

Red Española de Programas Estandarizados de Mindfulness y Compasión

PRINCIPIOS ÉTICOS RECOMENDADOS PARA LOS PROFESORES DE MINDFULNESS Y COMPASIÓN POR LA RED ESPAÑOLA DE PROGRAMAS ESTANDARIZADOS



MSC MBCT MBSR MBPM

www.redprogramasmindfulness.org

La Red Española de Programas Estandarizados Basados en Mindfulness y Compasión está comprometida con mantener los más altos estándares de comportamiento ético en lo concerniente a la conducta personal y profesional de los profesores y formadores de profesores de los programas, con la intención de encarnar los valores que subyacen a la enseñanza del Mindfulness y la Compasión.

Dichos valores tal y como los concebimos son:

- Trabajar con la intención de aliviar el sufrimiento,
- Cuidar de los demás con una intención de amabilidad y compasión.
- Preservar la ética de los programas valorando la aceptación, la integridad y el compromiso con esos principios.
- Comunicarnos de manera clara y honesta.
- Evitar cualquier actividad que sentimos que pudiera comprometer estos valores.

Los siguientes estándares éticos y profesionales tienen la intención de servir como guía para los fines descritos.

Al enseñar MBSR, MSC, MBPM, o MBCT u otros programas basados en la atención plena y la compasión, soy consciente de mis responsabilidades como profesor/a ó como formador de profesores/as. Por eso, observo las siguientes pautas éticas:

1. Transparencia

Antes del inicio del curso, ayudaré a los participantes a determinar qué cursos se adecuan a sus necesidades e informaré a todos los participantes sobre el contenido, la forma, la duración, objetivos y los costes del curso, así como las limitaciones de este y resultados posibles.

Presentaré de forma fidedigna mis cualificaciones según el nivel exacto de entrenamiento y capacitación que haya alcanzado en un determinado programa. Seguiré las normativas referidas al uso de los logos, materiales impresos y digitales de cada programa.

Red Española de Programas Estandarizados de Mindfulness y Compasión

PRINCIPIOS ÉTICOS RECOMENDADOS PARA LOS PROFESORES DE MINDFULNESS Y COMPASIÓN POR LA RED ESPAÑOLA DE PROGRAMAS ESTANDARIZADOS



MSC MBCT MBSR MBPM

www.redprogramasmindfulness.org

2. Respeto por la integridad del programa

Basaré mi enseñanza en uno de los programas basados en evidencia en los que he sido capacitado. Respetaré la integridad de los planes de estudio de MBCT, MBSR, MSC o MBPM y otros programas basados en la atención plena y la compasión (MCBP). Al usar esos nombres, me ceñiré a los planes de estudio, normativas, políticas y procedimientos de estos, sin mezclarlos con elementos que difieran de los presentes en el curriculum del programa en particular.

3. Integridad Financiera

Aunque reconozco que tengo que ser compensado de manera justa por mi tiempo en la enseñanza del programa en el que soy profesor/a acreditado/a, mi meta principal es estar al servicio de los demás, y estoy de acuerdo en equilibrar siempre mis propias necesidades económicas y las de mis participantes a la hora de tomar decisiones sobre el precio del curso y sobre las becas para aquellos que lo necesiten.

Algunos programas tienen establecidos precios mínimos por regiones geográficas o país. Este precio debe ser respetado por todos los profesores para no provocar competencia desleal. Esto no excluye la oferta ocasional de becas totales / parciales para asistir al curso a personas que tengan circunstancias atenuantes.

4. Formación Continuada y práctica personal

Me comprometo a mantenerme actualizado de acuerdo con las últimas prácticas y avances en el campo de la atención plena y la compasión, así como a cuidar mi aprendizaje continuo, manteniendo las buenas prácticas.

A través de la formación continuada, la supervisión y el diálogo con otros profesores me comprometo a mantener mi acreditación y desarrollo como profesor de mindfulness y/o compasión, incorporaré la práctica y la comprensión de la atención plena y/o la compasión lo mejor que pueda, y que se basa tanto en la comprensión científica y clínica actual relevante como en sus antecedentes históricos de las tradiciones espirituales y filosóficas relevantes. Como profesor, cuidaré de mi propia salud física y emocional y permaneceré consciente de mis estados corporal, emocional y mental. Es mi intención que todas mis intervenciones provengan de un corazón cuidadoso, amable y ecuánime, con el propósito de apoyar en sus procesos al participante.

