

## Principios éticos rectores

La misión del Centro de Mindfulness de la Universidad de Oxford (OMC *por sus siglas en inglés*) es mejorar la vida a través del mindfulness. Imaginamos un mundo en el que el mindfulness sea accesible y esté integrado en la vida cotidiana, y en el que los profesores e impulsores del mindfulness en todos los ámbitos de la sociedad ofrezcan cursos y formación y lleven el mindfulness a su trabajo diario y a su forma de vida para apoyar el bienestar. Como organización, incorporamos mindfulness lo mejor posible en todo lo que hacemos. Trabajamos con los valores y la comprensión que nos gustaría ver en el mundo, reconociendo que la ética y la integridad son fundamentales.

Del mismo modo que muchos organismos profesionales tienen códigos deontológicos para guiar su comportamiento y su toma de decisiones, los profesionales del campo de mindfulness necesitan normas de comportamiento ético que estén debidamente articuladas. Los profesionales de mindfulness se encontrarán inevitablemente con situaciones que requieren respuestas hábiles a cuestiones imprevistas y complejas. Responder éticamente a estas situaciones requiere una clara comprensión de los principios éticos que sustentan nuestro trabajo. Para facilitar esta comprensión, hemos desarrollado unos principios éticos rectores para todos los que participan en el OMC.

Reconocemos que muchos profesores de mindfulness son miembros de profesiones con códigos de ética a los que deben adherirse. Nuestra intención no es reemplazar las directrices existentes, sino complementar las directrices éticas existentes para aquellos que las tienen, y proporcionar directrices para aquellos que no las tienen.

Las directrices que siguen pretenden crear un entorno ético que apoye el bienestar y el florecimiento de todos los que participan en el OMC: investigadores, socios, profesores, formadores, participantes, aprendices y colegas. Se basan en el principio fundamental de los códigos de ética profesional: trabajar en beneficio y bienestar de todos los participantes, evitando, minimizando y mitigando el daño, y en otros principios comunes a los códigos de ética profesional que se remontan a muchos siglos atrás y que provienen de muchas partes del mundo:

1. **Compromiso:** Trabajar para el **beneficio** de los demás y **no hacer daño**.
2. **Competencia:** Trabajar con poblaciones y en áreas sólo dentro de los límites de tu educación, formación, estudio o experiencia profesional supervisada.
3. **Respecto a los derechos y la dignidad:** Respetar la dignidad y el valor de todas las personas, así como los derechos de las personas a la intimidad, la confidencialidad y la autonomía.
4. **Integridad:** Promover la precisión, la honestidad y la veracidad en la ciencia, la enseñanza y la práctica de mindfulness.
5. **Responsabilidad con el público y con la profesión:** Aspirar a mejorar el bienestar de las personas, las comunidades y los sistemas en general, así como el sector del mindfulness.

Para una visión general sobre este tema, recomendamos dos capítulos:

- *Ethics and integrity in mindfulness-based programs*. Capítulo 9. In Feldman, C. & Kuyken, W. (2019). *Mindfulness: Ancient wisdom meets modern psychology*. New York: Guilford Press.

- Baer, R. A. (2017). *Professional ethics and personal values in mindfulness-based programs: A secular psychological perspective*. In L. M. Monteiro, J. F. Compson, & R. F. Musten (Eds.), *Practitioner's Guide to Ethics in Mindfulness-Based Interventions*, págs. 87-111. Springer.

