Gedragscode Zen Shiatsu Opleiding

Ontwikkel het hart in je handen

I. Inleiding

De essentie, waarden en bedoeling van Zen Shiatsu

Zen Shiatsu is een weg van aandacht. Een manier van werken, leren en leven waarin aanraking, stilte en aanwezigheid samenkomen. Wij benaderen de mens als een geheel: lichamelijk, energetisch, emotioneel en spiritueel, altijd in relatie tot zijn omgeving.

In Zen Shiatsu luisteren we met onze handen, om te ontmoeten wat zich aandient. De Ki wordt uitgenodigd om te stromen, het zelfherstellend vermogen wordt aangesproken. Wat centraal staat is de kwaliteit van aanwezigheid: eenvoud, verfijning en afstemming.

Zen Shiatsu is een levende praktijk. Het is een stromend systeem, een voortdurende dialoog tussen traditie en het hier-en-nu. Dat vraagt om integriteit, zelfreflectie en verantwoordelijkheid. Van studenten, docenten en de school als geheel.

De Zen Shiatsu opleiding ziet leren als een innerlijke reis die zich uitdrukt in het lichaam. Door geven en ontvangen, aanraken en aangeraakt worden, spreken en luisteren, groeit bewustzijn. Dit proces vraagt om een veilige bedding: een omgeving waarin je fouten mag maken, je kwetsbaar mag zijn en je eigen tempo mag volgen. Alleen vanuit veiligheid kan echte verdieping ontstaan.

Deze gedragscode is bedoeld als een kompas voor deze reis. Zij maakt zichtbaar hoe wij met elkaar willen omgaan, welke waarden ons dragen en hoe wij zorg dragen voor elkaar wanneer het schuurt. Niet vanuit controle, maar vanuit vertrouwen. Niet om te beperken, maar om ruimte te scheppen.

Het doel van deze gedragscode is:

- een warme, veilige en inclusieve leeromgeving te ondersteunen
- helderheid te bieden over rollen, grenzen en verantwoordelijkheden
- zorgvuldige omgang met nabijheid, aanraking en macht te bevorderen
- een herstelgerichte manier van communiceren en handelen te verankeren

Deze code leeft met ons mee en nodigt uit tot gesprek, reflectie en groei.

II. Gewenst gedrag - Hoe wij met elkaar willen zijn

Binnen de Zen Shiatsu opleiding streven wij naar een sfeer waarin iedereen zich gezien, gehoord en welkom voelt. Onze belangrijkste waarden daarin zijn:

- Respect en gelijkwaardigheid: We ontmoeten elkaar als mens, los van rol of positie. Verschillen in achtergrond, identiteit, lichaam, leerstijl en levensweg worden erkend en gerespecteerd.
- Authenticiteit en eigenheid: Iedereen mag zijn eigen reis maken binnen de kaders van de opleiding. We stimuleren dat je je eigen stem, tempo en manier van leren ontdekt.
- Openheid en nieuwsgierigheid: We luisteren met een open houding, zonder oordeel. We stellen vragen, ook als iets ongemakkelijk is. Feedback zien we als een uitnodiging tot verdieping.
- Veiligheid en bedding: Docenten dragen zorg voor een veilige leeromgeving. Studenten dragen zorg voor het aangeven van hun grenzen en behoeften. Veiligheid is iets wat we samen vormgeven.
- Bewustzijn van grenzen: We oefenen in het voelen, aangeven en respecteren van grenzen. Toestemming wordt expliciet gevraagd en gegeven, vooral bij aanraking. Een 'nee' wordt gerespecteerd, zonder uitleg te hoeven geven.
- Professionele warmte: De overdracht is helder en zorgvuldig, én menselijk. Er is duidelijkheid over wat er gebeurt, ruimte voor afstemming en aandacht voor wat nodig is.
- Zelfreflectie en voorbeeldgedrag: We zijn bereid onze eigen rol, impact en blinde vlekken te onderzoeken. Docenten leven kwetsbaarheid voor door fouten te erkennen en ervan te leren.
- Gemeenschap en verbondenheid: We leren met en van elkaar. We zien om naar elkaar en voelen ons gezamenlijk verantwoordelijk voor de sfeer en veiligheid van de opleiding.

III. Gedrag dat wij niet accepteren - Waar wij een duidelijke grens trekken

Binnen de Zen Shiatsu opleiding is er geen plaats voor gedrag dat de veiligheid, waardigheid of gelijkwaardigheid van anderen aantast. Hieronder verstaan wij onder andere:

- Discriminatie, racisme, seksisme, pesten, uitsluiten, intimidatie of geweld
- Kleineren, belachelijk maken of buitensluiten
- Machtsmisbruik of het creëren van afhankelijkheid
- Het overschrijden of negeren van grenzen, verbaal, non-verbaal of fysiek
- Het opleggen van eigen normen, waarden of overtuigingen
- Flirten, seksueel getinte opmerkingen of aanrakingen
- Relaties tussen docent en student die te persoonlijk worden
- Het niet serieus nemen van signalen, feedback of meldingen
- Het vermijden van verantwoordelijkheid door te bagatelliseren of weg te kijken

We kijken niet alleen naar intentie, maar vooral naar impact.

