

# REGISTRO NAZIONALE MINDFULNESS

## Codice Deontologico degli Istruttori italiani di Mindfulness

Il Codice Deontologico degli Istruttori di Mindfulness è l'insieme dei principi, buone prassi e regole che istruttori, trainer, terapeuti, operatori, mentori e supervisor di mindfulness si impegnano a rispettare e ad osservare nello svolgimento del proprio lavoro al fine di garantire i più elevati standard di condotta professionale ed etica, fornendo un servizio di qualità e dimostrando il massimo rispetto verso tutti i colleghi, professionisti, partecipanti e l'utenza in generale.

Le migliori pratiche internazionali invitano gli insegnanti di mindfulness ad onorare, incarnare e sostenere un Codice Deontologico che miri a fornire guida e chiarezza a tutti gli istruttori di mindfulness in relazione ai valori e ai comportamenti da loro attesi quando interagiscono con l'utenza, i partecipanti ai corsi e i colleghi istruttori di mindfulness. Un solido quadro etico di riferimento è alla base dell'insegnamento della consapevolezza.

In caso di inosservanza del Codice deontologico, episodi di cattiva condotta e/o controversie, gli utenti, i colleghi o gli istruttori potranno rivolgersi alla Federazione per essere tutelati o consigliati, e attraverso una apposita commissione verranno valutate le questioni riguardanti la competenza, la qualifica e la condotta degli istruttori appartenenti al Registro Nazionale Mindfulness.

## 1 Introduzione

- 1.1) Tra i principi fondanti alla base della pratica della consapevolezza vi è quello di impegnarsi a coltivare valori ed attitudini che includono qualità come apertura e trasparenza, gentilezza e generosità, autenticità e responsabilità, solidarietà e altruismo, mirando così a promuovere il benessere umano.
- 1.2) Come individui che praticano e insegnano la Mindfulness, siamo guidati da principi etici generali, tra i quali:
  - Servizio. Aiutare le persone a cui si insegna, agendo nel loro migliore interesse, con gentilezza e compassione.
  - Amorevolezza. Prendersi cura del benessere delle persone a cui insegniamo.
  - Integrità. Proporre pratiche con onestà e trasparenza.

## 2 Attività professionale

### Competenze ed integrità professionali

- 2.1) L'istruttore di mindfulness fornisce esclusivamente insegnamenti per i quali si è qualificato, facendo riferimento alla propria formazione, certificazione ed affiliazione professionale in maniera congruente. L'istruttore deve garantire di aver conseguito una formazione nell'insegnamento di mindfulness al livello delineato dagli standard formativi di riferimento del proprio approccio insegnando pratiche di consapevolezza nell'ambito delle proprie capacità, abilità ed esperienza personale.
- 2.2) La partecipazione di una persona a gruppi di mindfulness o percorsi individuali di mindfulness non sostituisce in alcun modo un trattamento medico o psicoterapeutico necessario, dunque l'istruttore di mindfulness non professa in alcun modo di esercitare medicina o psicoterapia,

a meno che non sia autorizzato a farlo in luce delle proprie competenze e titoli riconosciuti in ambito medico-sanitario.

- 2.3) Gli istruttori, consapevoli dei limiti delle pratiche di mindfulness, indirizzano i partecipanti a professionisti medici, psicologi o altri appropriati colleghi se, e quando, si ritiene necessario.
- 2.4) Nel caso in cui l'istruttore sia impegnato in un duplice ruolo (ad esempio come psicoterapeuta e istruttore di mindfulness), dovrà lavorare all'interno dei riferimenti etici e deontologici di ogni professionalità adottando le migliori pratiche relative ad entrambe le professioni.

### **Integrità professionale e legislativa**

- 2.5) L'istruttore di mindfulness si impegna a rispettare tutte le leggi nazionali e locali, dei marchi e di tutte le leggi sul copyright. Conserva una contabilità accurata e veritiera ed i registri dei partecipanti. Rispetta tutti i requisiti legislativi pertinenti in materia di assistenza e cura, inclusi i requisiti di salute e sicurezza sul lavoro.
- 2.6) L'istruttore di mindfulness garantisce di adempiere ai requisiti assicurativi per la responsabilità civile e la responsabilità civile professionale quando applicabile e necessario.
- 2.7) L'istruttore di mindfulness interagisce e tratta la comunità, i partecipanti, i colleghi e le altre attività di mindfulness in modo equo, trasparente e onesto nel corso di tutte le transazioni anche di natura commerciale.