Red Española de Programas Estandarizados de Mindfulness y Compasión

PRINCIPIOS ÉTICOS RECOMENDADOS PARA LOS PROFESORES DE MINDFULNESS Y COMPASIÓN POR LA RED ESPAÑOLA DE PROGRAMAS ESTANDARIZADOS



MSC MBCT MBSR MBPM

www.redprogramasmindfulness.org

Soy consciente de que una práctica continua, personal de mindfulness, compasión, y auto-compasión, tanto formal como informal, es esencial para la enseñanza.

Reconociendo mis limitaciones Soy consciente de que un curso estandarizado (MBPM, MBSR, MSC o MBCT) no puede sustituir un tratamiento médico o psicológico necesarios. En caso de que un curso no sea lo suficientemente útil para los participantes, señalaré las limitaciones de mis competencias o del curso ofrecido, teniendo recursos de derivación disponibles para el alumno.

En ese sentido, me abstendré de hacer diagnósticos de las condiciones físicas o psicológicas de los alumnos, así como de prescribir tratamientos, o sugerir/aprobar que el alumno se oponga al consejo dado por su médico o profesional de la salud mental. No ofreceré, por tanto, los cursos como un reemplazo a otras intervenciones o disuadiré a los participantes de tomar otros tratamientos recomendados por sus profesionales en el cuidado de la salud.

5. Responsabilidad por la relación con los participantes

Soy consciente de que la relación entre profesor y participantes es asimétrica. Como profesor/a, tengo competencia y experiencia en atención plena y compasión. Así pues, haré uso de ella para facilitar el desarrollo de la propia práctica de mindfulness y compasión del participante. Pondré toda mi dedicación y compromiso en asegurarme de que los participantes utilicen de una manera apropiada, las actividades que les sean propuestas.

Proveeré de la mejor manera posible de comodidad, seguridad, confidencialidad y bienestar a todos aquellos que asistan a los cursos.

Asumo la responsabilidad de esta relación asimétrica, sin buscar recompensas materiales o inmateriales, para sostener la seguridad emocional y psicológica de los participantes en mi curso como algo primordial. Por esta razón voy a mantener una relación profesional maestro-alumno con todos los participantes y haré todo lo posible para no sobrepasar ningún límite.

Protegeré la confidencialidad de toda la información de mis participantes, ya sea oral o escrita y conservaré o eliminaré los expedientes de éstos de una manera que garantice seguridad y confidencialidad. Asimismo, cumpliré escrupulosamente con la ley de Protección de Datos que aplique en el país donde estoy dado de alta en mi actividad profesional.

Red Española de Programas Estandarizados de Mindfulness y Compasión

PRINCIPIOS ÉTICOS RECOMENDADOS PARA LOS PROFESORES DE MINDFULNESS Y COMPASIÓN POR LA RED ESPAÑOLA DE PROGRAMAS ESTANDARIZADOS



MSC MBCT MBSR MBPM

www.redprogramasmindfulness.org

Reconozco que tengo una responsabilidad continua de no trabajar con los participantes cuando mi habilidad se encuentre limitada por razones de salud física o mental, o por los efectos de drogas, alcohol o medicamentos.

Garantizaré que mi trabajo profesional esté adecuadamente cubierto con un seguro apropiado. Por ejemplo, un seguro de responsabilidad civil y seguro civil del local donde imparto los cursos.

6. Respeto por otros profesores y programas

Entiendo que la atención plena y la compasión incluyen mi comportamiento hacia otros profesores de MBSR, MSC, MBPM, o MBCT. Esto incluye una actitud apreciativa y respetuosa hacia mis colegas, así como hacia otros programas basados en mindfulness y compasión, reconociendo el carácter común de nuestros objetivos compartidos de llevar mindfulness y compasión a todo el mundo - y no hablar sobre otros profesores programas de una manera despectiva ni en público ni en privado, así como el intento de abordar los conflictos existentes o potenciales directamente de una manera constructiva. También valoraré los esfuerzos y logros de otras personas sin atribuirlos a mí mismo.

