

Etiske retningslinjer for MBSR-lærere under Mindfulnessforeningen Danmark. (Udarbejdet 2015 *)

Afsnit A: formål og brugervenlig oversigt

Etik skal langt hen ad vejen gerne være integreret i MBSR-læreren, så der undervises og interverneres ud fra et blødt og omsorgsfuldt hjerte, med den hensigt at være til gavn for deltageren. MBSR-læreren har i den forbindelse et ansvar for sit eget sinds tilstand i mødet med deltageren, så denne er i gode, professionelle hænder.

Formål:

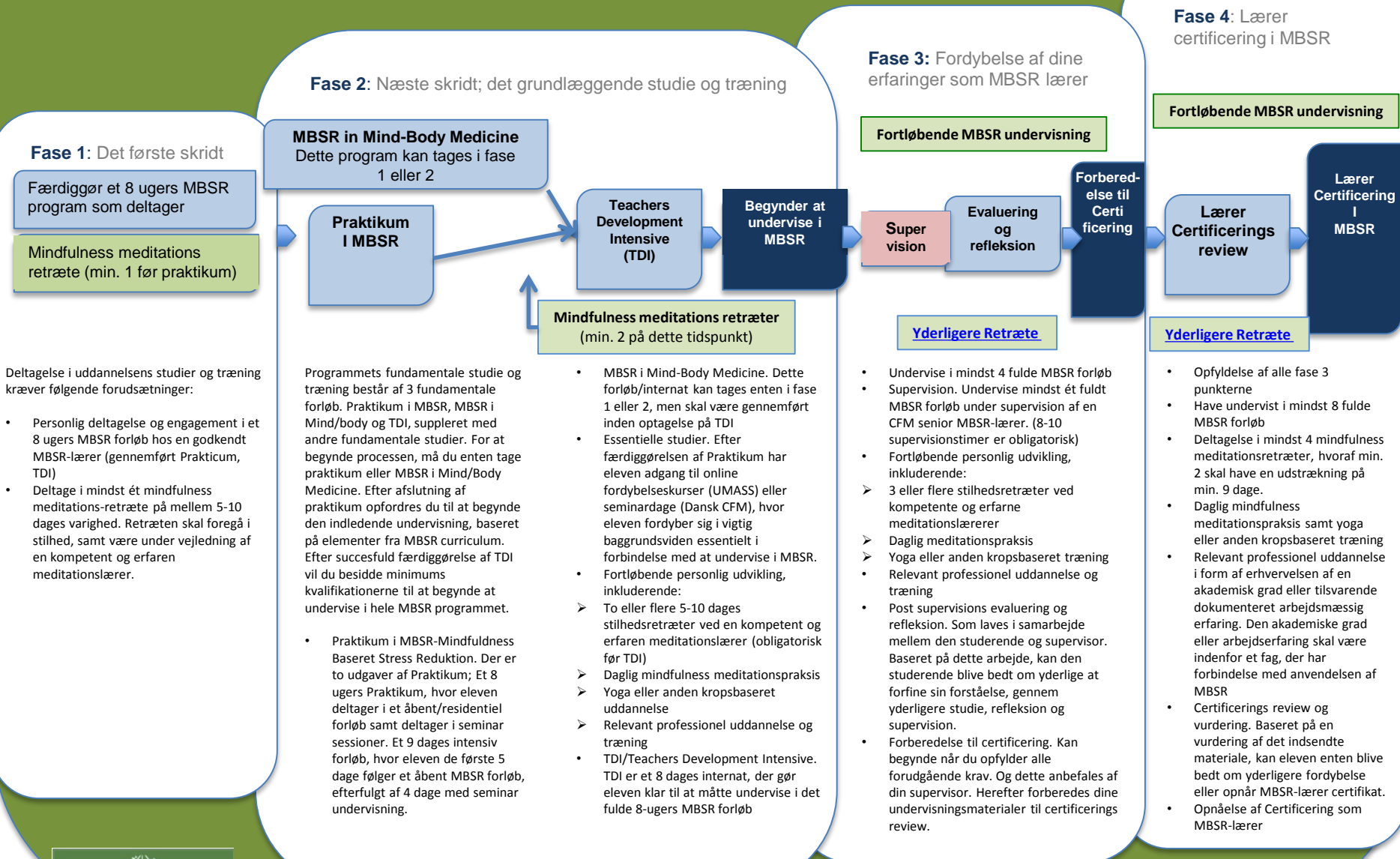
Principper og indhold i de følgende retningslinjer er udtryk for Mindfulnessforeningens erklærede ståsted og et ønske om at være generelt dækkende for enhver form for undervisning inden for mindfulness-baserede Interventioner, herunder specifikt MBSR/Mindfulness-baseret Stress Reduktion. Foreningen ønsker at kvalitetssikre MBSR forløbet, så deltageren er sikret en god kvalitet og høje etiske standarder, når han/hun vælger at benytte en MBSR-lærer under Mindfulnessforeningen Danmark.

