

# Qualität und Ethik

## Megatrend Achtsamkeit<sup>1</sup>

Achtsamkeit ist ein Trendthema. Im Zuge dieser Entwicklung erfahren auch MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction – achtsamkeitsbasierte Stressreduktion) und MBCT (Mindfulness-Based Cognitive Therapy – achtsamkeitsbasierte kognitive Therapie) als die beiden bekanntesten und am besten beforschten Kursprogramme für das Erlernen von Achtsamkeit große Aufmerksamkeit. Immer mehr Menschen wollen Achtsamkeit nicht nur praktizieren, sondern auch vermitteln. Zusätzlich entdecken auch Unternehmen und Institutionen aus Bildung und Gesundheit das Thema verstärkt für sich. Diese an sich begrüßenswerte Entwicklung, die Achtsamkeit immer weiter in alle Bereiche der Gesellschaft trägt, hat die Nachfrage nach Lehrenden in diesem Bereich in kurzer Zeit sehr stark erhöht. Damit die Integrität der Achtsamkeitsprogramme auf hohem Niveau vermittelt wird, kommt der Qualität in Aus- und Fortbildungen von Achtsamkeitslehrenden daher große Bedeutung zu.

### Hohe Nachfrage fordert hohe Qualität

Der MBSR-MBCT Verband setzt sich seit jeher für die Qualität der Aus- und Fortbildung von Achtsamkeitslehrenden ein. Vor dem Hintergrund der jüngeren Entwicklungen verfolgt der Verband eine mit dem „Internationalen Integrity Network“ (IIN) und mit dem „Europäischen Netzwerk der Achtsamkeitslehrerverbände“ (EAMBA.net) abgestimmte Strategie zur Qualitätssicherung.

### Erfahrung ist der Schlüssel: Kontinuierliche Praxis und Fortbildung

Im Sinne dieser Qualitätssicherung sind alle Mitglieder des Verbandes qualifizierte Lehrerinnen und Lehrer, die sowohl über mehrjährige Meditationserfahrung verfügen als auch eine anerkannte Ausbildung von etwa 1,5 Jahren bei einem der vom Verband anerkannten [Ausbildungsinstitute](#) absolviert haben. Alle Mitglieder im MBSR-MBCT Verband üben außerdem regelmäßig eine eigene Meditationspraxis und praktizieren selbst, was sie lehren. Außerdem bilden Sie sich regelmäßig fort.

Im Laufe des Jahres 2018 wird der MBSR-MBCT Verband auf Beschluss seiner Mitglieder darüber hinaus weitere Stufen der Qualifizierung einführen. Deren Benennung und Ausgestaltung wird aktuell intensiv durch die im Dezember 2017 einberufene Arbeitsgruppe Qualitätsmanagement erarbeitet. Insofern sind alle hier im Zusammenhang damit verwendeten Begriffe derzeit als Arbeitstitel zu verstehen.

Nach dem aktuellen Stand sollen sich die Mitglieder des Verbandes nach einigen Jahren des Unterrichtens, kontinuierlicher Fortbildung und einer bestimmten Anzahl unterrichteter Kurse als „Erfahrene Lehrende“ bezeichnen können. Nach insgesamt 7 Jahren des Unterrichtens und dem Nachweis weiterer Qualifizierungen können sich Mitglieder des MBSR-MBCT Verbandes als „Senior Teacher“ bezeichnen. Das Erreichen dieser Stufe soll eine der Voraussetzungen sein, um Ausbilder von MBSR- und MBCT-Lehrerinnen und Lehrern zu werden. Alle diese Entwicklungsschritte werden künftig regelmäßig von den MBSR Lehrerinnen und Lehrern gegenüber dem Verband dokumentiert.

---

<sup>1</sup> Horx, Mathias, „Texte zum Jahreswechsel - Der Megatrend Achtsamkeit“, Zukunftsinstitut GmbH, 2016, <http://horx.com/Downloads/Matthias-Horx--Der-Megatrend-Achtsamkeit.pdf>, 09.04.2018.

## **Vertrauen als Basis für weiteres Wachstum**

Teilnehmende an unseren Kursen und weiteren darauf basierenden Angeboten können auf die Kompetenz und Erfahrung der Lehrenden im MBSR-MBCT Verband vertrauen. Der MBSR-MBCT Verband stellt mit diesen Maßnahmen zum Qualitätsmanagement sicher, dass Einzelpersonen wie auch Institutionen dauerhaft auf diese Erfahrung und Kompetenz bauen können.

Sollten Sie als Teilnehmer eines Kurses oder als beauftragendes Unternehmen / beauftragende Organisation Grund zu einer Beschwerde haben, können Sie sich direkt an unsere [Geschäftsstelle](#) wenden.