7. Respeto por la diversidad

Impartiendo MSC, MBSR, MBPM, o MBCT, me abstengo del adoctrinamiento político, ideológico o religioso. Por supuesto, puedo hablar sobre los antecedentes de mindfulness y compasión, o los programas o sobre mi propia práctica si me lo piden. Respetaré los estándares morales, sociales y religiosos de los alumnos y no rechazaré ni discriminaré a los mismos basándome en su edad, raza, género, orientación sexual, afiliación religiosa o nacionalidad.

Nota final: Documento vivo y en continua en revisión

Reconozco que este código deontológico no es exhaustivo y que la insuficiencia de estas directrices a la hora de abordar una conducta en particular no implica que la conducta en cuestión sea necesariamente ética o no ética. De forma que, si me siento inseguro/a sobre cómo proceder de manera ética en una situación en concreto, contactaré con el comité ético de cada programa (o persona responsable o mentor).

Red Española de Programas Estandarizados de Mindfulness y Compasión

PRINCIPIOS ÉTICOS RECOMENDADOS PARA LOS PROFESORES DE MINDFULNESS Y COMPASIÓN POR LA RED ESPAÑOLA DE PROGRAMAS ESTANDARIZADOS



MSC MBCT MBSR MBPM

www.redprogramasmindfulness.org

Soy consciente de que, si continuamente ignoro estas directrices éticas, eso puede dar lugar a la exclusión del profesor de la organización que es responsable de un programa dado, así como de la terminación de sus cursos.

Versión revisada el 22 abril 2021

Fuentes de bibliográficas y de documentación

EAMBA Ethical Guideline, European Associations of Mindfulness-Based Approaches

Código de Conducta Ética MBPM, RespiraVida BreathWorks

Código Ético del Programa CCT, Compassion Foundation

Guía Ética Profesores MSC, Center for MSC

Evans, A., Crane, R., Cooper, et al (2015) *A Framework for supervision for Mindfulness-Based Teachers: a space for embodied mutual inquiry*. En revista "Mindfulness"; 6 (3):572-581

Grossman, P. (2015) *Mindfulness: Awareness Informed by an Embodied Ethic*. En revista "Mindfulness" 6, 17-22, Editorial Springer Science-Business Media New York

Kabat-Zinn, J. *Too Early to Tell: The Potential Impact and Challenges—Ethical and Otherwise—Inherent in the Mainstreaming of Dharma in an Increasingly Dystopian World*. *Mindfulness* 8, 1125–1135 (2017). <https://doi.org/10.1007/s12671-017-0758-2>

Kabat-zin J. (2011) *Some reflections on the origins of MBSR, skillful means, and the trouble with maps*. *Contemp Buddhism* 2011, 12:281-306.

Kenny M, Luck P, Koerbel L. (2020) *Tending the Field of Mindfulness-Based Programs: The Development of International Integrity Guidelines for Teachers and Teacher Training*. *Global Advances in Health and Medicine*. doi:[10.1177/2164956120923975](https://doi.org/10.1177/2164956120923975)

Monteiro, Lynette. (2010). *Five Skillful Habits: An ethics-based mindfulness intervention*. *Counseling and Spirituality*. 29. 91-104.

Monteiro, L. (2016). *Implicit ethics and mindfulness: Subtle assumptions that MBis are values-neutral*. *International Journal of Psychotherapy*. On-line.

Red Española de Programas Estandarizados de Mindfulness y Compasión

PRINCIPIOS ÉTICOS RECOMENDADOS PARA LOS PROFESORES DE MINDFULNESS Y COMPASIÓN POR LA RED ESPAÑOLA DE PROGRAMAS ESTANDARIZADOS



MSC MBCT MBSR MBPM

www.redprogramasmindfulness.org

Thubten, J. (2018), *The question of mindfulness' connection with ethics and compassion*. *Current Opinion in Psychology* 2019, 28:71–75.
doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.10.016