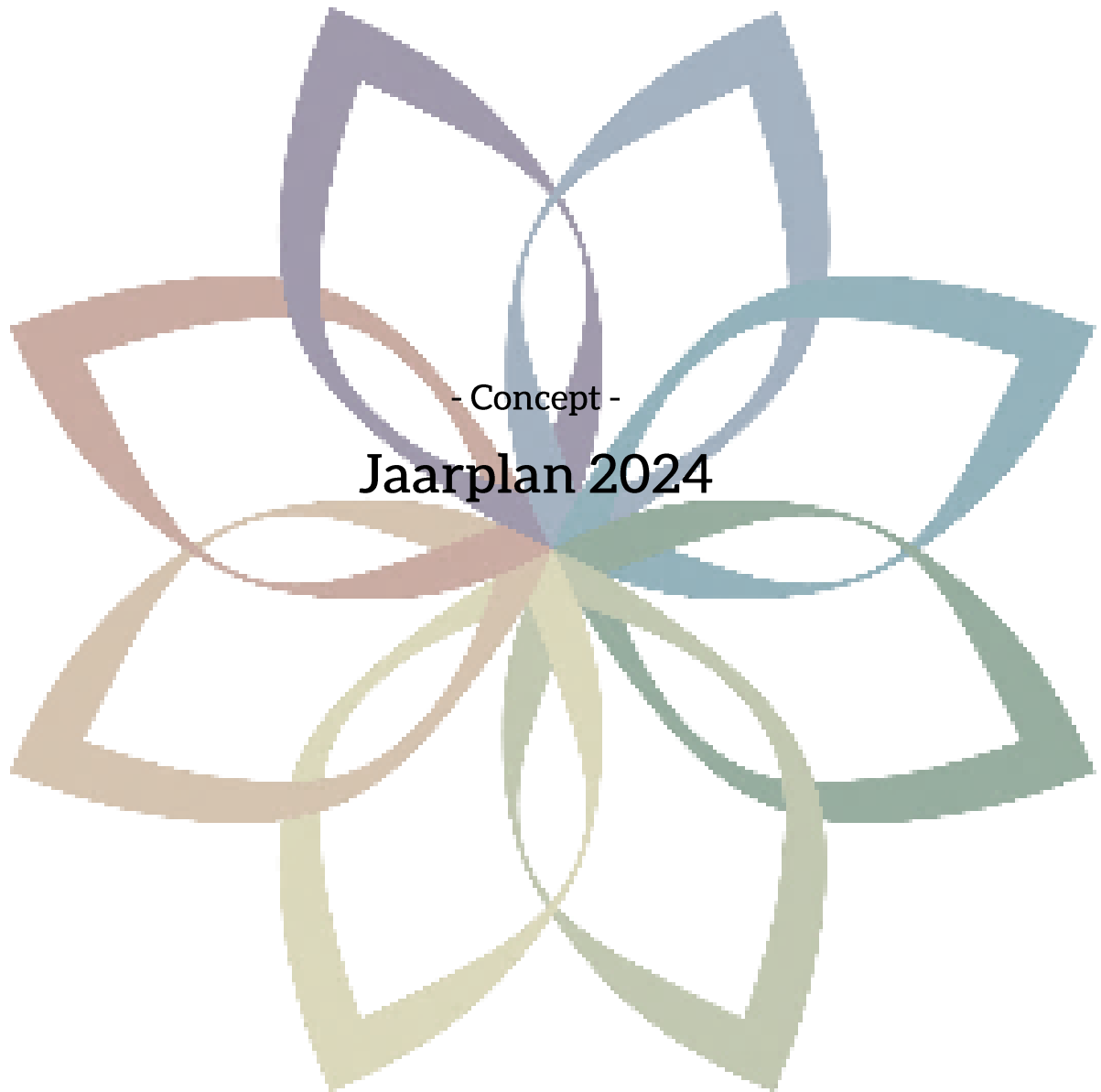


Vereniging Voor Mindfulness



November, 2023

Inhoudsopgave	Pag.
Jaarplan 2024	
0. Voorwoord	3
1. Mindfulness in de vereniging zelf	4
2. Een Mindful netwerk	4
3. Een platform voor ontwikkeling	5
4. Verbindende factor	5
5. Faciliterend voor professionals	6

Jaarplan 2024

Voorwoord

In het Jaarplan 2024 volgen we voor een groot deel de punten die geformuleerd staan in het Strategisch Plan 2024 - 2026 van de Vereniging voor Mindfulness.

