder genoemde artikel over 'the warp and the weft' wordt deze 'de inslag' van een MBP genoemd). Zo zijn programma's denkbaar voor o.a.:

- diverse leeftijdsgroepen: kinderen, ouders, ouderen, jongvolwassenen;
- beroepsgroepen: verzorgenden, leerkrachten, hulpverleners, bedrijfsleven, justitie;
- psychische of lichamelijke klachten: burn-out, pijn, chronische vermoeidheid, angst, kanker, ADHD;
- persoonlijke ontwikkeling: voor specifieke levensfasen, hoog gevoeligheid, spiritualiteit;
- leefstijl: verslaving (alcohol, roken, drugs, gamen), algehele gezondheid, sporten.

We staan aan het begin van deze ontwikkeling, maar kunnen nu al vast stellen dat in de nabije toekomst de overdracht niet langer zal zijn voorbehouden aan 'de mindfulness-trainer'. Er zullen naast trainers andere beroepen uiteenlopende MBP's gaan overdragen en/of inzetten: therapeuten, coaches, supervisors, begeleiders, hulpverleners, opleiders e.a. . Op langere termijn kan voorzien worden dat mindfulness geïntegreerd gaat worden in allerlei vormen van onderwijs, educatie, beroepsvorming, nascholing op vele niveaus, management etc. Dan zal het overdragen van mindfulness als basale bekwaamheid worden verankerd in beroepen en functies.

### **4. Toelichting m.b.t. introductie 'mindfulness professionals'**

Met uitsluitend vernieuwen van de eisen ter aansluiting op het vanuit EAMBA aangereikte Ethics-document zijn we er niet. De VVM missie en visie vragen dat we in brede zin Mindfulness Based Programma's gaan accrediteren maar ook dat we de certificering niet langer beperken tot het vak van trainer. Dit zou immers betekenen dat we bij de accreditatie van opleidingen ons zouden moeten beperken tot die opleidingen die voor de overdracht gebruik maken van de trainingsvorm. We doen daarmee niet alleen de ontwikkeling van mindfulness tekort maar worden op den duur een vereniging met een eenzijdig ledenbestand. Het is daarom essentieel nu de keuze te maken voor een brede certificering van 'mindfulness professionals' als onder 3. genoemd. Dit zorgt voor een interessante diversiteit van het ledenbestand die zeer goed past bij de intenties en de cultuur van de vereniging. Deze wijze van certificeren is eigentijds, kan jaren mee en is de beweging voorwaarts die de vereniging nodig heeft. Met alleen trainers certificeren zou de VVM andere professionals die mindfulness een warm hart toedragen uitsluiten.

### **5. Certificering en accreditatie vragen om toetsing op dezelfde grondslag**

Aangezien ook de accreditatie van opleidingen nodig aan vernieuwing toe is, is het gewenst de benadering daarvan in relatie te zien met de certificering van door hen opgeleide professionals. De uitdaging voor de VVM (en elke beroepsvereniging) is sowieso de juiste maat te vinden voor zowel certificering van beroepsbeoefenaren als voor de accreditatie van hun opleidingen. Deze moeten immers beiden geloofwaardig zijn en op elkaar afgestemd. Duidelijk is dat de toename van de diversiteit in zowel MBP's als de professionals die deze overbrengen en/of inzetten van de VVM vraagt om terughoudendheid bij de toetsing in kwalitatieve zin. Een passende en haalbare invulling lijkt, zowel bij certificering als accreditatie, te zijn om langs twee lijnen te toetsen:

- de mindfulle basis (de schering); is deze voldoende ruim verankerd in de professional c.q. de opleiding?
- de werkcondities; waarborgen de professional c.q. de opleiding de juiste randvoorwaarden voor de te leveren dienst?

De VVM zal zich dus onthouden van oordelen over de inhoud en kwaliteit van hetgeen specifiek geboden wordt in relatie tot datgene of diegene waarvoor men een methode ontwikkeld heeft (de inslag).