### **Decoro e presentazione**

- 2.8) L'istruttore di mindfulness conduce la propria attività con integrità, puntualità ed in luoghi idonei ad un setting professionale.
- 2.9) L'istruttore di mindfulness si impegna a non insegnare sotto l'influenza di alcol o sostanze illegali o che alterano la mente, si impegna attivamente nella cura di sé.
- 2.10) Laddove problemi personali possano incidere sulle proprie competenze o capacità di conduzione, l'istruttore di mindfulness deve cercare assistenza o supervisione professionale.

### **Formazione continuativa e supervisione**

- 2.11) L'istruttore di mindfulness si impegna in una crescita personale e professionale continua. Si impegna con compassione e chiarezza nella propria e altrui formazione partecipando a ritiri annuali di meditazione mindfulness, webinar, forum web, etc. condotti da insegnanti qualificati, e mantenendosi aggiornato riflettendo sulle sessioni di insegnamento.
- 2.12) La supervisione si riferisce a un accordo formale e riservato che consente all'istruttore di discutere regolarmente il proprio lavoro con uno o più istruttori-supervisor di mindfulness competenti ed esperti. L'istruttore di mindfulness è dunque tenuto a consultare il proprio supervisore o altro professionista adeguatamente qualificato quando sorgono problemi difficili durante la conduzione delle pratiche, con gli studenti, con i gruppi o con i colleghi.
- 2.13) L'istruttore di mindfulness si impegna in un processo di intervizione, mantenendo contatti continui con altri praticanti e istruttori di mindfulness, costruiti e mantenuti anche come mezzo per condividere esperienze e imparare in modo collaborativo e cooperativo.

### **3 Relazione Istruttore-Partecipante**

Un buon rapporto istruttore-partecipante richiede che l'istruttore abbia standard elevati di condotta professionale. Gli istruttori di mindfulness devono rispettare i diritti e la dignità di tutti i partecipanti. Devono anche rispettare la fiducia riposta nell'istruttore dal partecipante. I seguenti articoli del codice sottolineano la fiducia e la sicurezza come base per la relazione istruttore-partecipante. La parola "partecipante" qui include tutti coloro che frequentano le lezioni di mindfulness, i tirocinanti degli istruttori e coloro che in genere vengono seguiti nella loro pratica.

- 3.1) L'istruttore di mindfulness rispetta i valori, le convinzioni e le aspirazioni di tutti i partecipanti di meditazione, riconoscendo il valore intrinseco e l'individualità di ogni persona; pertanto, non discrimina nessuno indipendentemente da età, razza, sesso, orientamento sessuale o identità di genere, paese di origine, religione, reddito, capacità fisiche o livello di istruzione, piuttosto mantiene un atteggiamento inclusivo.
- 3.2) L'istruttore di mindfulness si impegna a esplorare e correggere eventuali propri pregiudizi e a fare un proprio lavoro personale per essere più inclusivo, sostenendo un quadro laico e aperto, non ideologico, coerente con l'insegnamento delle mindfulness based interventions.
- 3.3) L'istruttore di mindfulness propone strutture tariffarie eque e non sfruttatrici per i corsi, in linea con i valori alla base della pratica della consapevolezza.
- 3.4) L'istruttore di mindfulness non chiede ai propri partecipanti un impegno di pratica superiore a quello che lui stesso è disponibile a svolgere.

#### **Integrità della comunicazione**

- 3.5) L'istruttore di mindfulness mantiene comunicazioni oneste, appropriate e professionali in tutte le transazioni verbali, non verbali e scritte con i partecipanti, stabilendo obiettivi e confini chiari.
- 3.6) Comprende che le relazioni basate sulla fiducia e sulla comunicazione chiara consentono agli istruttori di lavorare in modo efficace con i praticanti.
- 3.7) L'istruttore di mindfulness descrive i benefici e i risultati della pratica della meditazione con onestà, accuratezza ed equità.
- 3.8) L'istruttore di mindfulness comunica con i partecipanti in modo cortese, rispettoso, compassionevole e onesto. Offre feedback sulla pratica dei partecipanti che siano sempre costruttivi e positivi e in nessun modo denigratori.
- 3.9) L'istruttore di mindfulness presta attenzione ai bisogni fisici, mentali, emotivi e spirituali dei partecipanti, ai limiti, preferenze e qualità di ognuno, creando un ambiente sicuro per l'espressione personale del partecipante e offrendo ampie opportunità a ciascuno di porre domande e condividere le proprie esperienze.
- 3.10) L'istruttore di mindfulness aiuta i partecipanti a determinare l'adeguatezza delle loro esigenze ai corsi offerti, prima dell'inizio del corso. Ciò include la comunicazione di aspetti logistici e pratici; costo, contenuto, durata, metodi, impegno per la pratica a casa ed i possibili risultati.