Het is een uitwerking waarin naar voren komt wat wij als VVM in 2024 als speerpunten zien en op welke wijze wij hieraan vorm willen geven.

De VVM ziet het als haar taak om met elkaar de kwaliteit van mindfulness te bewaken en open te staan voor nieuwe ontwikkelingen. Aan de leden dan ook het verzoek om, in welke vorm dan ook, in 2024 een bijdrage te blijven leveren aan de groei en professionaliteit van de Vereniging voor Mindfulness.

Een Algemene Ledenvergadering is bij uitstek een moment om met elkaar van gedachten te wisselen en voor het bestuur is het van belang om te toetsen of het voorgenomen beleid door en met de leden wordt gedragen.

Betrokkenheid van de leden is essentieel en het bestuur roept iedereen op om mindfulness binnen onze vereniging gezamenlijk te belichamen.

Alleen met vereende krachten kan de VVM zich tot een mindful platform blijven ontwikkelen en mindfulness nog breder inbedden in de samenleving.

Het Bestuur

1. Mindfulness in de vereniging zelf

De VVM wil zich bij elke activiteit beraden op hoe deze mindful kan worden ingevuld. Deze overkoepelende uitdaging is essentieel om een mindful vereniging te kunnen zijn en te blijven. Dit alles onder het motto 'Practice what you preach'.

Dit betekent af en toe tegen de stroom in zwemmen omdat de maatschappelijke ontwikkelingen steeds meer druk leggen op het leveren van bepaalde prestaties. Dit kan een uitdaging zijn omdat we als Vereniging Voor Mindfulness wel de deskundigheid/kwaliteit van de mindfulness professional up-to-date willen houden. De Vereniging Voor Mindfulness denkt dat daarbij de eigen verantwoordelijkheid van de mindfulness professional belangrijk is en dat het goed is dat er gesprekken plaats vinden over de mate waarin die eigen verantwoordelijkheid wordt genomen. Het gaat er niet zozeer om dat binnen een vast tijdsbestek bepaalde opleidingen of retraites afgevinkt worden. De Vereniging Voor Mindfulness is natuurlijk wel zoekende hoe je hierin een middenweg kunt vinden zodat er richting wordt gegeven aan hoe de deskundigheid/kwaliteit op peil kan worden gehouden. In 2024 wordt een nieuwe structuur van hercertificering geïmplementeerd, waarbij het gesprek met een supervisor meer centraal komt te staan. Een gesprek over wat de afgelopen jaren is gedaan aan persoonlijke ontwikkeling en wat de voornemens zijn voor de komende jaren. Daarbij zullen de competenties van de mindfulness professional centraal staan. Na een proefjaar zal er geëvalueerd worden om te onderzoeken of er nog verdere verbeteringen mogelijk zijn. Hiermee wil de Vereniging Voor Mindfulness meer gaan bouwen op vertrouwen van de gecertificeerde leden, vertrouwen dat zij hun eigen persoonlijke ontwikkeling doormaken en ook weten wat de beste ontwikkeling is. Het betekent veel meer verantwoordelijk dan controle van bovenaf.

2. Een mindful netwerk

In februari 2023 organiseerden we een fysieke jaardag met de Academie voor Mindful Teaching (Eline Snel) over mindfulness en onderwijs & opvoeding. In 2024 willen we weer een fysieke jaardag organiseren rondom het thema Engaged Mindfulness.

De ALV's hebben in de laatste jaren in digitale vorm plaatsgevonden en ook in 2024 willen we dat voortzetten, zowel in het voorjaar als in het najaar.

De Vereniging wil het onderlinge netwerk van leden versterken. De expertise groepen worden rondom verschillende thema's opgericht; leden die met mindfulness werken in het onderwijs of leden die werken met mensen met Niet-Aangeboren-Hersenletsel (NAH). Vanuit die expertise groepen kunnen er mogelijk online workshops verzorgd en kunnen expertise groepen ontstaan doordat er een thema in een workshop wordt behandeld.

Intervisie wordt een belangrijk punt bij de hercertificering. Een van de online workshops zal in 2024 hieraan geweid worden. Mogelijk kan dit voor een stimulans zorgen voor deelname aan een intervisiegroep.

Ook gaat de Vereniging op zoek naar deskundigheid onder de leden om van elkaar te leren en online workshops te verzorgen.

In 2024 zal de digitale wereld zich bij de VVM verder ontwikkelen. Ontmoetingsplatforms als Facebook, LinkedIn en vergadertools als Zoom zullen de VVM behulpzaam zijn bij het onderling contact. De website van de VVM dient het netwerk te ondersteunen. De gedachte daarbij is dat zowel de leden, de opleidingen, retraites en supervisor goed vindbaar zijn. Uitvoering is inmiddels in een vergevorderd stadium.

