

Anerkennung von MBSR-Ausbildungsinstitutionen

1. Grundsätze der Anerkennung von MBSR-Ausbildungsinstitutionen

Der MBSR-Verband anerkennt MBSR-Ausbildungsinstitutionen, deren Lehrgänge die Teilnehmenden spezifisch auf die Tätigkeit als MBSR-Lehrerin oder –Lehrer vorbereiten und die den folgenden Kriterien genügen:

- Vermittlung der praktischen und philosophischen Grundlagen von MBSR
- Vermittlung von pädagogischen und didaktischen Fertigkeiten
- Qualifizierte Dozentinnen und Dozenten (siehe unten)
- Ein Team von mindestens vier Dozierenden, davon drei MBSR-LehrerInnen, damit die Teilnehmenden sich mit verschiedenen Stilen vertraut machen können.
- Zulassungsbedingungen zur Ausbildung, die eine Grundqualifikation sichern (siehe unten)
- Positive Evaluationsergebnisse aus Evaluationsfragebogen

2. Anforderungen an die Dozierenden

Vorbemerkung: Wir unterscheiden zwischen verantwortlichen Dozierenden, welche die Gesamtverantwortung für die Ausbildung tragen, und externen Dozierenden, die das Team nach Bedarf ergänzen können.

2.a Anforderungen an die verantwortlichen Dozierenden (AusbildungsleiterInnen)

Anforderungen können im Team "aufgeteilt" vorhanden sein. Bei den Ausbildungsveranstaltungen müssen in diesem Fall alle AusbildungsleiterInnen präsent sein.

- **Meditationserfahrung und Achtsamkeitspraxis von mindestens 12 Jahren.** Falls "im Team aufgeteilt": Eine Person mindestens 12 Jahre, die anderen mindestens 5 Jahre.
- **Zertifizierung als MBSR- oder MBCT-LehrerIn.** (d.h. gemäss den Richtlinien des MBSR-Verbandes Schweiz oder Deutschland)
- **Selbsterfahrung** und Auseinandersetzung mit der eigenen Persönlichkeit im Rahmen von Therapie oder Meditation mit anerkannten Meditationslehrerinnen oder -lehrern.
- **Regelmässige Teilnahme an Schweigeretreats** (mindestens zwei Wochen pro Jahr) (Vipassana, Dzogchen, Zen oder Kontemplation)
- **Erfahrung im Unterrichten von MBSR seit mindestens 8 Jahren und bei mindestens 15 8-Wochen-Gruppenkursen bei mindestens einer verantwortlichen Dozierenden.**

- **Hochschulabschluss** im Bereich Psychologie, Pädagogik, Medizin o.ä. bei mindestens einem AusbildungsleiterIn.
- **Praktische Erfahrung** als SupervisorIn / BeraterIn.

2.b Anforderungen an externe Dozierende

- im Lehrgebiet qualifiziert und erfahren,
- eigene Erfahrung in der Achtsamkeitspraxis.

3. Zulassungsbedingungen für die Teilnehmenden

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erfüllen in der Regel folgende Voraussetzungen:

- abgeschlossenes Studium oder Berufsausbildung im Bereich Psychologie, Pädagogik, Medizin o.ä.
- mindestens zwei Jahre Meditationserfahrung und tägliche Achtsamkeitspraxis
- Erfahrung in achtsamer Körperarbeit (Yoga, Tai Chi u.ä.)
- Absolvierung mind. eines Schweigeretreats von fünf Tagen (Vipassana, Zen, Dzogchen, Kontemplation) unter qualifizierter Leitung
- Absolvierung eines 8-Wochen-MBSR-Kurses

4. Anforderungen an die MBSR-Ausbildung

- Ausbildung dauert mindestens ein Jahr
- Mindestumfang des Präsenzunterrichts von 30 Kurstagen
- Selbständige Durchführung eines vollständigen 8-Wochen-MBSR-Kurses
- Erstellen einer Abschlussarbeit oder einer schriftlichen Reflexion
- Vorlage eines Vertragsformulars für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, mit den Punkten Rücktrittsrecht und Gewährleistung der Ausbildung (Vertretung).

5. Einzureichende Unterlagen

Ausbildungsinstitutionen, die die Anerkennung des Schweizerischen MBSR-Verbands anstreben, reichen ihr Gesuch zusammen mit den folgenden Unterlagen beim Vorstand ein:

- **Konzept:** Teilnahmevoraussetzungen, Inhalte und Struktur der Ausbildung, Umfang der Ausbildung in Lektionen (à 45')
- **Ausschreibung der Ausbildung**
- **Liste der Dozentinnen und Dozenten:** Ausbildungshintergrund, Qualifikation, Angabe der von ihnen unterrichteten Themen.
- **Anonymisierte TeilnehmerInnen-Liste eines Lehrgangs:** Nachweis der erfüllten Aufnahmequalifikationen resp. Angaben zu allfälligen Ausnahmen.
- **Evaluation der WB durch die TN:** Rückmeldungen der Teilnehmenden in Form von quantitativen oder qualitativen Daten.

- **Exemplar des Vertragsformulars mit den Teilnehmenden, mit den Punkten Rücktrittsrecht und Gewährleistung der Ausbildung (Vertretung).**

6. Anerkennungsverfahren

Der Vorstand oder eine von ihm beauftragte Kommission entscheidet über die Anerkennung der Ausbildungsinstitution.

22.3.2013 / Vorstand des MBSR-Verbands