

# Vereniging Voor **Mindfulness**



Certificering van Nederlandse  
Mindfulness Based professionals  
1 januari 2022 (herzien)

Inhoudsopgave	Pag.
<b>0. Aanleiding</b>	<b>3</b>
<b>1. Inleiding</b>	<b>3</b>
<b>2. Certificeringproces</b>	<b>3</b>
<b>3. Richtlijnen voor Certificering</b>	<b>4</b>
3.1. De richtlijnen voor de basis MBP-professionals	4
3.2. De richtlijnen voor de specialist MBP-professionals	5
<b>4. Rechten en plichten na certificering</b>	<b>7</b>
4.1. Certificaat	7
4.2. Geldigheidsduur van de certificering	7
4.3. Meldingsplicht	7
4.4. Verbondenheid met de VVM	7
4.5. Het register	7
4.6. Vermelding op de website van de VVM	7
4.7. Gebruik van de activiteitenagenda	7

## 0. Aanleiding/voorgeschiedenis

De Vereniging voor Mindfulness (VVM) certificeert sinds 2011 de MBSR/MBCT-opgeleide leden en sinds 2016 MBP-opgeleide leden. Bij de nieuwe inrichting van de certificering in 2019 is door de VVM 'a framework for the integrity for MBPs' (niveau 1) gebruikt voor de richtlijnen om de leden te certificeren. In 2021 is de certificeringsregeling aangepast, enerzijds versimpeld en anderzijds een onderscheid gemaakt tussen basis MBP-gecertificeerden en specialist MBP-gecertificeerden. Om voor vergoeding van zorgverzekeraars in aanmerking te komen is een specialistisch niveau noodzakelijk.

## 1. Inleiding

Onderstaand document is een richtlijn om te toetsen of een lid gecertificeerd kan worden. We spreken over een richtlijn en niet over eisen omdat de Vereniging Voor Mindfulness de ruimte wil houden om goed opgeleide professionals toch te certificeren zonder dat zij aan alle minimum (Nederlandse) richtlijnen voldoet. Dit kan bijvoorbeeld omdat men vele jaren geleden is opgeleid of dat men in het buitenland de opleiding heeft genoten.

In dit document worden de volgende zaken behandeld. Het proces van certificering, de certificering richtlijnen, de al dan niet toekenning van het certificaat en de voorwaarden.

## 2. Certificeringsproces

Het certificaat kan door een VVM-lid worden aangevraagd. Het dus van belang om eerst aan te melden als lid en daarna volgt de aanmelding voor de certificering. Het certificaat wordt per eerste datum van een kwartaal uitgereikt (1 januari, 1 april, 1 juli, 1 oktober). De aanvraag dient minimaal één maand vooraf volledig ingediend te zijn, de sluitingstermijn (1 december, 1 maart, 1 juni, 1 september). De Certificeringscommissie vergadert in principe de eerste week na de sluitingstermijn, zodat alles voor de eerste dag van het kwartaal geregeld kan zijn.

De volgende stappen worden in een certificeringsproces gezet:

1. Aanmelden als lid via aanmeldformulier website.
2. Toekennen van lidmaatschapsnummer.
3. Indienen van de aanvraag van basis of specialist certificaat met formulier op de website.
4. Bericht van de Vereniging Voor Mindfulness met vragen over bewijsmateriaal/certificaten, plus onderschrijven van de Erecode.
5. Toezenden van certificaten en Erecode door de aanvrager.
6. Beoordeling en besluit van de aanvraag door de Certificeringscommissie en bepalen welk certificaat kan worden uitgereikt (basis of specialistisch).
7. Mededeling van toekenning certificaat plus de factuur voor de rest van het jaar voor de certificering.
8. Betaling van de factuur door de aanvrager.
9. Toekenning van het certificaat (digitaal) en uitgebreide brief over rechten en plichten, inloggegevens en uitleg voor het plaatsen van activiteiten op de website en tevens tips.
10. Rechten en plichten met de gecertificeerde worden geregeld door de VVM.

### 3. Richtlijnen voor de certificering

We kennen twee niveaus van certificering van leden; het basisniveau (zie paragraaf 3.1.) en het specialistisch niveau (zie paragraaf 3.2.).

