

## **Manual de Boas Práticas para Professores de Facilitadores em Intervenções Baseadas em Mindfulness (IBM)<sup>1</sup>**

### **Diretrizes recomendadas pela Rede Brasileira de Mindfulness para Instituições que Oferecem Formação Profissional de Facilitadores em Intervenções Baseadas em Mindfulness (IBMs)**

Professores<sup>2</sup> devem conhecer e aderir às **Diretrizes do Manual de Boas Práticas para Facilitadores**

Além disso, eles devem conhecer as seguintes diretrizes **de Boas Práticas para professores de facilitadores em IBMs:**

1. Ter se responsabilizado pela facilitação de pelo menos dez cursos de oito semanas de Intervenções Baseadas em Mindfulness, em no mínimo 3 anos;
2. Oferecer formação para facilitadores com no mínimo 12 meses de duração;
3. Ser um competente professor de cursos de IBMs – conforme avaliado por colegas experientes e potencialmente através dos Critérios de Avaliação de Ensino (MBI-TAC – *Teaching Assessment Criteria*);
4. Ter sido capacitado para ser um professor por um professor de nível avançado de acordo com o MBI-TAC. Além disso, deve ser considerado de nível proficiente pelo MBI-TAC, tendo demonstrado competência no treinamento de outros conforme avaliado pelo professor de nível avançado;
5. Continuar a oferecer cursos de IBMs para pessoas com variados níveis de experiência como facilitador, juntamente com a formação de facilitadores;
6. Estar numa relação regular de supervisão em relação às práticas de facilitação e sua interface com a prática pessoal de mindfulness, e engajar no relacionamento com seus pares com outros professores;
7. Participar de retiros anuais que facilitam o aprofundamento da prática pessoal, alguns dos quais com pelo menos 5 a 10 dias de duração, nos quais não se engaje em atividades de facilitação das práticas;
8. Manter-se atualizado com as evidências atuais e em desenvolvimento sobre as IBMs, com ênfase especial em treinamentos organizados para sua área de especialidade;

---

<sup>1</sup> \*Manual adaptado das Diretrizes da Rede Britânica de Professores de Mindfulness (UK Network for Mindfulness-Based Teacher Trainers).

<sup>2</sup> Facilitadores de Mindfulness também responsáveis pelos cursos de Formação Profissional de Facilitadores em IBMs

9. Manter-se atualizado com métodos atuais sobre como alcançar e manter as competências para ensinar IBMs, de acordo com o Manual de Boas Práticas para Facilitadores;
10. Estar imerso na prática e na compreensão de mindfulness, baseado tanto no entendimento científico e/ou clínico, assim como antecedentes históricos das relevantes tradições espirituais e filosóficas, do qual o mais comum exemplo são as tradições budistas;
11. Saber trabalhar em equipe, sendo um membro compassivo e com habilidades de liderança, disposto a agir no contexto de uma equipe de formação e em contato com outros professores que também formem facilitadores no contexto do país;
12. Se comprometer com a disseminação das Boas Práticas para Facilitadores de Mindfulness nos cursos de formação profissional.

***Formadores de facilitadores de Intervenções Baseadas em Mindfulness precisam ter habilidades, compreensão e atitudes desenvolvidas nas seguintes áreas:***

1. Uma compreensão adquirida experiencialmente da complexidade de mindfulness como uma abordagem e seu potencial de transformação,
2. Um entendimento profundo dos objetivos e intenções da abrangência completa dos componentes incluídos no currículo das intervenções baseadas em mindfulness que eles estejam ensinando outros para facilitarem;
3. Um entendimento dos princípios teóricos subjacentes aos cursos baseados em Mindfulness que eles estão ensinando outros para facilitarem;
4. Entender e ter a capacidade de ensinar outros nos princípios subjacentes que fundamentam a adaptação de IBMs para diferentes contextos e populações;
5. Habilidade para trabalhar com grupos, especialmente criando um ambiente de aprendizagem seguro e desafiador;
6. Capacidade e habilidade necessárias para apoiar os facilitadores a identificar seus pontos fortes e necessidades de aprendizagem, fornecendo feedback que facilite os novos aprendizados;
7. A compreensão da complexa interface entre IBMs ensinadas em um contexto terapêutico de Mindfulness e as ensinadas em contextos tradicionais ou culturais específicos, com o compromisso de ser transparente em relação a quais contexto(s) o curso de Mindfulness está sendo oferecido.

O professor irá trabalhar de acordo com os princípios éticos da sua profissão ou formação e, adicionalmente deverá desenvolver sensibilidade em relação a:

- Apenas fornecer treinamento dentro dos limites e fronteiras de sua competência;
- Comprometer-se a realizar as práticas formais e informais de mindfulness que exigir e solicitar dos facilitadores em formação.