3. Een platform voor ontwikkeling

Accreditatie

In het komende jaar gaat de VVM, samen met de opleidingen, verder met het ontwikkelen van de accreditatie voor de MBP-opleidingen. Ook hier willen we onderzoeken hoe we meer op basis van vertrouwen kunnen werken en minder op het afvinken en controle van boven af bij de reeds geaccrediteerde opleidingen. Indien zich een nieuwe mindfulness opleiding aandient dan zal deze nieuwe opleiding wel duidelijk moeten aantonen dat er voldoende kwaliteit wordt geleverd. Het accreditatiesysteem voor nieuwe opleidingen is uitgewerkt en kan direct worden toegepast.

In 2024 wil de VVM de vindbaarheid van mindfulness opleidingen, nascholing en retraites vergroten. Er is een module ontwikkeld waarbij opleiders zelf hun aanbod op de website van de VVM kunnen invoeren. We zullen in 2024 deze module toetsen op effectiviteit.

Supervisor netwerk

De VVM heeft een supervisor netwerk met meer dan 20 supervisors, waarvan een deel is opgeleid door opleidingen buiten de VVM.

De hulp van een supervisor wordt ingeroepen bij de hercertificering. Voorwaarde voor leden die gehcertificeerd willen worden is dat zij een gesprek voeren met een supervisor. De supervisors worden nog op de hoogte gebracht over, wat van hen wordt verwacht.

Met de VVM-supervisors probeert de VVM de netwerkvorming binnen de vereniging te versterken en bovendien de kwaliteit van de intervisie en supervisie te vergroten. De VVM ziet de VVM-supervisors als kwaliteitsambassadeurs van de vereniging.

4. Verbindende factor

Mindfulness heeft binnen de westerse wereld een seculier uitgangspunt. Dit betekent dat mensen vanuit allerlei religieuze gezindten zich moeten kunnen wenden tot mindfulness. Dit betekent overigens niet dat mindfulness professionals zich niet kunnen wenden tot boeddhistische of andere grondbeginselen als persoonlijke leidraad voor het leven. Het seculiere karakter van mindfulness betekent concreet dat nog meer dan dat dit nu het geval is de bewijsvoering van mindfulness in verschillende settingen en vanuit verschillende programma's en interventies zal benadrukken. Het evidence-based karakter van mindfulness verbindt de mindfulnessgemeenschap wereldwijd.

We zullen optrekken met opleidings- en onderzoeksinstanties zoals bijvoorbeeld het Radboudumc Centrum voor Mindfulness.

Ook zullen we in nieuwsbrieven aandacht schenken aan de bewijsvoering die er is voor relevante mindfulness programma's of trainingen.

Om een inclusieve vereniging te zijn voor iedereen in Nederland willen we meer dan nu het geval is onderzoeken hoe ook minder hoogopgeleide mensen de weg kunnen vinden naar de aandachtstraining, omdat - zo blijkt uit anekdotisch bewijsmateriaal - deze groep ondervertegenwoordigd is. Het is zaak om in uitingsvorm op zoek te gaan naar werkvormen om laagdrempelig verbinding te zoeken. Dit zou wellicht kunnen in de vorm van strips (graphic novel) maar ook in videoboodschappen. Een werkgroep bestaande uit leden van de VVM en tevens uit een delegatie vanuit de opleidingsinstituten, zal in het leven worden geroepen om deze taak met meer focus op te pakken.

Opleiders

Zoals bovenstaand vermeld zal de VVM samen met de alle opleiders nieuwe regels opstellen voor de accreditatie. Zo krijgen we een directe en betere band met de opleiders. In 2024 willen we de overlegstructuur met alle opleidingsinstituten verder vormgeven om zaken aangaande de opleidingen door te kunnen spreken.

Ook hebben we een nieuwsbrief ontwikkeld voor opleiders die we bij voorkeur eenmaal per jaar zullen uitbrengen. Met deze nieuwsbrief kunnen we de opleiders op de hoogte brengen van de ontwikkelingen bij de VVM.

VMBN, EAMBA, MBP-opleidingen

Het VMBN-bestuur heeft inmiddels een nieuwe samenstelling. In de loop van 2024 zullen wij het overleg met de VMBN opnieuw vorm proberen te geven.