Formålet er endvidere at vejlede den uddannede MBSR-lærer i etisk korrekt adfærd, og være til inspiration for den studerende, så etik bliver integreret i tilegnelsen af MBSR-curriculum.

Brugervenlig oversigt over MBSR-lærerens uddannelse og de etiske principper:

- *MBSR-lærerens uddannelse: (se afsnit B)*
Uddannelsen til MBSR-lærere er dybdegående, både teoretisk og personligt, og består af 4 faser, der sikrer lærerens egen daglige meditationspraksis og fordybende træning i mindfulness meditation. Læreren tilegner sig igennem teoretisk studier og undervisning faglig viden om mindfulness meditation, stress teori og evidensen bag MBSR-forløbet. Læreren modtager supervision, samt har en relevant professionel uddannelse indenfor et fag, der har forbindelse med anvendelse af MBSR.
- *Etiske Principper, 4 kategorier: (Se afsnit C)*
Respekt for deltageren, for MBSR-programmet og for fagfæller:
Læreren viser respekt for menneskets grundlæggende rettigheder, værdier, værdighed og integritet, herunder fortrolighed og tavshedspligt. Der undervises i det 8-ugers MBSR-curriculum, UMSS har udstukket og anerkendt, og mixes ikke med andet materiale. Den etiske adfærd omfatter også fagfæller, således at disse ikke nedgøres, og der drages omsorg i tilfælde af konflikt.
- *Kompetence:*
Læreren bestræber sig på at udvikle og opretholde et højt fagligt kvalifikationsniveau i sit arbejde. Herunder en bevidsthed om egne kompetencer, samt hvilke opgaver han kan påtage sig.
- *Ansvar:*
Læreren tilstræber at være til gavn for deltageren, og er opmærksom på det professionelle ansvar han har overfor denne, herunder et asymmetrisk forhold, som ikke udnyttes eller drages fordel af.
- *Integritet/Redelighed og tydelig.*
Læreren giver passende og tydelige oplysninger om sine kvalifikationer, uddannelse, erfaring, kompetence og faglige tilknytning.
- *Mindfulnessforeningens etiske løfte: (se afsnit D)*
Læreren arbejder efter de etiske principper og standarder, der er udarbejdet i nærværende dokument.

Afsnit B: MBSR-lærere uddannelsen



Denne oversigt er udarbejdet ud fra UMASS, Center for Mindfulness, Oasis Institute (2015)

Afsnit C: Ethiske principper for MBSR-lærere

Principperne i dette afsnit er organiseret ud fra fire hovedkategorier:

Respekt for deltageren, for MBSR-programmet og for fagfæller.

Kompetence

Ansvar

Integritet

I det følgende refererer betegnelsen 'deltageren' til enhver person eller organisation, som MBSR-læreren har et arbejdsmæssigt forhold til.