IV. Professionele afstand - Nabijheid met helderheid

Zen Shiatsu werkt met aanraking en nabijheid. Juist daarom is helderheid essentieel. De belangrijkste uitgangspunten daarbij zijn:

- Rolbewustzijn: Docenten hebben een andere positie dan studenten en dragen verantwoordelijkheid voor het leerproces en de groep. Deze ongelijkheid vraagt om zorgvuldigheid en transparantie.

- Toestemming en afstemming: Voor elke aanraking wordt duidelijk besproken wat er gaat gebeuren en waarom. Toestemming kan op elk moment worden gegeven, aangepast of ingetrokken.
- Geen dubbelzinnige relaties: Tijdens de opleiding gaan docenten geen seksuele, romantische of anderszins intieme relaties aan met studenten. Ook andere relaties die de professionele verhouding vertroebelen worden vermeden.
- Omgaan met kwetsbaarheid: Emotionele processen kunnen onderdeel zijn van het leren. Docenten begeleiden dit zonder therapeutische claims en zonder afhankelijkheid te creëren.
- Dynamische grenzen: Grenzen kunnen veranderen. We blijven hierover met elkaar in gesprek.

V. Communicatie en handelen bij ongewenst gedrag - Zorgvuldig, herstelgericht en in verbinding
Als iemand zich onveilig voelt of een grens ervaart, nemen wij dit altijd serieus.

Wat voorop staat:
• Niemand staat er alleen voor: Wij (schoolleiding en docenten) staan naast degene die een melding doet.
• Erkenning: Wij erkennen wat er is en nemen het serieus, zonder oordeel.
• Ruimte voor herstel: Er is ruimte om het goed te maken, te leren, excuses te maken en het de volgende keer anders te doen.
• Zelfbewustzijn: Wij zijn ons bewust van ons eigen oordeel, onze rol, positie, gevoeligheden, relaties en perspectief.
• Een helend proces: wij richten ons op herstel, leren en groei.
• Luisteren en begrip: Wij luisteren naar alle betrokkenen en tonen begrip voor verschillende perspectieven.
• In verbinding blijven: Wij blijven in verbinding met elkaar, ook als het lastig is of lang duurt.
• Herstelgericht herijken: Ons doel is om de setting weer veilig te maken voor iedereen.

Procedure
Wij hanteren een stapsgewijze benadering:
• Stap 1 – Onderling: Eerst proberen betrokkenen de situatie onderling op te lossen door het gesprek aan te gaan.
• Stap 2 – Assistent of docent: Als onderling oplossen niet lukt, kan een assistent of docent worden ingeschakeld. Vertrouwelijke informatie wordt nooit zonder overleg met derden gedeeld. In overleg wordt er samen naar een passende vervolgstap gezocht.
• Stap 3 – Hoofd van de opleiding (Joyce Vlaarkamp): Bij aanhoudende of ernstige problematiek wordt in overleg de schoolleiding ingeschakeld. Deze onderzoekt de situatie, hoort alle betrokkenen en neemt passende maatregelen.
• Stap 4 – Externe vertrouwenspersoon: Als we er niet uitkomen met elkaar in het doorlopen van bovenstaande stappen, of wanneer de directie zelf betrokken is, kan een externe, onafhankelijke vertrouwenspersoon worden ingeschakeld. Zie https://www.zenshiatsu.nl/cms/docenten/
• Evaluatie en leren: Als de betrokkenen het erover eens zijn dat we kunnen afronden, evalueren wij daarna als schoolleiding, docenten en evt. met de vertrouwenspersoon het proces. Wat is er te leren? Hoe kunnen wij dit in de toekomst voorkomen? Wat is er nog nodig?

Vertrouwelijkheid en zorgvuldigheid

Alle meldingen worden vertrouwelijk behandeld. Informatie wordt alleen gedeeld met degenen die direct betrokken zijn. De schoolleiding, docenten en assistenten handelen zorgvuldig, met respect voor alle betrokkenen, en streven naar een proces dat rechtvaardig, transparant en gericht is op herstel.

Mogelijke maatregelen

Afhankelijk van de ernst van het ongewenste gedrag kunnen de volgende maatregelen worden genomen:

- Een formele waarschuwing
- Een verplichting tot het volgen van specifieke training of coaching
- Tijdelijke schorsing
- Beëindiging van de opleiding of het docentschap

Maatregelen zijn altijd proportioneel en gericht op het herstellen van veiligheid en het behoud van de integriteit van onze leergemeenschap.

TOT SLOT

Deze gedragscode is een levend document dat onze gezamenlijke intentie vastlegt om een veilige, respectvolle en inspirerende leeromgeving te creëren. Wij erkennen dat wij allen mensen zijn die fouten maken, en dat groei voortkomt uit reflectie, verbinding en de bereidheid om te leren.
Door deze gedragscode te ondertekenen, verklaren studenten, assistenten en docenten zich akkoord met de waarden, normen en procedures zoals hier beschreven, en verbinden zij zich ertoe bij te dragen aan een gemeenschap waarin het hart in de handen ontwikkeld wordt.

Vastgesteld: (datum):
Naam en Handtekening:

Joyce Vlaarkamp
Directeur Zen Shiatsu Opleiding