

## Scoreformulier competenties van een Mindfulness professional

| Competenties van een Mindfulness Professional <sup>1</sup> |                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                             |                                            |                                         |
|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 1.                                                         | Vakinhoudelijk handelen/Mindfulness Professional                                           |                                                                                                                                                                                                                             | Sterke kwaliteiten van de mfn professional | Ontwikkelpunten van de mfn professional |
| 1.1.                                                       | Indiceren                                                                                  | Kennis van disclaimers voor Mindfulness<br>Toepassen van mindfulness zodat het veilig is voor de deelnemer (disclaimers).                                                                                                   |                                            |                                         |
| 1.2.                                                       | Inhoud, tempo en organisatie van de methodiek <sup>2</sup><br><i>Domein 1, blz. 51 -52</i> | Trouw zijn aan methodiek<br>Programma responsiviteit en flexibiliteit<br>Juiste inhoudelijke thema's en afstemmen op deelnemers<br>Organisatie door de professional, ruimte en materialen<br>Sessie verloop soepel en tempo |                                            |                                         |
| 1.3.                                                       | Relationeel vaardig<br><i>Domein 2, blz. 53-54<sup>3</sup></i>                             | Authenticiteit en kracht<br>Verbinding en acceptatie<br>Compassie en warmte<br>Nieuwsgierigheid en respect<br>Wederzijdsheid                                                                                                |                                            |                                         |
| 1.4                                                        | Belichaming<br><i>Domein 3, blz. 55-56</i>                                                 | Focus op het huidige moment<br>Responsiviteit in het huidige moment                                                                                                                                                         |                                            |                                         |

<sup>1</sup> De vaststelling van deze competentie van de mindfulness professional is gebaseerd op de structuur van de CadMed structuur en gebruikmakend van de MBI-TAC. Er is een verantwoording geschreven en bovendien een toelichting op de competenties. In de toelichting wordt meer ingegaan wat iedere competentie betekent.

<sup>2</sup> De MBI-TAC spreekt over curriculum van een mindfulness training maar mindfulness professionals kunnen naast trainingscurricula ook andere methodieken gebruiken zoals een coaching methodiek, of toepassingen bij therapie of supervisie.

<sup>3</sup> Dit zijn de paginanummers van de samenvatting van de MBI-TAC in het Nederlands.

|  |  |                                                                              |  |  |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  |  | Evenwicht en alertheid<br>Houdingskwaliteiten<br>Persoon van de professional |  |  |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------|--|--|

|           |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                    |                                                   |                                                |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 1.5.      | Begeleiding mindfulness oefeningen<br><i>Domein 4 MBI, blz. 57-65</i>                                                                                                                 | Taal – precies en ruimtelijk<br>Leerpunten bij iedere oefening<br>Beschikbaar<br>Aandacht bij het begeleiden       |                                                   |                                                |
| 1.6.      | Overbrengen van inhoudelijke thema's door interactive inquiry en educatie<br><i>Domein 5, blz. 67-68</i>                                                                              | Experiële focus<br>Gelaagdheid binnen het inquiry proces<br>Trainings-/overdrachtsvaardigen<br>Soepelheid          |                                                   |                                                |
| 1.7.      | Faciliteert de leeromgeving<br><i>Domein 6, blz. 68-69</i>                                                                                                                            | Veilige leeromgeving<br>Groepsontwikkeling<br>Gedeelde menselijkheid<br>Leiderschapsstijl<br>Digitale leeromgeving |                                                   |                                                |
| <b>2.</b> | <b>De communicator</b>                                                                                                                                                                |                                                                                                                    | <b>Sterke kwaliteiten van de mfn professional</b> | <b>Ontwikkelpunten van de mfn professional</b> |
| 2.1.      | Mindful communiceren<br>De mindfulness professional weet wat mindful communiceren is en kan mindful communiceren, buiten <sup>4</sup> de directe overdracht aan deelnemers toepassen. |                                                                                                                    |                                                   |                                                |
| 2.2.      | Afgestemd communiceren<br>De mindfulness professional stemt zijn communicatie af op de ontvanger van de informatie, zowel schriftelijk als mondeling.                                 |                                                                                                                    |                                                   |                                                |

