

Red de Formadores de Profesores de Mindfulness en el Reino Unido

Estándares de Práctica Correcta para Entrenadores de Profesores de Mindfulness

Nuestros *Estándares* de Práctica Correcta para profesores son normas a las cuales los entrenadores de profesores deben adherirse o cumplir. De manera adicional, normalmente cumplirán con los siguientes Estándares de Práctica Correcta para entrenadores de profesores de mindfulness:

1. Haber tenido la responsabilidad total de la enseñanza de al menos nueve cursos de mindfulness durante un período mínimo de tres años.
2. Haber demostrado tener un nivel aceptable de competencia al enseñar cursos de mindfulness.
3. Haberse capacitado como entrenador mediante una formación supervisada por un entrenador experimentado.
4. Continuar enseñando a meditadores principiantes además de entrenar a profesores.
5. Estar en una relación de supervisión constante de la práctica de la enseñanza y su interacción con la práctica personal de mindfulness.
6. Asistir a los retiros anuales que favorecen la práctica a profundidad, algunos de los cuales tienen una duración de por lo menos 7 a 10 días y que son elegidos en acuerdo con el supervisor/profesor de la práctica del entrenador para satisfacer las necesidades actuales.
7. Mantenerse al día tanto con las investigaciones actuales como con las que se encuentran en desarrollo sobre las intervenciones de mindfulness.
8. Estar al día con las mejores prácticas actuales para los métodos de evaluación de la competencia en la enseñanza de mindfulness.
9. Estar involucrado en la práctica y comprensión de mindfulness, ambos basados tanto en sus aplicaciones contemporáneas como en sus antecedentes históricos.
10. Ser un participante activo, dispuesto a operar dentro del contexto de un equipo de entrenamiento y en colaboración con otros que estén entrenando a profesores en el Reino Unido.

Los entrenadores de profesores de mindfulness necesitan de habilidades bien desarrolladas, comprensión y actitudes en las áreas siguientes:

1. Una comprensión adquirida a través de la experiencia de la complejidad de mindfulness como un enfoque y de su potencial en la transformación.
2. Una comprensión profunda de los objetivos y metas de la totalidad de los componentes del programa de estudios del curso de mindfulness en el que se está entrenando a otros para que éstos a su vez enseñen.
3. Una comprensión de los principios teóricos subyacentes del curso de mindfulness en el que se está entrenando a otros para que éstos a su vez enseñen.
4. Entender y estar equipado para entrenar a otros en los principios que sustentan la adaptación de los cursos de mindfulness a distintos contextos y poblaciones.
5. Habilidades bien desarrolladas en el trabajo con grupos, apoyando a los entrenadores a identificar sus necesidades de aprendizaje, creando un ambiente seguro y motivador.

6. Habilidades bien desarrolladas para proveer una retroalimentación a quienes se entrena, por medio de las cuales se identifican sus puntos fuertes y débiles y les facilita un nuevo aprendizaje.

7. Una comprensión de la compleja interrelación entre los diferentes enfoques de mindfulness enseñados dentro de un contexto terapéutico y mindfulness como se enseña dentro de los contextos culturales o tradicionales específicos. Además un compromiso de transparencia con respecto al contexto o contextos en el que la enseñanza o entrenamiento en mindfulness se ofrece.

El entrenador trabajará dentro del marco ético de su profesión y adicionalmente deberá tener sensibilidades particularmente desarrolladas con relación a:

- Entrenar sólo dentro de los límites de competencia.
- Sólo hacer preguntas a quien se entrena, relacionadas con la práctica formal e informal de mindfulness.