De hiervoor geschetste benadering houdt in dat we de **certificering van beroepsbeoefenaren** los maken van de vorm van beroepsuitoefening; we toetsen niet de kwaliteiten van de trainer, de coach, de therapeut etc. maar beperken ons tot wat gezien kan worden als zijn gewenste mindfulness basis. Grotendeels toetsen we dit in de praktijk door opleidingseisen te stellen en de instandhouding van kennis en vaardigheden te vereisen. T.a.v. de condities waaronder gewerkt wordt toetsen we of voldaan wordt aan de Erecode. Hierin ligt uitgebreid vast wat de VVM van een mindfulness professional wordt verwacht in relatie tot zijn beroepsuitoefening o.a. dat hij zich beperkt tot waarin hij deskundig is.

Bij de **accreditatie van opleidingen** doen we hetzelfde, we toetsen of de mindfulness based principes in voldoende mate deel uitmaken van de opleiding. We zullen daarvoor moeten definiëren welke mindfulness based principes, ongeacht het programma essentieel zijn. Daarnaast zullen we eisen moeten stellen aan een aantal randvoorwaarden: deskundige opleiders, een deugdelijk opleidingsplan, syllabus, supervisie, ervaring opdoen in de praktijk, etc.

## **6. Communicatie**

Het is essentieel dat de VVM omwille van de geloofwaardigheid in de communicatie helder is over haar keurmerk, zowel voor wat betreft de inhoud van de toetsing als ook over de beperkingen er van. T.a.v. certificering is helder dat in de benaming Mindfulness Professional, die we als erkenning meegeven, de VVM zich richt op vakbekwaamheid in relatie tot mindfulness. Wil een professional een erkenning gericht op de specifieke inhoud of doelgroep (de inslag) dan kan en zal de VVM deze niet verstrekken. Daarvoor zal men zich tot anderen moeten wenden. Zo blijft de VVM zuiver en helder naar leden en de buitenwereld.

## Bijlage

### Regeling (Her)certificering Mindfulness Professionals vanaf 1 juli 2019

#### A. Introductie regeling

##### 1. Uitgangspunten voor deze regeling

Aan deze regeling liggen de volgende uitgangspunten ten grondslag:

- het document 'A Framework for the integrity of Mindfulness-Based Programs' dat door EAMBA als richtlijn is aangereikt aan alle aangesloten Europese mindfulnessverenigingen;
- ruimte bieden aan professionals met een uiteenlopend aanbod aan Mindfulness Based Programma's (MBP's);
- handhaving van hercertificering na 4 jaar om zo de waarde van het certificaat te borgen;
- een certificering en hercertificering zonder onderscheid in niveaus;
- wie op een andere wijze dan in deze regeling is aangegeven voldoet kan ook gecertificeerd worden. Deze regeling bevat richtlijnen en geen absolute normen;
- zo beperkt mogelijk te overleggen formaliteiten, de VVM werkt op basis van vertrouwen (tenzij het tegendeel wordt bewezen);
- degelijke kwaliteiten om voor certificering in aanmerking te komen, behapbare eisen om gecertificeerd te blijven, rekening houdend met inmiddels opgedane ervaring;
- voldoen aan de Erecode.

##### 2. Reikwijdte regeling

- a. 'Mindfulness' is niet langer synoniem voor de twee trainingen (MBSR/MBCT) waarmee het ooit begon. Inmiddels zijn er andere 'Mindfulness Based Programs' (MBP's) ontstaan waarbij mindfulness steeds de basis vormt voor uiteenlopende vormen van training, coaching, therapie e.a.. De VVM speelt met deze regeling in op deze ontwikkeling en wil deze daarmee ook ondersteunen. Certificering zal niet langer zijn voorbehouden aan trainers maar vanwege de uiteenlopende beroepsbeoefening aan 'mindfulness professionals'.
- b. De certificering van 'mindfulness professionals' door de VVM richt zich op twee essentiële kwaliteiten: die van hun mindfulle basis en praktijkuitoefening. Het is voor de VVM niet mogelijk de kwaliteit van kennis en vaardigheden van de vele specifieke MBP toepassingen te omschrijven of te toetsen. Die verantwoordelijkheid ligt elders, o.a. bij de MBP opleiders. Van de gecertificeerde wordt verwacht dat deze zelf oog heeft voor die vakinhoudelijke kwaliteit en deze in stand houdt.