<sup>4</sup> Het mindful communiceren met de deelnemer valt onder het vakinhoudelijk handelen en heeft dus nauwe relatie met de methodiek. Maar ook in andere contacten is het belangrijk dat een mindfulness professional mindful blijft communiceren.

|           |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                   |                                                |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| <b>3.</b> | <b>De samenwerkingspartner</b>                                                                                                                                                                                                                            | <b>Sterke kwaliteiten van de mfn professional</b> | <b>Ontwikkelpunten van de mfn professional</b> |
| 3.1.      | Mindful samenwerken<br>De mindfulness professional onderzoekt op welke wijze hij/zij mindful kan samenwerken met anderen.                                                                                                                                 |                                                   |                                                |
| 3.2.      | Effectief samenwerken<br>De mindfulness professional draagt bij aan een effectieve samenwerking.<br>De mindfulness professional verwijst doelgericht, op basis van een actueel inzicht in en beschikbaarheid van de expertise, naar andere professionals. |                                                   |                                                |
| <b>4.</b> | <b>De deskundige (met kennis en wetenschap)</b>                                                                                                                                                                                                           | <b>Sterke kwaliteiten van de mfn professional</b> | <b>Ontwikkelpunten van de mfn professional</b> |
| 4.1.      | De mindfulness professional maakt tijdens het mindfulness leerproces bij de klanten/cliënten gebruik van wetenschappelijk inzichten.                                                                                                                      |                                                   |                                                |
| 4.2.      | De mindfulness professional streeft naar optimalisatie van de eigen kennis, kunde, vaardigheden en attitude.                                                                                                                                              |                                                   |                                                |
| <b>5.</b> | <b>De mindfulness bevorderaar</b>                                                                                                                                                                                                                         | <b>Sterke kwaliteiten van de mfn professional</b> | <b>Ontwikkelpunten van de mfn professional</b> |
| 5.1.      | De mindfulness professional handelt vanuit een maatschappelijk verantwoord bewustzijn.                                                                                                                                                                    |                                                   |                                                |
| 5.2.      | De mindfulness professional onderzoekt naar waar mindfulness toepasbaar is, welke problemen met mindfulness opgelost kunnen worden en is hierin actief om mindfulness uit te dragen.                                                                      |                                                   |                                                |
| 5.3.      | De mindfulness professional werkt samen met organisaties van (potentiële) doelgroepen om mindfulness verder te verspreiden.                                                                                                                               |                                                   |                                                |

| 6.   | De organisator                                                                                                                       | Sterke kwaliteiten van de mfn professional | Ontwikkelpunten van de mfn professional |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 6.1. | De mindfulness professional is zorgvuldig in zijn/haar klanten administratie en voldoet aan financiële en juridische verplichtingen. |                                            |                                         |
| 6.2. | De mindfulness professional definieert deelnemer(s) <sup>5</sup> en is actief om zijn/haar deelnemer(s) te bereiken.                 |                                            |                                         |
| 6.3. | De mindfulness professional zorgt dat zijn beroep een zekere mate van bestaanszekerheid geeft.                                       |                                            |                                         |
| 6.4. | De mindfulness professional draagt zorg voor een goede werkrumte/werkomstandigheden.<br><i>Domein 1, MBI-TAC punt 4</i>              |                                            |                                         |
| 7.   | De professional en kwaliteitsbevorderaar                                                                                             | Sterke kwaliteiten van de mfn professional | Ontwikkelpunten van de mfn professional |
| 7.1. | De mindfulness professional vertoont persoonlijk en interpersoonlijk <sup>6</sup> professioneel gedrag.                              |                                            |                                         |
| 7.2. | De mindfulness professional toont zich zelfbewust, professioneel en verantwoordelijk op gebied van mindfulness.                      |                                            |                                         |
| 7.3. | Toepassing erecoe                                                                                                                    |                                            |                                         |
| 7.4. | Houden aan wet- en regelgeving                                                                                                       |                                            |                                         |
| 7.5. | Zelfreflectie persoonlijk, intervisie en supervisie.<br>Evaluaties                                                                   |                                            |                                         |

<sup>5</sup> Als men in of voor een organisatie werkt, die de daadwerkelijke deelnemers aanlevert, dan is eigenlijk die organisatie jouw opdrachtgever en klant te gelijk. Met deze opdrachtgever/klant dienen goede afspraken gemaakt te zijn.

<sup>6</sup> In relatie tot anderen.