#### 3.1. De richtlijnen voor de basis certificering van Mindfulness Based Professionals

De VVM verwacht van een basis mindfulness based professional die zich laat certificeren dat hij of zij voldoet aan de volgende richtlijnen:

##### 3.1.1. **Minimaal 120 Studiebelastinguren (SBU's), waarvan minimaal 60 contacturen voor het leren verzorgen van een mindfulness based programma (MBP)**

Dit kan door een combinatie van het volgen van een basistraining en van een MB-opleiding, die samen ten minste 120 SBU's, waarvan minimaal 60 contacturen, bevatten:

###### 3.1.1.1. **Deelname aan een mindfulness training**

Deelname als cursist aan een grondige training gericht op basale mindfulness kennis en vaardigheden, gegeven door een gecertificeerde professional<sup>1</sup>. De training vraagt ten minste 20 contacturen, ten behoeve van vooral beoefening om een mindfulle houding (verder) te ontwikkelen.

Deze training (bijv. een MBSR-training) kan zowel voorafgaand aan de onder 2a. genoemde MB-opleiding gedaan worden maar kan er ook deel van uitmaken. Indien dit laatste het geval is dan zal de MB-opleiding in totaliteit minimaal  $100 + 20 = 120$  SBU's, waarvan minimaal 60 contacturen, vragen. Indien men opgeleid wordt tot coach of therapeut of een ander beroep dan is de combinatie met een training alleen van toepassing als men de MBSR/MBCT heeft gevolgd.

###### 3.1.1.2. **Opleiding in het geven van een MBP**

Men heeft één volledige door de VVM geaccrediteerde MB-opleiding afgerond. Deze geaccrediteerde opleiding dient minimaal 100 studiebelastinguren te omvatten, waarvan minimaal 48 contacturen (8 dagen van 6 contacturen) en 52 uur zelfstudie.

Let op: Opleidingen en/of trainingen online worden niet voldoende geacht en niet meegerekend. Alleen tijdens de Covid-periode worden ook de online-activiteiten meegeteld.

##### 3.1.2. **Beoefening meditatie en mindful bewegen**

Minimaal één jaar regelmatig mediteren in de mindfulness traditie (MBP, Vipassana, Zen, Shambala, Dzogchen of soortgelijk).

En minimaal één jaar beoefening mindful bewegen (zoals Hatha Yoga, Chi Gong, Tai Chi), indien in het MBP dat men geeft dit een wezenlijk onderdeel is. (Dit laatste is toegevoegd omdat niet bij ieder MBP mindfulness-beweging een wezenlijk onderdeel is. De opleiders van de betreffende MBP kan hierover advies geven.)

---

<sup>1</sup> De VVM wil de trainingen die gegeven worden door gecertificeerde professional zien als onderdeel van de opleiding. Dit geeft meer status aan de professional en de professional wordt ook gewaardeerd voor zijn professionaliteit. Bovendien als men eerst een training volgt dan maakt men een start met de beoefening van mindfulness, een essentiële voorwaarde om een goede professional te kunnen zijn.

### **3.1.3. Retraites**

Intensieve stilte retraite begeleidt door een ervaren gecertificeerde trainer/opleider/geschoolde retraite begeleider in Vipassana, Zen, Shambala, Dzogchen, Mindfulness retraite of soortgelijke traditie. Minimaal één retraite van 5-7 dagen (etmalen) of twee retraites van ieder minimaal 2,5 dagen indien een aaneengesloten retraite niet mogelijk is.

### **3.1.4. Geven van een MBP en reflectie op de methodiek onder supervisie**

De gecertificeerde professional heeft ervaring opgedaan met het verzorgen van een training, een coachings- of therapietraject waarvoor men de opleiding volgde. Hierbij worden formele en informele mindfulnessoefeningen aangeboden en gebruik gemaakt van adequaat materiaal (apps/sticks/cd's, werkboek, draaiboek e.d.) zoals ontwikkeld door Kabat-Zinn of Segal, Williams en Teasdale, of andere MBP-ontwikkelaars.

Persoonlijke zelfreflectie zoals, een uitgeschreven reflectieverslag over acht sessies door de professional zelf gegeven (indicatie één pagina per sessie) en waarover tevens supervisie is ontvangen. Het reflectieverslag mag ook vervangen worden door video- of geluidsopnames van verschillende sessies). Minimaal drie uur supervisie door een erkende supervisor voor de betreffende MBP.