Met EAMBA hebben wij altijd goede banden onderhouden, maar door wisseling van bestuursleden en omdat Sherida Pengels die ons vertegenwoordigde nu niet meer verbonden is aan de EAMBA hebben we nog geen kans gezien een eigen bestuurslid af te vaardigen. Wij gaan ons hier in 2024 op oriënteren.

5. Faciliterend voor professionals

Jaardagen, workshops, congressen en andere activiteiten

De VVM organiseerde voorheen twee fysieke jaardagen per jaar. Hierbij is een vast onderdeel de Algemene Ledenvergadering (ALV). Dit komt voort uit de structuur van de VVM om in het najaar vooruit te kijken, dus begroting en jaarplan te presenteren en in het voorjaar terug te kijken en dus het jaarverslag en de financiële jaarrekening te presenteren. Gezien de positieve ervaringen om de ALV's via Zoom te houden, zal dat vooralsnog worden voortgezet. De fysieke jaardagen worden zo van de digitale ALV's gescheiden.

Tijdens de Jaardag is er dan meer ruimte voor een goed inhoudelijk programma. De eerstvolgende jaardag is in het voorjaar van 2024.

Het is belangrijk om draagvlak te creëren bij de leden om samen de mindfulness verder te verspreiden. Door middel van onderzoek kunnen wensen, behoeftes en interesses van de leden gepeild worden en bijgehouden. Hieruit is voortgevloeid dat er behoefte is aan expert-groepen. In 2024 zullen we deze expert-groepen gaan ontwikkelen. Door middel van social media, nieuwsbrieven en het informeren van leden wordt de deelname aan de activiteiten gestimuleerd.

Activiteiten van diverse aard kunnen bijdragen aan het enthousiasme van mindfulness professionals en beoefenaars om lid te worden van de vereniging. Dit kan dus een extra motivatie zijn van de VVM om activiteiten te organiseren.

De activiteiten die georganiseerd worden kunnen de deelnemers/leden meenemen in de hercertificering als bijscholing. Dit betekent dat de activiteiten van zodanige kwaliteit zijn dat dit passend is.

Competenties van de mindfulness professional

Bij alle beroepen worden tegenwoordig competenties gebruikt. De Vereniging Voor Mindfulness heeft zich daar dus ook verder in verdiept zoals bij de paragraaf Accreditatie al is aangegeven. Helderheid over competenties is vooral belangrijk voor de mindfulness professional. Wat moeten we kunnen en kennen om een goede professional te zijn?

In 2024 wil de Vereniging Voor Mindfulness dat de competenties voortaan bij de hercertificering gebruikt gaan worden. Daarbij wordt de supervisor ingezet. De supervisor is of wordt begin 2024 geschoold in de competenties.

Diegene die al digitale workshops hebben gevolgd hebben gezien dat we certificaten uitreiken waarop de competenties vermeld zijn. In 2024 zal de Vereniging Voor Mindfulness hiermee doorgaan en de opleiders vragen om zich bij de bij- en nascholing te richten op competenties en dit tevens ook te vermelden op de certificaten die zij uitgeven.

Vergoedingen zorgverzekeraars

De gecertificeerde leden van de VVM krijgen voor hun deelnemers in 2021 voor het eerst vergoedingen. We hebben dit goed gevolgd. We weten dat de VGZ-groep, de Zilveren Kruisgroep de ARS-groep en Menzis alleen vergoedingen geven voor de MBSR/MBCT-trainingen. Per 1 januari 2023 werd een code ingediend om voor vergoeding in aanmerking te komen. De andere zorgverzekeraars die weliswaar minder vergoeding geven spreken vooral over mindfulness en niet alleen over de MBSR/MBCT. Per 1 januari 2023 heeft de VVM gezorgd dat de trainingen van Mindfulness Based Parenting en Angst van Irena Veringa ook voor vergoeding in aanmerking komen.

We willen de band met de zorgverzekeraars gebruiken om te onderzoeken welke vergoedingsmogelijkheden er zijn voor andere trainingen die aanpassingen hebben gemaakt op de MBSR, zoals de trainingen van AMT (Eline Snel).

Versterking van de vereniging

In 2023 is er een start gemaakt om de vereniging beter zichtbaar te krijgen via Google. Enerzijds door de activiteiten, die de leden organiseren, en anderzijds door de online workshops, om zodoende ook meer bekendheid van de vereniging te krijgen.

Ook wordt gewerkt aan een betere opvolging van de aanmeldingen voor de online workshops en aan de opvolging als er een workshop heeft plaatsgevonden. Deze verdere professionalisering kost natuurlijk wel geld maar is volgens het bestuur noodzakelijk om als vereniging te kunnen blijven bestaan.