

# Aufnahmeregelungen für die Mitgliedschaft beim MBSR-Verband Schweiz

Die Originalfassung der Aufnahmeregelungen ist in deutscher Sprache verfasst. Bei allfälligen Abweichungen in anderen Sprachversionen ist das deutsche Original massgebend.

## 1. Wer kann Mitglied werden?

Gemäss den Statuten des MBSR-Verbandes kann jede Person Mitglied werden, wenn sie sich den Grundlagen und Zielen von MBSR verbunden fühlt und **über ein von einer anerkannten Ausbildungsinstitution ausgestelltes Zertifikat oder Diplom als Lehrerin oder Lehrer für MBSR oder ein daraus abgeleitetes Verfahren (z.B. MBCT) verfügt.**

Die aktuellen Statuten des MBSR-Verbandes finden Sie auf der Homepage [www.mbsr-verband.ch](http://www.mbsr-verband.ch) oder können Sie per Mail bei [info@mbsr-verband.ch](mailto:info@mbsr-verband.ch) anfordern.

Eine provisorische Mitgliedschaft während der Ausbildung kann gemäss Punkt 4 beantragt werden.

## 2. Anerkannte Ausbildungsinstitute

Der Abschluss der anerkannten Ausbildungsinstitute (Zertifikat) in der Schweiz und in Deutschland umfasst ca. 30 Kurstage während ca. eineinhalb Jahren, das Studium von Unterrichtsdokumenten, die Durchführung von Körperübungen, eine laufende Meditationspraxis, die Erarbeitung eines eigenen MBSR-Kurses und die dazugehörige Kursunterlagen inkl. einer CD sowie die Durchführung und Reflexion eines ersten MBSR-Kurses. Das vollständige Ausbildungsprogramm am Oasis (Institute for Mindfulness-Based Professional Education and Innovation) an der University of Massachusetts umfasst das Foundational Training, das Advanced Training sowie die Zertifizierung.

- [Zentrum für Achtsamkeit Schweiz \(CFM\)](#) Das CFM ist Mitglied des MBSR-Verbandes Schweiz.
- [Oasis](#) (Institute for Mindfulness-Based Professional Education and Innovation), Center for Mindfulness in Medicine, Health Care and Society. University of Massachusetts Medical School.
- [MBSR Institut Freiburg](#), Freiburg i. Br. (D)
- [Institut für Achtsamkeit und Stressbewältigung](#), Bedburg (D)
- [MBSR Ausbildung](#), Giessen (D)
- [Arbor Seminare](#): MBSR-Ausbildung, Freiburg i. Br. (D)

Für Personen, die am Oasis (Institute for Mindfulness-Based Professional Education and Innovation, Massachusetts, USA) einzelne Trainings besucht (z.B. Teacher Development Intensive), aber nicht das gesamte Programm inkl. Zertifizierung absolviert haben, ist es trotzdem möglich, Mitglied des MBSR-Verbandes Schweiz zu werden. Dabei gelten die unter Punkt 5 aufgeführten Spezial-Regelungen.

### 3. Beantragen der Mitgliedschaft

Senden Sie eine E-Mail mit Ihrer Adresse an [sekretariat@mbsr-verband.ch](mailto:sekretariat@mbsr-verband.ch) oder verwenden Sie unser [Kontaktformular](#). Sie erhalten die notwendigen Unterlagen für den Mitgliedschaftsantrag per Post zuge stellt. Die Aufnahmegebühr beträgt Fr. 100.00 und wird mit dem Einreichen der Unterlagen fällig.

Nach erfolgreicher Prüfung der Unterlagen und mit der Bezahlung des Mitgliederbeitrages für das laufende Geschäftsjahr ist die Mitgliedschaft definitiv.

### 4. Provisorische Mitgliedschaft

Während der Absolvierung der Ausbildung bei einem der anerkannten Ausbildungsinstitute ist es möglich, bereits als provisorisches Mitglied aufgenommen zu werden. Die provisorische Mitgliedschaft bedeutet gewisse Einschränkungen, z.B. kein Stimmrecht sowie keine Aufnahme auf die Listen der anerkannten MBSR-Lehrenden zuhanden der Krankenkassen, eingeschränkte Verwendung des MBSR-Logos etc.