#### **Sicurezza**

- 3.11) L'istruttore di mindfulness comunica chiaramente riguardo ai modi di praticare la mindfulness sostenendo la propria e altrui sicurezza fisica, emotiva, e psicologica durante il processo di apprendimento della consapevolezza.
- 3.12) L'istruttore di mindfulness riconosce il potenziale squilibrio di potere tra istruttore e partecipante e non molesta o sfrutta in alcun modo i partecipanti fisicamente, psicologicamente, emotivamente, sessualmente o finanziariamente. Se avviene un cambiamento consensuale nella relazione, che cresce o cambia, (per esempio un praticante diventa un collega) L'istruttore si assume la responsabilità di chiarire il cambiamento direttamente con il partecipante.
- 3.13) L'istruttore di mindfulness evita relazioni che potrebbero compromettere l'integrità del rapporto istruttore-partecipante. Non intraprende dunque attività sessuali o confidenziali con il partecipante.
- 3.14) L'istruttore di mindfulness adotta misure adeguate per affrontare qualsiasi conflitto di interesse che potrebbe insorgere nei rapporti con i partecipanti. Gli istruttori metteranno il benessere dei partecipanti al pari o al di sopra dei propri interessi.
- 3.15) Quando condivide delle informazioni, l'istruttore di mindfulness si impegna a far sapere ai partecipanti quando si tratta di opinione personale o quando le informazioni condivise sono supportate da ricerche di terze parti.

### **Confidenzialità e Privacy**

- 3.16) L'istruttore di mindfulness mantiene tutte le informazioni sui partecipanti strettamente riservate, comprese le informazioni trovate sui moduli di registrazione e in eventuali note di partecipazione dei partecipanti.
- 3.17) L'istruttore di mindfulness tutela la privacy e il diritto alla riservatezza dei partecipanti. Tratta tutte le informazioni sui partecipanti come riservate. Gli istruttori sono responsabili del trattamento riservato delle informazioni personali dei partecipanti coerentemente con la normativa vigente in materia di protezione dei dati.
- 3.18) L'istruttore di mindfulness è tenuto a segnalare chiaramente ai partecipanti eventuali limitazioni alla riservatezza. Ottiene il consenso dei partecipanti prima di fotografare, registrare audio o video o consentire a terzi l'osservazione delle sessioni di meditazione. Richiede il permesso dei partecipanti prima di aggiungere i loro nomi alle mailing list ed è chiaro sul contenuto degli invii. Rispetta anche il diritto dei partecipanti di rinunciare a tali mailing list.
- 3.19) Le informazioni riservate possono essere condivise nelle seguenti circostanze:
  - a. Quando si lavora in un team multidisciplinare in cui le informazioni possono essere condivise in un contesto clinico (riservato).
  - b. Nel contesto dell'accordo di supervisione confidenziale tra un membro e il loro insegnante-supervisore di mindfulness.
  - c. Un membro può effettuare una registrazione video o audio solo dopo il consenso informato firmato dai partecipanti, che specifica lo scopo della registrazione, con chi sarà condivisa, ad es. tirocinanti, altri professionisti, il pubblico ecc. dove e come verranno conservati in conformità alla normativa vigente in materia di protezione dei dati e quando la registrazione verrà cancellata.

- d. quando è possibile un danno grave al partecipante o ad altri e si ritiene che ciò possa essere evitato con una azione di condivisione.

## **4 Relazione con i colleghi**

- 4.1) L'istruttore di mindfulness parla con rispetto delle altre tradizioni di meditazione e modalità di salute. Tratta gli altri istruttori di mindfulness e colleghi in modo rispettoso, incarnando i valori alla base della pratica della consapevolezza.
- 4.2) L'istruttore di mindfulness rispetta il diritto d'autore e tutte le proprietà intellettuali e riconosce le fonti quando attinge al lavoro di altri.
- 4.3) L'istruttore di mindfulness non fa supposizioni false o dispregiative riguardo alle pratiche di colleghi e clienti. Se ha un feedback costruttivo da offrire, lo dà personalmente piuttosto che pubblicamente.
- 4.4) L'istruttore di mindfulness rispetta e riconosce l'interconnessione di tutti su questo pianeta e mantiene un equilibrato e armonico rapporto con la natura. Mira dove possibile a prendere decisioni sull'utilizzo delle risorse naturali tenendo conto di questa interconnessione anche con le generazioni future.