## Directrices éticas para Profesores y Formadores

Competencia	Responsabilidad con el público, la profesión y el ámbito de mindfulness
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Asegúrate de que tienes la formación profesional adecuada para el trabajo que realizas, por ejemplo, para enseñar MBCT de acuerdo con el itinerario de formación del OMC.</li> <li>▪ Desarrollar y mantener una práctica personal de mindfulness.</li> <li>▪ Realizar la formación profesional adecuada para el sector en el que se trabaja, por ejemplo, los sectores clínico, educativo o laboral, incluida la formación en materia de seguridad acorde con los grupos con los que se trabaja.</li> <li>▪ Mantener tus conocimientos y habilidades al día.</li> <li>▪ Recibir una supervisión regular con un profesor/a de mindfulness experimentado.</li> <li>▪ Reconocer y trabajar dentro de los límites de tu competencia, buscando supervisión adicional, tutoría o formación cuando sea necesario.</li> <li>▪ Evaluar las necesidades y expectativas individuales de todos los participantes potenciales; involucrarlos sólo si es probable que experimenten beneficios y se haya considerado y mitigado cualquier daño potencial.</li> <li>▪ Ofrecer programas a niveles adecuados para los participantes.</li> <li>▪ Actuar rápidamente si el bienestar de alguien se ve comprometido de alguna manera. La Terapia Cognitiva Basada en Mindfulness (MBCT <i>por sus siglas en inglés</i>) se combina con los tratamientos médicos y psicológicos; consultar y derivar cuando sea necesario.</li> <li>▪ Si existieran problemas de salud u otros problemas personales que afecten a tu capacidad para trabajar de forma competente, busca ayuda y abstente de realizar un trabajo profesional hasta que se restablezca tu capacidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Actuar de forma que se evite el daño, el abuso de confianza y el abuso de autoridad en todos los aspectos de tu trabajo profesional.</li> <li>▪ Comunicar de forma clara y transparente la formación que has realizado, los servicios que ofreces y tus tarifas.</li> <li>▪ Proporcionar información precisa, basada en pruebas y actualizada al describir el alcance de mindfulness a la sociedad.</li> <li>▪ Mostrar el MBCT como un programa secular fundamentado en la ciencia de la psicología y en las tradiciones contemplativas.</li> <li>▪ Trabajar con otros colegas de la forma que mejor sirva a este ámbito; por ejemplo, cuando sea posible, participar activamente en iniciativas de investigación, formación y colaboración entre pares.</li> <li>▪ Reconocer la conducta poco ética de los compañeros y abordarla según corresponda.</li> <li>▪ Al colaborar con organizaciones de mindfulness, actuar de forma ética en relación con los acuerdos comerciales.</li> <li>▪ Respetar la propiedad y los derechos de autor de las ideas y los productos, incluyendo los programas de investigación y formación.</li> <li>▪ Trabajar para garantizar el acceso y la inclusión, junto con la necesidad de viabilidad económica y sostenibilidad, equilibrando los costes del servicio y la generación de ingresos con las condiciones económicas y el bienestar de los participantes.</li> </ul>

**Respeto de los derechos y la dignidad**

- Actuar con respeto, diligencia, empatía y cuidado en todos los aspectos de tu trabajo profesional.
- Integrar las dimensiones actitudinales clave de mindfulness en tu trabajo; por ejemplo, la compasión, la amabilidad, la aceptación, el no juzgar y la ecuanimidad.
- Escuchar y responder a las preocupaciones particulares.
- Respetar el derecho a la confidencialidad y asegurarse de que los participantes entienden los límites legales de la confidencialidad que puedan existir.
- Trabajar para garantizar el consentimiento informado proporcionando a todos los posibles participantes información clara y oportunidades de formular preguntas.
- Respetar las diferencias individuales y la diversidad de valores y culturas. Cuando sea necesario, recibir formación para mejorar la comprensión personal y profesional.
- No intentar influir en los participantes con tus opiniones políticas, ideológicas o religiosas.

**Integridad**

- Actuar con integridad, honestidad y equidad en todos los aspectos de tu trabajo profesional.
- Representar tu propio trabajo de forma abierta, honesta y sin prejuicios.
- Mantener los límites adecuados en las relaciones y evitar combinar las relaciones personales y profesionales cuando exista alguna posibilidad de explotación o conflicto de intereses real o percibido. Las relaciones sexuales entre profesores/formadores y alumnos nunca son apropiadas.
- Gestionar las tareas administrativas con cuidado e integridad para manejar el material administrativo de forma adecuada y legal y proteger la confidencialidad.
- Mantener la integridad de los planes de estudio del MBCT y utilizarlos tal y como fueron concebidos, tanto en sus formas publicadas como al adaptar tu enseñanza o formación para nuevos contextos y poblaciones.