



Algemene Ledenvergadering
1 december 2023
Online
Conceptverslag

Bestuur

Nol van Drunen

Corine Lepoutre

Willem van der Kooij

Kiran de Waal

Corinne Embsen, verhinderd

Harriët Gilham (secretaresse)

Aanwezige leden

Ingrid Meijerink, Oesha Sital, Margreet Bosma, Monica Kerskes, Petra van Zon (tot 10.20 uur),
Joke Hellemans, Hanneke Jeronimus, Paulus Karremans, Janneke Bakels (tot 10.30 uur),
Hantzen Stevenson, Daniela Gaschler, Linda Schipper, Jacqueline Houthoff

Afwezig met kennisgeving

Hende Bauer, Mariëtte Reijnders, Al Wandler, Jacquelin Zents, Grietje Tammenga, Geeke Hardeman

Aangemeld maar niet aanwezig

Lydia Zoon, Sonnie Biharie, Marloes van der Wel

1. Opening met een korte meditatie

2. Mededelingen

Even wordt aangegeven dat een aantal mensen zich heeft aangemeld, zie hierboven.

3. Vaststellen van de agenda

De agenda is vastgesteld.

4. Vaststellen van de notulen vorige Algemene Ledenvergadering, 17 maart 2023

De notulen zijn vastgesteld.

5. Het bestuur, invulling vacatures

Paul van Gorcum heeft op 1 april na een aantal jaren afscheid genomen van het bestuur. Theo Niessen was al eerder gestopt als bestuurslid en Penningmeester maar officieel ook op 1 april afscheid genomen. Nol heeft het penningmeesterschap daarna weer overgenomen.

Willem van der Kooij, heeft al voor de zomer het stokje overgenomen van Nol en is nu de penningmeester omdat officieel het penningmeesterschap en voorzittersrol niet gecombineerd mag worden. Willem stelt zich kort even voor.

Corinne Embsen heeft de functie van Secretaris van Paul van Gorcum overgenomen.

Kiran de Waal wordt voorgesteld en stelt zich voor als nieuw bestuurslid.

De leden gaan akkoord met de benoeming van Kiran als bestuurslid.

Het bestuur is weer volledig.

6. Vaststellen van Missie, Visie en Strategie 2024-2026

Vertrouwen is goed, maar controle is beter!

Nol introduceert het onderwerp vertrouwen is goed, maar controle is beter als zijnde een maatschappelijke tendens. In onze maatschappij wordt alles gecontroleerd en is er dus weinig vertrouwen en dus wantrouwen. Er wordt een voorbeeld van de fysiotherapie gegeven over alle voorschriften die daar gelden. De VVM wil graag aan de grondprincipes van mindfulness blijven voldoen: vertrouwen, niet oordelen, vriendelijk blijven, niet streven/presteren maar steeds opnieuw je inzetten, etc. Dit betekent op zoek gaan naar andere vormen waarbij de kwaliteit van de professional wel gegarandeerd kan worden.

De VVM ontkomt ook niet aan controle, vandaar de officiële toetsing bij toelating tot professional en erkenning van een opleiding conform internationale richtlijnen; 'a framework of the integrity of MBP's'. De basis dient goed te zijn van de mindfulness professionals en de mindfulness opleidingen.

Als je toegelaten bent moeten we dan precies blijven voorschrijven waaraan je moet voldoen en dat we steeds weer om de vijf jaar moeten controleren? Of mogen we erop vertrouwen dat de professionals en opleidingen hun eigen verantwoording nemen?

Iedereen heeft een andere achtergrond en niet iedereen heeft dezelfde nascholing nodig. Iemand met weinig psychologische achtergrond wil zich misschien daarin verdiepen of iemand met veel boeddhistische ervaring heeft weinig behoefte aan verplichte boeddhistische psychologie. Kunnen we niet beter de keuze aan de professional laten wat hij of zij gaat doen?

Bij de **hertificering** vragen we je om je te verantwoorden over je ontwikkeling die je hebt doorgemaakt en welke ontwikkeling je nog wil aangaan in een gesprek met een supervisor, een supervisor die niet oordeelt? Dit wordt gedaan op basis van de competenties van de mindfulness professional en hiervoor is een document in de laatste fase van de ontwikkeling in de maak. Een formulier waarop je aangeeft wat je tot op heden hebt gedaan en een soort ontwikkelingsplan, wat dus besproken wordt met de supervisor.

Na ruim een jaar willen deze nieuwe manier van hertificeren evalueren en verbeteren. Is deze manier wel mindful?

Reacties op deze ontwikkelingen:

Ingrid: Kan zich erin vinden. Wordt het gedragen door de verzekeraars? Als er niet wordt gecontroleerd kan de neiging ontstaan dat je vast blijft zitten en niet ziet waarin je je nog meer kunt ontwikkelen.