## **5 Relazione con Federmindfulness**

- 5.1) L'istruttore di mindfulness ha il dovere di conoscere e rispettare il Codice deontologico e le procedure qui delineate.
- 5.2) L'istruttore di mindfulness riconosce il diritto del partecipante di presentare un reclamo. Adotta tutte le azioni necessarie per risolvere eventuali reclami o lamentele e risponde a tutte le questioni professionali in modo da onorare la professione.
- 5.3) L'istruttore di mindfulness accetta di collaborare pienamente con qualsiasi richiesta al Registro in relazione ad un reclamo o un richiamo alle responsabilità come membro.
- 5.4) Tutti i trainer, terapeuti, mentori, supervisori ed istruttori che fanno richiesta e che compaiono nel Registro Nazionale Mindfulness aderiscono pienamente al Codice Deontologico di cui sopra come requisito per mantenere l'affiliazione a Federmindfulness. Comprendendo che qualsiasi violazione del suddetto codice possa essere motivo di richiamo, sospensione e/o revoca dello stato di affiliazione.
- 5.5) La presente versione del codice viene approvata il 11 Settembre 2022

## Bibliografia di Riferimento

CASARTELLI P. B., La formazione degli Istruttori di Mindfulness, Aspetti Etici e Deontologici, Tesi di Laurea Magistrale in Psicologia.

GOLSTEIN J, Hudasch G, Heigke L, Kenny M, Korbel L, Luck P, Philips C, Vajra T. A Framework for the Integrity of Mindfulness Based programmes: A Living Document. 2017.

KABAT-ZINN J., Full catastrophe living: using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness, San Francisco, Jossey Bass, 1993, pp. 3-10.

KABAT-ZINN J., Mindfulness per principianti, Milano, Mimesis, 2006.

KABAT-ZINN J., Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR) Mentorship Documents. University of California San Diego Mindfulness-Based Professional Training Institute.

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, in «Mindfulness», vol. 8, 2017, pp. 1125-1135.

HOY W. K., GAGE C. Q., TARTER C. J., Theoretical and empirical foundations of mindful schools, in W. K. HOY, C. MISKEL (a cura di), Educational administration, policy and reform: research and measurement, Greenwich, Information Age, 2004.

SANTORELLI S. F., Mindfulness-based stress reduction (MBSR): Standards of practice, Center for Mindfulness in Medicine, HealthCare & Society, University of Massachusetts, Ma, 2014.

UK NETWORK FOR MINDFULNESS-BASED TEACHER TRAINER NETWORK, Good practices guidelines for teaching mindfulness- based courses. Documento reperibile al link: <https://bamba.org.uk/wp-content/uploads/2019/06/UK-MB-teacher-GPG-2015-final-2.pdf>.

ZHANG D., LEE E. K. P., MAK E. C. W., HO C. Y., WONG Y. S., Mindfulness-based interventions: an overall review, in «British Medical Bulletin», vol. 2, 2021, p. 5.

Queste linee guida provengono dalla discussione e confronto tra lo staff di Federmindfulness, i membri costituenti del Registro Nazionale Mindfulness e lo staff di Mindfulness Biodinamica. Parti delle linee guida sono state ispirate, oltre che dalla bibliografia di riferimento anche da quanto segue:

- Code of Ethics, Mindfulness Teachers Association of Ireland.
- Code of Ethics and Conduct, Meditation Association of Australia.
- Code of Ethics for McLean Meditation Institute.
- Code of Ethics, Spirit Rock Meditation Center.
- Ethical guidelines for teaching unified mindfulness.
- Ethical Guidelines for MBCT Teachers, MBCT Association.
- Codice Etico e Deontologico degli psicologi italiani.
- American Psychological Association. Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct.

**Autore:** Paolo B. Casartelli

**Revisioni a cura di:** Elisa Macci, Giulia Musumeci, Comitato Tecnico Scientifico della Federazione Italiana Mindfulness