##### 3. Verantwoording regeling

- a. Onderstaande criteria zijn voornamelijk tot stand gekomen door de kennis, ervaring en wijsheid, weer gegeven in de documenten:
  - A Framework for the integrity of Mindfulness-Based Programs, diverse auteurs. Zie website VVM
  - What defines mindfulness-based programs? The warp and the weft, Rebecca S Crane, Jon Kabatt-Zin e.a. Psychological Medicine Page 1 of 10, Cambridge University Press (2016)
  - Development en Validation of the MBI-TAC (Mindfulness –Based Interventions Teaching Assessment Criteria), Rebecca S Crane e.a. (May 2012 & 2016). Zie: [www.bangor.ac.uk](http://www.bangor.ac.uk).

- b. Het document 'A framework for the integrity of Mindfulness-Based Programs' biedt:
  - richtlijnen voor ethiek en integriteit; deze zijn meegenomen in de Erecode van de VVM
  - richtlijnen voor certificering van trainers op drie niveaus. Over hercertificering spreekt het Framework zich niet uit. De VVM acht het toewijzen van niveaus aan professionals niet wenselijk en kiest in vervolg op certificering voor een vier jaarlijkse hercertificering waardoor kwaliteit toeneemt en tevens duurzaam geborgd wordt. Bij de formulering van waaraan ge(her)certificeerden moeten voldoen is overigens aansluiting gezocht bij de richtlijnen uit het Framework voor de eerste twee daarin genoemde niveaus. Het derde niveau uit dit document acht de VVM passend bij hen die opleidingen van professionals verzorgen.
- c. Onderstaande criteria zijn met zorg geformuleerd en zullen basis zijn voor (her)certificering. Er kan van worden afgeweken door diegene die zich wil laten (her)certificeren, hetgeen ter beoordeling is van de certificeringscommissie. Dit kan uitsluitend als op een redelijk wijze aangetoond kan worden dat op een andere gelijkwaardige wijze aan één of meerdere criteria wordt voldaan.
- d. Deze regeling wordt niet met terugwerkende kracht opgelegd. D.w.z. dat, indien men op 1 juli 2019 al gecertificeerd of gehercertificeerd is, het certificaat geldig blijft. Verder zijn er ruime overgangsregelingen opgenomen zodat niemand in de knel raakt door deze nieuwe regeling.

## B. Certificering Mindfulness Professional

### 1. Voorwaarden

De VVM verwacht van een mindfulness professional die zich laat certificeren dat hij of zij voldoet aan de volgende voorwaarden:

#### a. **Minimaal 120 Studiebelastinguren (SBU's) voor het leren verzorgen van een mindfulness based programma (MBP)**

Dit kan door een combinatie van het volgen van een MBP-opleiding en van een basale training die samen tenminste 120 SBU's opleveren:

##### a.1 **Opleiding in het geven van een MBP**

Men heeft één volledige door de VVM geaccrediteerde MBP-opleiding afgerond. Deze geaccrediteerde opleiding dient minimaal 100 studiebelastinguren te omvatten, waarvan minimaal 42 contacturen en 58 uur zelfstudie.

##### a.2 **Basale mindfulness training**

Deelname als cursist aan een grondige training gericht op basale mindfulness kennis en vaardigheden, gegeven door een gecertificeerde trainer. De training vraagt tenminste 20 studiebelastinguren, het grootste deel bestaat uit contacturen ten behoeve van vooral beoefening. Deze training (bijv. een MBSR training) kan zowel voorafgaand aan de onder 1a. genoemde MBP-opleiding gedaan worden maar kan er ook deel van uitmaken. Indien dit laatste het geval is dan zal de MBP-opleiding in totaliteit minimaal  $100 + 20 = 120$  SBU's vragen.

Let op: Opleidingen en/of trainingen online worden niet voldoende geacht en niet mee gerekend.

#### b. **Beoefening meditatie en mindful bewegen**

Minimaal één jaar regelmatig mediteren in de mindfulness traditie (MBP, Vipassana, Zen, Shambala, Dzogchen of soortgelijk).

En minimaal één jaar beoefening mindful bewegen (zoals Hatha Yoga, Chi Gong, Tai Chi), indien in het MBP dat men geeft dit een wezenlijk onderdeel is. (Dit laatste is toegevoegd omdat niet bij ieder MBP mindfulnessbeweging een wezenlijk onderdeel is.)