Daniela: Begint zich af te vragen wat de meerwaarde is van de certificering. Is er nog veel vraag naar?

Nol: De zorgverzekeraars geven vergoedingen, dit betekent dat je aan de voorwaarden van de zorgverzekeraars moet voldoen. Hierdoor ben je toch in gesprek met de zorgverzekeraars. Zij zijn op de hoogte dat wij de hertificering anders doen.

Daniela: Wie certificeert de apps die mindfulness aanbieden?

Nol: Wij kunnen geen invloed hebben op wat er buiten onze vereniging gebeurt. Als je bij leden gaat kijken wordt het lastig daar invloed op te hebben. Het is meer een juridische kwestie. Misschien wel iets om uit te zoeken.

Petra: Het stukje controle. Heeft ervaring om samen met een andere collega de controle te doen.

Nol: Dit gebeurt eigenlijk al, het staat vast in de richtlijnen dat je interviews met collega's dient te hebben.

Paulus: Zijn deze documenten voor (her)certificering op de website up to date?

Nol: De nieuwe richtlijnen staan nog niet op de website, ze zijn nog niet helemaal bijgewerkt. Per april gaat het dan praktisch gezien in. De documenten komen nog. Een formulier voor het ontwikkelingsplan en het terugkijken met daaraan een document welke competenties zijn van belang.

Als we de leden meer vertrouwen maar zich wel laten verantwoorden dan zou een dergelijk systeem ook voor de opleidingen en nascholing kunnen gelden. Maar hoe? De vraag is of ook hier een gesprek voldoende zou kunnen zijn aan de hand van een vragenformulier voor de initiële opleiding voor de heraccreditatie?

Hebben we als leden een officiële toetsing van nascholing nodig?

Paulus: Heeft behoefte aan dat de VVM een soort van kennisbank heeft. Het is niet prettig achteraf te horen dat je niet de juiste hebt gekozen.

Nol: Het is waarschijnlijk lastig om aan te geven op de website of een bepaalde opleiding/nascholing niet goed is. Het is gemakkelijker om positieve evaluaties te plaatsen. Overigens de VVM wil niet bepalen wat goed is voor jou, jij maakt je eigen keuzes.

Hanneke: Heeft zelf geen certificering bij de VVM aangevraagd. Geeft altijd mindfulnessstrainingen maar niet alleen MBSR/MBCT. Wat brengt certificering dan, wat is de meerwaarde?

Nol: Hoe je mindfulness naar buiten brengt heeft bij de VVM een grote betekenis. Je hoeft niet alleen maar MBSR/MBCT te hebben om gecertificeerd te zijn. Certificering geeft een beeld over de ontwikkelingen die je zelf doormaakt, en kun je als kwaliteitslabel gebruiken naar je klanten. Binnen interview zou je kunnen sparren met andere leden.

Daniela: Ik ben Duits en Engels georiënteerd met scholing vanwege mijn Duitse achtergrond. Ik zou heel moeilijk aan verplichte nascholing kunnen doen.

Nol: In ons systeem heb je geen precieze voorschriften en mag je zelf kiezen, dus ook Engels en Duitse nascholing.

Strategisch plan 2024 - 2026

De missie en visie is niet echt bijgesteld en is alleen tekstueel verbeterd ten opzichte van de versie 2021-2023. Ook de strategie is gelijk gebleven alleen zijn er bepaalde punten van het strategisch plan gerealiseerd en dus nu uit het strategisch plan gehaald en een paar nieuwe zaken zijn aangevuld. Dit is concreet beschreven rondom de onderstaande thema's:

- Mindfulness in de vereniging zelf
- Een Mindful netwerk
- Een platform voor ontwikkeling
- Verbindende factor
- Faciliterend zijn voor professionals

7. Vaststelling van het Jaarplan 2024

Belangrijk is het om te melden dat in 2024 door blijven gaan met het beter vindbaar maken van onze website, enerzijds het beter vindbaar maken van het aanbod van de professionals en anderzijds het aanbod van online workshops. Wij hopen hiermee mee klandizie te krijgen voor onze leden en dat we hiermee meer leden krijgen.

Daarnaast gaan we volgend jaar een jaardag organiseren en gaan we door met de online workshops. Het hercertificeringssysteem wordt aangepakt en we gaan onderzoeken hoe we de opleidingen heraccrediteren kunnen.

8. Begroting 2024, toelichting

De uitgangspunten voor deze begroting.

2023 extra uitgaven waren:

- Een fysieke Jaardag.
- Smart Marketing ingehuurd voor website.
- Online workshop en nieuwsbrieven worden nu apart ondersteund.
- Minder kosten bestuur
- Minder inkomsten leden en certificering.