Bedingungen:

- Die provisorische Mitgliedschaft kann frühestens nach der Hälfte der Ausbildungsdauer beantragt werden. Im Falle einer Ausbildung im OASIS Institute ist dies nach Absolvierung des «Teacher Development Intensive TDI» möglich.
- Die provisorische Mitgliedschaft wird für maximal 1 Jahr gewährt, d.h. die Unterlagen des erfolgreichen Ausbildungsabschlusses müssen spätestens 1 Jahr nach Aufnahme eingereicht werden. Werden die Unterlagen nicht eingereicht, wird die Mitgliedschaft sistiert.
- Über begründete Anträge zur Verlängerung der provisorischen Mitgliedschaft entscheidet der Vorstand.
- Mit der Bezahlung des Mitgliederbeitrages für das laufende Geschäftsjahr ist die provisorische Mitgliedschaft definitiv.

### 5. Spezial-Regelungen für TeilabsolventInnen des LehrerInnen-Trainings am Oasis, ohne Zertifizierung

#### 5.1. Ausbildungsvarianten

**Variante 1:** Bei abgeschlossenem Foundational Training (umfasst «MBSR In Mind-Body Medicine» und «Practicum in MBSR») und Advanced Training («Teacher Development Intensive TDI» plus «Supervision in MBSR») ohne Zertifizierung: mit schriftlicher Bestätigung des OASIS/CFM Massachusetts, dass die Person fähig ist, selbständig einen MBSR-Kurs zu leiten.

**Variante 2:** Bei abgeschlossenem Foundational Training (umfasst «MBSR In Mind-Body Medicine» und «Practicum in MBSR») plus «Teacher Development Intensive TDI», ohne Supervision: Aufnahme als provisorisches Mitglied. Supervisorische Begleitung eines Kurses durch eine/e vom Verband anerkannte/n Supervisor/in sowie Verfassen einer schriftlichen Kursreflexion.

## 5.2. Anforderungen an den Supervisionsprozess

Total sind mindestens acht Supervisionsstunden gefordert, diese umfassen:

- Vorgespräch (ca. zwei bis drei Monate vor Kursbeginn): Kennenlernen, Klärung und Festlegung des Supervisionsprozesses, Supervisionsvertrag.
- Sitzung für: Planung des Kurses, Vorgespräche, Kursprogramm, Kurs-Ausschreibung, Kursmaterialien, Kurskultur, Kurs-Evaluation, persönliche Vorbereitung und Einstimmung usw.
- Während des Acht-Wochen-Kurses mindestens zwei persönliche Sitzungen. Es wird empfohlen, dass der/die Kursleitende pro Kursabend eine kurze Reflexion z.H. der Supervision verfasst.
- Schriftliche Kursauswertung / Kursreflexion nach Beendigung des Kurses.
- Abschlussgespräch: Kursreflexion und Abschlussbericht des Supervisors/ der Supervisorin z.Hd. des Vorstandes
- Studium der Unterlagen durch den Supervisor/die Supervisorin, Administration/ Mailverkehr, Verfassen des Abschlussberichtes, evtl. Fahrzeiten.

## 5.3. Voraussetzungen für SupervisorInnen

- Mindestens 10 8-Wochen-Kurse unterrichtet haben
- Regelmässige Meditationspraxis von 5 Jahren
- Abgeschlossene Beratungs- oder Supervisionsausbildung

## 5.4. Reduzierte Anforderungen:

Für erfahrene Kursleitende, welche mindestens drei MBSR-Kurse durchgeführt haben, können die Anforderungen individuell reduziert werden. Der Vorstand entscheidet darüber und kann in Rücksprache mit dem Supervisor/ der Supervisorin den reduzierten Umfang der Supervision festlegen.

## 5.5. Einzureichende Unterlagen zu Händen des Vorstandes:

- Ausgefülltes Antragsformular und Informationen für die Mitgliederkartei.
- Nachweis der besuchten MBSR-/ MBCT-Ausbildungen
- Beschreibung der persönlichen Meditationspraxis, sowie Angaben zu Dauer, Umfang und Tradition (mindestens zwei Jahre täglich)
- Nachweis der bereits durchgeführten MBSR-Kurse (z.B. Ausschreibung)
- Schriftliche Kursreflexion zu einem durchgeführten Kurs
- Nachweis der Supervisionsitzungen

## 6. Andere Anträge zur Aufnahme in den Verband

Bei weiteren, von obenstehenden Regelungen abweichenden Voraussetzungen überprüft der Vorstand individuell das Aufnahmegesuch. Er kann die Aufnahme als Mitglied oder als assoziiertes Mitglied ablehnen oder über noch zu leistende Aufnahmeauflagen entscheiden.