**c. Geven van een MBP**

Heeft inmiddels ervaring opgedaan met het verzorgen van minimaal acht sessie's waarvoor men de MBP-opleiding volgde. Hierbij worden formele en informele mindfulnessoefeningen aangeboden en gebruik gemaakt van adequaat materiaal(cd's, werkboek, draaiboek e.d.) zoals ontwikkeld door Kabat-Zinn of Segal, Williams en Teasdale. of andere MBP-ontwikkelaars.

**d. Zelfreflectie en supervisie**

Persoonlijke zelfreflectie zoals, een uitgeschreven reflectieverslag over acht sessie's door de professional zelf gegeven (indicatie één pagina per sessie) en waarover tevens supervisie is ontvangen. Minimaal drie uur supervisie door een ervaren professional. Een ervaren professional is iemand die gecertificeerd is. Of door een gekwalificeerde supervisor over het MBP.

**e. Retraites**

Intensieve stilte retraite begeleidt door een ervaren gecertificeerde trainer/opleider/geschoolde retraite begeleider in Vipassana, Zen, Shambala, Dzogchen of soortgelijke traditie. Minimaal één retraite van 5-7 dagen (etmalen) of twee retraites van ieder minimaal 2,5 dagen.

**f. Erecode**

Indien men gecertificeerd wil worden dan dient men de Erecode van de VVM te onderschrijven en in de praktijk te volgen. Door middel van een checklist zal gevraagd worden dit te onderschrijven.

**g. Vooropleiding**

Afgesloten beroepsopleiding/studie op Universitair of HBO niveau. Minimaal drie jaar werkervaring op het opleidingsniveau.

**2. Geldigheid**

Het certificaat is vier jaar geldig, om bij de VVM gecertificeerd te blijven dient men zich te hercertificeren.

**3. Ingang regeling**

Deze certificeringsregeling gaat per 1 juli 2019 in. Wie bij de invoering van deze nieuwe certificeringsregels reeds gecertificeerd is hoeft niet alsnog aan de nieuwe criteria voor certificering te voldoen. Vanaf 1 juli 2019 is men dan automatisch gecertificeerd als Mindfulness Professional.

**4. Overgangsregeling**

Er is een overgangsregeling tot 1 december 2019, d.w.z. dat men tot die tijd volgens de oude certificeringsregels nog een certificaat kan aanvragen en dat men dan uiterlijk 1 januari 2020 het certificaat Mindfulness Professional krijgt.

**C. 1e Hercertificering Mindfulness Professional**

**1. Voorwaarden**

De VVM verwacht van een mindfulness professional die zich laat hercertificeren dat hij of zij voldoet aan de volgende voorwaarden over de vier jaar dat men gecertificeerd is geweest:

**a. Geven van mindfulnessprogramma**

Heeft in de laatste vier jaar minimaal 64 mindfulness-sessies verzorgd. Een sessie kan zowel een groepsgewijs karakter hebben (bijv. training) als een individueel karakter (bijv. coaching of therapie).

**b. Supervisie/intervisie**

Minimaal vijf uur supervisie door ervaren/gecertificeerde professional of door een gekwalificeerde supervisor; of vijf uur interventie met groep van gecertificeerde professionals waarbij minimaal twee gehcertificeerde professionals; of een combinatie van uren supervisie en interventie.

**c. Retraites**

Intensieve stilte retraite begeleid door ervaren gecertificeerde trainer/opleider/geschoolde retraite begeleider in Vipassana, Zen, Shambala, Dzogchen of soortgelijke traditie. Minimaal twee retraites van 5 -7 dagen (etmalen) of vier retraites van ieder minimaal 2,5 dagen (etmalen) of een combinatie daarvan.

**d. Bijscholing**

Heeft aantoonbaar na/bijscholing gevolgd, tenminste 120 studiebelastingsuren waaronder workshops/ studiedagen<sup>1</sup>, opleiding mindfulness<sup>2</sup> en persoonlijke studie.

**e. Erecode**

Indien men gehcertificeerd wil worden door de VVM dan dient men de Erecode van de VVM te onderschrijven en in de praktijk te volgen. Door middel van een checklist zal gevraagd worden dit te onderschrijven.