Hierdoor is er een tekort ontstaan van meer dan €6.000 in 2023. Het doel voor 2024 is een sluitende begroting. In 2024 handhaving van de uitgaven aan Smart Marketing en de ondersteuning voor de online workshops en Nieuwsbrieven.

De begroting 2024

Bestuur meer kosten.

Jaardagen minder kosten.

Contributie meer inkomsten.

Certificering meer inkomsten.

Hierdoor is er een sluitende begroting.

9. Contributies

Een verhoging van de lidmaatschapscontributie is helaas onvermijdelijk.

- Verhoging contributie van €80 naar €96 per jaar.
- Aanvraag certificering eenmalig €75. De eerste certificeringsaanvraag vraagt veel werk en tijd.
- De jaarlijkse bijdrage voor certificering blijft ongewijzigd €60 per jaar.

Het voorstel is aangenomen.

10. Engaged Mindfulness

Er was nogal wat belangstelling voor de workshops van Franca Warmerhoven en Rob Vincken. Vandaar dat we hier wat meer mee gaan doen.

Betrokken Mindfulness op:

- Directe omgeving, zoals thuis, familie, vrienden
- Werk, verenigingen, clubs, etc.
- Je gemeente, provincie, Nederland
- De Wereld

Dus niet terugtrekken en alleen mediteren, maar vanuit je innerlijk gewaar zijn (lichamelijke gewaarwordingen, gevoelens en gedachten) reageren op de medemensen, de omgeving en de wereld. Het is dus een persoonlijke afweging en geen collectieve.

De Vereniging voor Mindfulness stuurt deze uitnodiging niet rond:

'Ik ga naar Amsterdam om samen met de Sangha van Thich Nhat Hanh loopmeditatie te doen tijdens de klimaatmars.'

Niet dat we tegen individuele keuzes zijn maar de VVM neemt geen standpunt in de klimaatdiscussie of andere politieke discussies.

Als we de jaardag gaan invullen met het onderwerp Engaged Mindfulness dan gaat het volgens ons om het ondersteunen van het innerlijke proces van keuzes maken wat je zelf belangrijk vindt en waar je dus zelf in actie wil komen. Wij gaan die onderwerpen niet opleggen.

Er zou bijvoorbeeld gedacht kunnen worden om Acceptance and Commitment Therapie (ACT) daarvoor te gebruiken. ACT heeft de elementen waarden en waarde gericht handelen in zich. Dus hoe kom je vanuit je eigen waarden tot handelen.

Ook zou bijvoorbeeld insight Dialogue gebruikt kunnen worden. Dit is een vorm van meditatie waarbij je spreekt met een andere persoon vanuit je eigen waarheid. Dus een meditatie in tweetallen waarbij je je verdiept in bepaalde vragen.

Een van de leden heeft ook nog een suggestie gedaan over de beïnvloedingcirkels, die niet aanwezig kon zijn.

Zijn de leden het met dit standpunt eens?

Linda: Goed dat er aandacht voor is. Ziet graag dat er iets aan stressreductie toegevoegd wordt. In de werksfeer weten ze de weg naar ons te vinden het zou mooi zijn als andere zo als met het klimaat dat ook zouden doen. Jongeren ervaren erg veel stress m.b.t. het klimaat.

Nol (persoonlijk): Het kan een vraag zijn of je bij de klimaat discussie betrokken bent en/of wil zijn. Of je je daar überhaupt voor wil inzetten. Het zal een persoonlijke zoektocht dienen te zijn.

Corine: In hoeverre is het waar wat ons wordt verteld in de media. De innerlijk waarheid, waar is mijn waarheid? Ga zorgvuldig om hoe dit aan te sturen op een niet-sturende manier.

Nol: als we dit op de Jaardag vorm kunnen geven dan kunnen we het daarna vormgeven in onze eigen praktijk.

Oesha: Is eens met Nol dat er veel omheen speelt en zelf kijken wat jij eraan kunt doen en mee om kunt gaan.

Onze Jaardag in 2024 gaat over Engaged Mindfulness

Bij Engaged Mindfulness gaat dus om de persoonlijk verhouding tot zaken die buiten ons liggen en hoe wij daarop reageren. Dus wat is onze innerlijke gewaarwording bij de indrukken die wij op doen, kloppen onze eerste directe innerlijke reacties? Hoe kunnen Engaged Mindfulness invullen zonder te belanden in politieke standpunten?

11. Rondvraag

Er zijn geen rondvragen.

12. Afsluiting van de vergadering

Nol sluit om 11:00 uur de vergadering en dankt alle aanwezige leden voor hun deelname en input.