### **3.1.5. Erecode**

Indien men gecertificeerd wil worden dan dient men de Erecode van de VVM te onderschrijven en in de praktijk te volgen. Door middel van een checklist zal gevraagd worden de Erecode van de VVM te onderschrijven.

### **3.1.6. Vooropleiding**

Afgesloten beroepsopleiding/studie op Universitair of HBO-niveau. Minimaal drie jaar werkervaring op het opleidingsniveau. De professional kan ook aantonen dat hij of zij functioneert op een HBO/universitair niveau. Ook kan dit getoetst zijn tijdens de opleiding tot mindfulness professional.

## **3.2. Richtlijnen voor specialist Mindfulness Based Professional**

### **Richtlijnen**

De VVM verwacht van een specialist mindfulness based professional die zich laat certificeren dat hij of zij voldoet aan de volgende minimale richtlijnen:

#### **3.2.1. Minimaal 200 Studielasturen (SBU's) waarvan minimaal 120 contacturen voor tot het leren verzorgen van een Mindfulness Based Stress Reduction of Mindfulness Based Cognitieve Therapie (MBSR/MBCT) of een andere MBP**

Toelichting:

200 SBU's kan worden bereikt door een combinatie van het volgen van een MBCT/MBSR-training en een MBSR/MBCT-opleiding die samen ten minste 200 SBU's bevatten én waarvan minimaal 120 contacturen. Indien men opgeleid wordt tot coach of therapeut of een ander beroep dan is de combinatie met een training alleen van toepassing als men de MBSR/MBCT heeft gevolgd.

De uitwerking met een training ziet er dan als volgt uit:

### **3.2.1.1. Deelname aan een mindfulnessstraining**

Deelname als cursist aan een grondige training gericht op basale mindfulness kennis en vaardigheden, gegeven door een gecertificeerde professional<sup>2</sup>. De training vraagt ten minste 20 studiebelastingsuren, het grootste gedeelte bestaat uit contacturen ten behoeve van vooral beoefening, om een mindfulle houding (verder) te ontwikkelen. Deze training kan zowel vooraf aan de onder 2.a genoemde MB-opleiding gedaan worden alsook deel uitmaken van de opleiding. Indien dit laatste het geval is dan zal de MB-opleiding in totaliteit minimaal  $100 + 20 = 120$  contacturen dienen te omvatten van de minimaal 200 SBU's.

### **3.2.1.2. Opleiding in het geven van een MBP**

Men heeft één volledige door de VVM geaccrediteerde MB-opleiding afgerond. Deze geaccrediteerde opleiding dient minimaal 180 studiebelastingsuren te omvatten, waarvan minimaal 100 contacturen en minimaal 80 uur zelfstudie.

Let op: Opleidingen en/of trainingen online worden niet voldoende geacht en niet meegerekend. Alleen tijdens de Covid-periode worden ook de online-activiteiten meegeteld.

### **3.2.2. Beoefening meditatie en mindful bewegen**

Minimaal één jaar regelmatig mediteren in de mindfulnesstraditie (MBP, Vipassana, Zen, Shambala, Dzogchen of soortgelijk). En minimaal één jaar beoefening mindful bewegen (zoals Hatha Yoga, Chi Gong, Tai Chi) indien in het MBP dat men geeft dit een wezenlijk onderdeel is. (Dit laatste is toegevoegd omdat niet bij iedere MBP mindfulness beweging een wezenlijk onderdeel is. De opleiders van de betreffende MBP kunnen hierover advies geven.)

### **3.2.3. Retraites**

Intensieve stilte retraite begeleidt door een ervaren gecertificeerde trainer/opleider/geschoolde retraite begeleider in Vipassana, Zen, Shambala, Dzogchen, Mindfulness retraite of soortgelijke traditie. De VVM spreekt een duidelijke voorkeur uit dat de retraite leidt tot een zelfreflectie van de deelnemer als onderdeel van de mindfulle houding die van een professional wordt verwacht.

Minimaal één retraite van 5-7 dagen (etmalen) of twee retraites van ieder minimaal 2,5 dagen, indien door omstandigheden 5-7 etmalen aaneengesloten niet haalbaar is. Een tweede retraite van 5-7 etmalen wordt sterk aanbevolen.