Betegnelsen 'læreren' refererer til enhver person uanset uddannelsesniveau, som stiller sig til rådighed for at undervise i eller på anden måde præsentere indholdet og udbyttet af MBSR.

Kønsbetegnelsen 'han/hans' er anvendt, hvor der i teksten anvendes personlige stedord.

I afsnittene 'Ansvar' og 'Integritet' anvendes sprogbrugen 'Jeg vil...' med det formål at ophøje teksten til en personlig ansvarlighed.

Betegnelserne 'program' og 'forløb' bruges tilfældigt og henviser i begge tilfælde til 8-ugers MBSR forløb.

Respekt for deltageren, for MBSR-programmet og for fagfæller

Læreren viser respekt for menneskets grundlæggende rettigheder, værdighed og integritet og tilstræber, at hans faglige viden anvendes på en måde, som ikke krænker, udnytter eller undertrykker mennesker.

Respekt for deltageren:

Fortrolighed:

Læreren respekterer den enkeltes ret til fortrolighed ved at håndhæve tavshedspligt i forhold til, hvad han iagttager og hører fra den enkelte deltager. Der gøres dog en undtagelse fra tavshedspligten, dersom der foreligger åbenbar fare for deltageren eller andre.

Deltagerens personlige oplysninger og kontaktinformationer opbevares fortroligt og anvendes kun til det formål hvortil de er afgivet.

Selvbestemmelse:

Læreren sørger for maksimal autonomi og selvbestemmelse for deltageren, herunder om deltageren vil påbegynde eller afslutte et forløb.

Respekt for integriteten i MBSR-programmet:

Læreren underviser ud fra det grundlag, som UMASS har udstukket og anerkendt (se afsnit B - uddannelse). MBSR undervises ud fra et curriculum, og læreren mikser det ikke med andre elementer eller programmer under dette navn.

MBSR er et sekulært program og har ikke noget religiøst ståsted. Læreren kan have et personligt religiøst ståsted, som han kan nævne og forklare, hvis han bliver spurgt.

Respekt for fagfæller:

Mindfulness indbefatter også lærerens intention og adfærd overfor andre MBSR-lærere. Dette indbefatter påskønnelse af fagfællers intention, arbejde og person såvel som egen adfærd i tilfælde, hvor der måtte opstå en konflikt.

Læreren skal straks drage omsorg for, at eventuelle konflikter tages op og søges løst på en konstruktiv måde og i den ånd, mindfulness praktiseres.

Ved enhver form for præsentation af egne tilbud må læreren ikke bruge strategier, der nedgør andre eller fremhæver ham selv på bekostning af andre.

Kompetence

Læreren bestræber sig på at udvikle og opretholde et højt fagligt kvalifikationsniveau i sit arbejde gennem egen praksis, deltagelse i relevante kurser, [retræter](#), fagligt fællesskab, dialog og supervision.

Læreren tilstræber bevidsthed om sine faglige og menneskelige stærke og svage sider, således at han kan vurdere med hvilken kompetence, han kan påtage sig opgaver.

Læreren påtager sig kun de opgaver, tilbyder kun de ydelser og anvender kun de metoder, som han er kvalificeret til i kraft af uddannelse, træning og erfaring.

[Klik her](#) for en uddybende beskrivelse af Mindfulnessforeningens anbefalinger til lærerens fortløbende faglige udvikling:

Etisk bevidsthed:

En forudsætning for en høj faglig kompetence er, at læreren er opmærksom på de fagetiske principper og integrerer etiske vurderinger i sin professionelle praksis.

Begrænsninger:

Læreren arbejder inden for grænserne for sin egen kompetence, der følger af uddannelse, træning, erfaring og personlig styrke og begrænsning, og søger professionel hjælp og støtte i vanskelige situationer.

Ansvar

Læreren er opmærksom på det professionelle ansvar, han har for sine deltagere, han undgår at forvolde skade, tilstræber at gøre gavn og er ansvarlig for sine handlinger.