**f. Zelfreflectie**

Hercertificering vraagt om een kritische kijk op de eigen meditatiebeoefening, de beroepsuitoefening, het werken in overeenstemming met de Erecode, het lidmaatschap van de VVM e.d.. Deel hiervan maakt uit een evaluerend gesprek met minimaal twee gecertificeerde professionals plus een verslag van deze reflectie.

**2. Geldigheid**

Het certificaat is vier jaar geldig, om bij de VVM gecertificeerd te blijven dient men zich te hercertificeren.

**3. Ingang regeling**

Deze certificeringsregeling gaat per 1 juli 2019 in. Wie bij de invoering van deze nieuwe certificeringsregels reeds gehcertificeerd is hoeft niet alsnog aan de nieuwe criteria voor certificering te voldoen. Vanaf 1 juli 2019 is men dan automatisch gecertificeerd als Mindfulness Professional.

**4. Overgangsregeling**

Er is een overgangsregeling tot 1 juli 2021, d.w.z. dat men tot die tijd volgens de oude hercertificeringsregels nog gehcertificeerd kan worden.

---

<sup>1</sup> Workshops/studiedagen dienen van voldoende niveau zijn zoals die bijvoorbeeld georganiseerd worden door de VVM.

<sup>2</sup> De mindfulness opleidingen dienen relevant te zijn voor de beroepsuitoefening van de gecertificeerde en van voldoende niveau zoals bijvoorbeeld opleidingen die door geaccrediteerde opleiders gegeven worden.

## D. 2<sup>e</sup> e.v. Hercertificering Mindfulness Professional

### 1. Voorwaarden

De VVM verwacht van een mindfulness professional die zich na een eerdere hercertificering opnieuw laat hercertificeren dat hij of zij voldoet aan de volgende voorwaarden over de laatste vier jaar dat men gecertificeerd is geweest.

#### a. Geven van mindfulnessprogramma

Heeft in de laatste vier jaar minimaal 64 mindfulness-sessies verzorgd. Een sessie kan zowel een groepsgewijs karakter hebben (bijv. training) als een individueel karakter (bijv. coaching of therapie).

#### b. Supervisie/intervisie

Minimaal vijf uur supervisie door ervaren/gecertificeerde professional of door een gekwalificeerde supervisor; of vijf uur interventie met groep van gecertificeerde professionals waarbij minimaal twee gecertificeerde professionals; of een combinatie van uren supervisie en interventie.

#### c. Retraites en bijscholing

Verwacht wordt dat hieraan in vier jaar minimaal 120 uren worden besteedt. Een dag/etmaal retraite te rekenen als 12 uren, voor na/bijscholing de reële studiebelastingsuren. Men is vrij te kiezen voor een combinatie van retraite en na/bijscholing met dien verstande dat tenminste aan elk 24 uren zijn besteedt. De omschrijving van retraite en bijscholing vind je onder C. 1<sup>e</sup> Hercertificering onder 1.c en 1.d.

#### d. Erecode

Indien men gehercertificeerd wil worden door de VVM dan dient men de Erecode van de VVM te onderschrijven en in de praktijk te volgen. Door middel van een checklist zal gevraagd worden dit te onderschrijven.

#### e. Zelfreflectie

Hercertificering vraagt om een kritische kijk op de eigen meditatiebeoefening, de beroepsuitoefening, het werken in overeenstemming met de Erecode, het lidmaatschap van de VVM e.d.. Deel hiervan maakt uit een evaluerend gesprek met minimaal twee gecertificeerde professionals plus een verslag van deze reflectie.

### 2. Geldigheid

Het certificaat is vier jaar geldig, om bij de VVM gecertificeerd te blijven dient men zich te hercertificeren.

### 3. Ingang regeling

Deze certificeringsregeling gaat per 1 juli 2019 in. Wie bij de invoering van deze nieuwe certificeringsregels reeds gehercertificeerd is hoeft niet alsnog aan de nieuwe criteria voor certificering te voldoen. Vanaf 1 juli 2019 is men dan automatisch gecertificeerd als Mindfulness Professional.

### 4. Overgangsregeling

Er is een overgangsregeling tot 1 juli 2021, d.w.z. dat men tot die tijd volgens de oude hercertificeringsregels nog gehercertificeerd kan worden.

*Einde regeling.*