## **Ethische Leitlinien für MBSR- und MBCT-LehrerInnen im MBSR-MBCT Verband**

Als MBSR- und/oder MBCT-LehrerIn bin ich mir der Verantwortung für meine KursteilnehmerInnen bewusst. Ich verpflichte mich aus diesem Grund zur Einhaltung der folgenden Ethischen Leitlinien des MBSR-MBCT Verbandes:

### ***1. Transparenz und Offenheit***

Vor Beginn des Kurses kläre ich die TeilnehmerInnen über Inhalt, Form, Dauer und Kosten des Kurses auf. Ich stelle dabei das Wohl der TeilnehmerInnen über meine eigenen wirtschaftlichen Interessen.

### ***2. Achtung vor dem Inhalt der Programme***

Ich verpflichte mich als Mitglied des MBSR-MBCT Verbandes, die Kurse auf der Grundlage zu unterrichten, wie sie von den vom Verband anerkannten Ausbildungsinstituten vermittelt wird. Ich achte die Integrität der Curricula von MBSR und MBCT und verbinde sie unter dieser Kennzeichnung nicht mit Elementen aus anderen Angeboten.

### ***3. Kontinuierliches Lernen und Üben***

Ich bin mir bewusst, dass eine qualifizierte Kursleitung regelmäßige Fortbildung sowie Super- und/oder Intervision erfordert und verpflichte mich, dies praktisch umzusetzen sowie eine fortlaufende eigene formale und informelle Achtsamkeitspraxis zu pflegen.

### ***4. Anerkennung von Grenzen***

Ich bin mir darüber klar, dass ein MBSR- und/oder ein MBCT-Kurs niemals eine notwendige medizinische und/oder psychotherapeutische Behandlung ersetzen kann. Ich verpflichte mich in besonderem Maße darauf zu achten, wo sich der von mir geleitete Kurs als nicht ausreichend hilfreich für TeilnehmerInnen erweist und die betreffenden TeilnehmerInnen auf die Grenzen meiner persönlichen Kompetenz und/oder des jeweiligen Kursangebotes hinzuweisen.

### ***5. Übernahme von Verantwortung in der Beziehung zu TeilnehmerInnen***

Ich erkenne an, dass es sich zwischen MBSR-LehrerIn und TeilnehmerIn um eine asymmetrische Beziehung handelt. Diese Asymmetrie beruht darauf, dass der/die Lehrende einen Erfahrungs- und Kompetenzvorsprung in Sachen Achtsamkeit hat und diesen auftragsgemäß einsetzt, um TeilnehmerInnen in der Entwicklung einer eigenen Achtsamkeitspraxis zu unterstützen. Aus dieser Rollenverteilung resultiert die besondere Verantwortung der/des Lehrenden, darauf zu achten, dass die Asymmetrie ausschließlich in Bezug auf die Auftragserfüllung zum Tragen kommt. Ebenso liegt es allein in der Verantwortung der/des Lehrenden, das damit verbundene Machtungleichgewicht nicht auszunutzen, um sich dadurch materielle und immaterielle Vorteile zu verschaffen.

**6. Achtung gegenüber MitanbieterInnen von MBSR und MBCT**

Ich bin mir bewusst, dass gelebte Achtsamkeit auch mein Verhalten gegenüber anderen MBSR- und MBCT-Lehrenden umfasst. Neben einer wertschätzenden Grundhaltung bedeutet dies, falls notwendig, potentielle und bestehende Konflikte direkt und konstruktiv anzusprechen und bei der Vermarktung meiner Angebote auf Konkurrenzstrategien zu verzichten, die mit der Herabsetzung anderer einhergehen.

**7. Weltanschauliche Neutralität**

Ich verzichte als KursleiterIn eines MBSR- und/oder MBCT-Kurses auf politische, weltanschauliche und religiöse Indoktrination, benenne aber auf gezieltes Nachfragen (potentieller) TeilnehmerInnen den meiner Arbeit zugrunde liegenden Hintergrund und meine eigene Praxis.

**8. Missachtung der Ethischen Leitlinien**

Ich bin mir bewusst, dass die Missachtung dieser Ethischen Leitlinien zum Ausschluss aus dem Verband führen kann. Hierüber entscheidet der Vorstand des Verbandes mit einfacher Mehrheit nach entsprechender schriftlicher und/oder mündlicher Anhörung des betreffenden Mitglieds. Sollte ein Vorstandsmitglied des Verbandes betroffen sein, entscheidet darüber die Mitgliederversammlung mit einfacher Mehrheit.