Ansvar, intention og adfærd i forhold til deltageren:

Jeg anerkender, at relationen mellem lærer og deltager er asymmetrisk, idet jeg som lærer har kompetencer og erfaring i mindfulness-praksis, som jeg anvender til at hjælpe deltageren med at udvikle sin egen praksis. Dette resulterer i et ansvar hos mig for ikke at udnytte nogen fordele, materielle eller immaterielle af denne asymmetri.

Jeg tilstræber at være bevidst om mine egne behov, holdninger og vurderinger og om min rolle i relationen. Jeg misbruger ikke min magt og stilling til at udnytte deltagerens afhængighed og tillid.

Jeg påtager mig ansvar for at sætte tydelige, passende og kulturelt fintfølede grænser, der gælder for enhver fysisk kontakt, jeg måtte have med deltageren, og vil afstå fra at indlede et seksuelt forhold til nogen af mine igangværende deltagere.

Jeg respekterer deltagerens ret til at afslutte relationen på et hvilket som helst tidspunkt i processen i henhold til aftalens/kontraktens bestemmelser. Jeg vil være opmærksom på antydninger af, at deltageren ikke længere får gavn af vores relation.

Jeg vil opfordre deltageren til at foretage en ændring, hvis jeg mener denne ville være bedre tjent med en anden lærer eller anden ressource.

Jeg er helt klar over det faktum at et MBSR-program aldrig kan erstatte nødvendig medicinsk eller psykoterapeutisk behandling, og vil foreslå deltageren at søge hjælp hos andre professioner, når jeg bedømmer det nødvendigt og passende.

Håndtering af etiske dilemmaer:

Jeg anerkender, at fagetiske dilemmaer forekommer, og at det er mit ansvar at gøre mig sådanne dilemmaer klart og rådføre mig med kolleger og Mindfulnessforeningen samt at informere andre relevante personer om de krav, som de etiske principper stiller.

Integritet

Lærerens integritet udøves gennem redelighed, tydelighed, gennemsigtighed og åbenhed:

Jeg vil give passende og tydelige oplysninger om min uddannelse, erfaring, kompetence, certificeringer og faglige tilknytning.

Jeg vil ikke bevidst give vildledende eller ukorrekte oplysninger om, hvad mine deltagere vil få ud af et forløb eller af mig som lærer.

Jeg vil ikke bevidst offentliggøre usande eller vildledende meddelelser om, hvad jeg tilbyder som lærer, eller i noget dokument fremsætte ukorrekte påstande om mindfulness som metode eller min baggrund for at undervise i mindfulness.

Jeg vil indgå tydelige aftaler eller kontrakter med mine deltagere og indfri disse.

Inden forløbets begyndelse vil jeg sørge for, at alle deltagere er informeret om indhold, form, varighed af og omkostninger ved forløbet samt grænser for fortrolighed og vil i højere grad have fokus på deltagernes velbefindende end på mine egne økonomiske interesser.

Afsnit D: Brug af de etiske principper

Som medlem af MBSR-lærerlisten under Mindfulnessforeningen Danmark anerkender jeg og står ved mine etiske og juridiske forpligtelser over for den person eller organisation, jeg har et arbejdsmæssigt forhold til samt til offentligheden generelt. Jeg vedkender mig og bestræber mig på at arbejde ud fra og i overensstemmelse med foreningens etiske retningslinjer.

Jeg anerkender, at Mindfulnessforeningen på egen eller andres foranledning kan drage mig til ansvar, hvis jeg bryder et eller flere af de fremsatte etiske principper, hvilket kan føre til tab af medlemskab eller retten til at stå på MBSR-lærerlisten.

*De etiske retningslinjer er på Mindfulnessforeningens vegne udarbejdet i 2015 af:
Benita Holt Rasmussen, Stella Lützer, Eva Broby Johansen, Jens Klostergaard og Kit Appelt.