### **3.2.4. Geven van een MBP-methodiek en reflectie op de methodiek onder supervisie**

De gecertificeerde professional heeft ervaring opgedaan met het verzorgen van de training, coaching, therapie waarvoor men de opleiding volgde. Hierbij worden formele en informele mindfulness oefeningen aangeboden en gebruik gemaakt van adequaat materiaal (cd's, sticks, apps, werkboek, draaiboek e.d.) zoals ontwikkeld door Kabat-Zinn of Segal, Williams en Teasdale.

Persoonlijke reflectie zoals, een uitgeschreven reflectieverslag over acht sessies door de professional zelf gegeven (indicatie één pagina per bijeenkomst) en waarover tevens supervisie is ontvangen. Het reflectieverslag mag ook vervangen worden door video- of geluidsopnames van verschillende sessies). Minimaal drie uur supervisie door een gekwalificeerde supervisor over de MBSR/MBCT-methodiek.

---

<sup>2</sup> De VVM wil de trainingen die gegeven worden door gecertificeerde professional zien als onderdeel van de opleiding. Dit geeft meer status aan de professional en de professional wordt ook gewaardeerd voor zijn professionaliteit. Bovendien als men eerst een training volgt dan maakt men een start met de beoefening van mindfulness, een essentiële voorwaarde om een goede professional te kunnen zijn.

### 3.2.5. **Erecode**

Indien men gecertificeerd wil worden door de VVM dan dient men de Erecode van de VVM te onderschrijven en in de praktijk te volgen. Door middel van een checklist zal worden gevraagd de Erecode van de VVM te onderschrijven. Dit is een absolute voorwaarde en geen richtlijn.

### 3.2.6. **Vooropleiding**

Afgesloten beroepsopleiding/studie, Universitair of HBO-niveau. Minimaal drie jaar werkervaring op het opleidingsniveau. De professional kan ook aantonen dat hij of zij functioneert op een HBO/universitair niveau. Ook kan dit getoetst zijn tijdens de opleiding tot mindfulness professional.

## 4. Rechten en plichten na certificering

### 4.1. Certificaat

Er kunnen verschillende certificaten worden uitgereikt:

- Een basis certificaat voor alle MBP's dus inclusief MBSR/MBCT (echter dit certificaat kan men niet gebruiken om vergoedingen bij zorgverzekeraars te verkrijgen).
- Een certificaat specialist MBSR/MBCT waarbij men wel voor vergoeding van zorgverzekeraars in aanmerking kan komen.
- Een certificaat specialist S-MBSR in Opvoeding & Onderwijs.

### 4.2. Geldigheidsduur van de certificering

Indien men gecertificeerd wordt dan is dit voor de duur van vijf jaar. In principe wordt het certificaat per de 1<sup>e</sup> van een kwartaal afgegeven en dient men de hercertificering een kwartaal voor de afloop van de vijf-jarige termijn aan te vragen.

### 4.3. Meldingsplicht

Indien men geen gebruik maakt van het certificaat bijvoorbeeld door ziekte of verblijf in het buitenland, dient het gecertificeerd lid dit te melden aan de Certificeringscommissie. De rechten en plichten komen te vervallen dan wel worden uitgesteld. Indien men zich weer aanmeldt dan tellen de rechten en plichten vanaf het moment van afmelding. Bijvoorbeeld: als men zich tussentijds één jaar afmeldt dan hoeft men zich pas na zes jaar te laten hercertificeren.

### 4.4. Verbondenheid met de VVM

De gecertificeerde professional dient natuurlijk jaarlijks de ledencontributie en de certificeringscontributie te betalen. Hierdoor kan de professional gebruik maken van het aanbod van de VVM. De vereniging wordt gedragen door de leden dus waar nodig wordt er van de gecertificeerde leden ook ondersteuning gevraagd.

### 4.5. Het register

Indien de professional gecertificeerd is, dan wordt deze professional ingeschreven in het 'register van mindfulness professionals' met de vermelding voor welke MBP ('s) men een opleiding heeft genoten en men dus bevoegd is de betreffende MBP-training te geven.

### 4.6. Vermelding op de website van de VVM

De gecertificeerde professional kan zichzelf vermelden op de website van de VVM.

### 4.7. Gebruik van de agenda

De gecertificeerde professional kan zelf zijn of haar activiteiten promoten op de website van de VVM, onder de agenda van trainers/professionals.