

Manual de Boas Práticas para Supervisores de Facilitadores em Intervenções Baseadas em Mindfulness (IBM)¹

DEFINIÇÃO DE SUPERVISÃO EM MINDFULNESS

Um espaço regular que é contratado entre supervisor e supervisionado, que permite reflexão sobre a instrução baseada em mindfulness realizada pelo supervisionado, facilita desenvolvimento e considera como instruir interfere em sua prática pessoal e em sua vida. O processo é dedicado a desenvolver integridade e segurança e aprofundar a compreensão e efetividade da aplicação de mindfulness do supervisionado, nos contextos pessoal e profissional.

A. EXPERIÊNCIA, TREINAMENTO E ENSINO BASEADOS EM MINDFULNESS

- Supervisores devem conhecer e aderir às **Diretrizes do Manual de Boas Práticas para Supervisores e serem listados como instrutores na lista da Rede e serem listados como supervisores por cada Centro Formador**
- Além disso, eles devem conhecer as seguintes diretrizes **de Boas Práticas para professores de facilitadores em Intervenções Baseadas em Mindfulness**:
 - o Continuar a facilitar grupos de Intervenções Baseadas em Mindfulness.
 - o Ter se responsabilizado pela facilitação de pelo menos nove cursos de oito semanas de práticas baseadas em mindfulness, em no mínimo três anos.
 - o Estar oferecendo treinamento com no mínimo 12 meses de duração.

Ser um competente professor de cursos de práticas baseadas em mindfulness – conforme avaliado por colegas experientes através dos Critérios de Avaliação de Ensino (MBI - TAC – Teaching Assessment Criteria).

- o Quando supervisionar professores novatos, assegurar-se de que eles estão seguindo currículo no qual foram treinados.
- o Estar numa relação regular de supervisão em relação ao ensino de práticas e sua interface com a prática pessoal de mindfulness e supervisão da supervisão (“supravisão”).

¹ Manual adaptado das Diretrizes da Rede Britânica de Supervisores de Mindfulness (*UK Network for Mindfulness-Based Teacher Trainers Organisations*).

- o Participar com regularidade de retiros que facilitem o aprofundamento da prática (idealmente com pelo menos cinco dias de duração).
- o Manter-se atualizado com as evidências atuais e em desenvolvimento sobre as intervenções baseadas em mindfulness, com ênfase especial em supervisão para sua área de expertise.
- o Estar atualizado com métodos para mensurar a habilidades de ensinar programas baseados em mindfulness e manter as boas práticas.
- o Estar envolvido 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 é a tradição budista.
- o Perguntar aos participantes dos cursos que oferece apenas aquilo que perguntaria a si mesmo, tanto em relação à prática formal quanto informal.

B. SUPERVISÃO BASEADA EM MINDFULNESS: TREINAMENTO E EXPERIÊNCIA

Supervisores precisam: ter completado uma capacitação específica de supervisão em mindfulness previamente estabelecida por cada centro formador.

- Trabalhar dentro de um modelo conduzido por “inquiry” de supervisão baseada em mindfulness (ex.: <http://link.springer.com/article/10.1007/s12671-014-0292-4>) assim como ter familiaridade com outros modelos de supervisão.
- Estar familiarizado com o uso do Mindfulness-Based Interventions: Teaching Assessment Criteria (MBI-TAC) como auxílio à supervisão.
- Estar familiarizado com os princípios que influenciam aprendizado e desenvolvimento de indivíduos e grupos.
- Ter estudo contínuo e orientação em curso para apoiar o aprofundamento da própria prática de mindfulness do supervisor. Isso pode incluir entrevistas ou reuniões com um professor em retiros dirigidos por professores; diálogo contínuo com um professor experiente em meditação; e/ou orientação e estudo com um supervisor experiente de mindfulness que possui essas habilidades e experiência.
- Ter uma formação específica e profunda familiaridade com os fundamentos teóricos da abordagem de mindfulness ensinada e seus objetivos e intenções, ex. MBSR / MBCT / MBRP e envolver-se em atualizações regulares, por exemplo, através de leitura, oficinas etc.
- Identificar seus próprios limites em termos de conhecimento especializado e experiência, contexto e sua própria prática de mindfulness.

C. SUPERVISÃO BASEADA EM MINDFULNESS EM CONTEXTOS CLÍNICOS

- O supervisor de mindfulness em contexto clínico, deve ter formação e experiência em protocolos baseados em mindfulness para área clínica.
- Se o supervisor não for treinado ou qualificado na área clínica que se propõe a supervisionar, este deve limitar sua supervisão à áreas não clínicas de conteúdo e processo de mindfulness. Caberá ao supervisor informar ao supervisionado sobre a necessidade da supervisão clínica específica complementar.

D. COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS PARA SUPERVISÃO BASEADA EM MINDFULNESS

- Conhecimento e compreensão de ética e prática profissional.
- Formação, conhecimento e compreensão do programa que está sendo ensinado, ex: MBCT/MBSR/MBRP
- Compreensão das questões-chaves em se trabalhar com diversidade.
- Capacidade de estabelecer contratos gerais de supervisão, identificando, adaptando e levando em conta:
 - o A natureza do trabalho, contexto e habilidades de especialista requeridas (ex: trabalhando com câncer, dor crônica)
 - o O contexto organizacional (SUS, terceiro setor, setor privado, educação, ambiente de trabalho, etc.)
 - o A prática de mindfulness do supervisionado e necessidades relativas ao desenvolvimento do ensino de mindfulness
- Capacidade de desenvolver e manter uma aliança de trabalho
- Habilidade para criar um ambiente de aprendizagem seguro e desafiador, onde o suporte educativo e aspectos éticos da supervisão são equilibrados de acordo com a demanda.
- Capacidade de recorrer e incorporar a própria prática de mindfulness enquanto emprega um processo de “inquiry” para facilitar a aprendizagem do supervisionado.
- Capacidade de supervisionar e orientar o desenvolvimento da prática pessoal de mindfulness do supervisionado, relacionando-a com o trabalho e a vida do supervisionado.
- Capacidade de habilitar o supervisionado para apresentar material de supervisão apropriado e refletir sobre ele, usando a sessão de supervisão efetivamente.

- Capacidade de apoiar o supervisionado na identificação de seus pontos fortes e necessidades de aprendizagem e fornecer *feedback* que facilite a aprendizagem.
- Capacidade de dar *feedback* preciso e construtivo e desafiar as práticas precárias quando necessário.
- Capacidade de realizar supervisão em diferentes formatos e através de diferentes meios: grupo, individual, pares, telefone, online e face-a-face.
- Capacidade de incorporar na supervisão observação direta e/ou observação através de gravações do ensino do supervisionado.
- Capacidade de refletir sobre o próprio trabalho como supervisor e identificar suas próprias necessidades de treinamento e supervisão.