



Landelijk
Mindfulness Symposium
2021

Workshop 1.3: Mindfulness achter gesloten deuren. Right Now – MBSR in detentie.

Guido Scholte & Bart van den Bosse

Het is 16:45 uur, de dikke metalen deur gaat dicht. Op slot tot morgenochtend. Ergens wordt op deuren gebonsd. Hard. Links van je gaat de muziek aan, rechts van je schreeuwt iemand nog wat tegen een bewaarder. Je gaat op bed liggen want veel andere opties zijn er niet. Vanaf nu ben je samen met je celmaat, rare gast trouwens, kijkt een beetje vaag uit z'n ogen. Voelt niet oké. Maar goed, je hebt het niet voor het zeggen. Morgen eindelijk weer bezoek. En training, mindfulness. Wat dat is zul je wel zien, je hoort er goede verhalen over. Iets met meditatie of yoga ofzo. Het schijnt rust te brengen. Dat komt goed uit. Vandaag was er weer drie keer alarm. Vanmorgen een knokpartij, later een iso plaatsing en toen nog iets met drugs. Niets bijzonders in ieder geval, een normale dag in de gevangenis. Nog 7 jaar te gaan.

Sinds 2012 biedt de justitiële dienst boeddhistisch geestelijke verzorging MBSR aan in verschillende Nederlandse gevangenissen. Nu, bijna 10 jaar later, hebben honderden gedetineerden een mindfulness training gevolgd, bestaat er een mindfulness groep voor ex-gedetineerden, is er uitvoerig onderzoek gedaan, een documentaire gemaakt en is *Right now – MBSR in detentie* sinds begin 2021 een erkende justitiële gedragsinterventie.

In de workshop van vandaag word je meegenomen in deze justitiële gedragsinterventie. Wat zijn de verschillen met een 'normale' MBSR? Wat vinden de deelnemers ervan? Wie zijn die eigenlijk? Waar komen ze voor? Wat biedt de wetenschap ons voor inzichten? In deze workshop wordt gepoogd antwoord te geven op deze vragen middels het delen van ervaringen, kennis uit de wetenschap, film en beoefening.

Guido Scholte (1983) is werkzaam als hoofdtrainer en ontwikkelaar mindfulness en boeddhistisch geestelijk verzorger bij DJI (Dienst Justitiële Inrichtingen). Hij volgde o.a. de opleiding tot mindfulness trainer aan het Radboudumc Centrum voor Mindfulness en is sinds 2014 actief in verschillende penitentiaire inrichtingen in Nederland. (links op de foto)

Bart van den Bosse (1976) werkt als boeddhistisch geestelijk verzorger bij DJI (Dienst Justitiële Inrichtingen) en als docent Spiritual Care aan de VU Amsterdam. Hij volgde o.a. de opleiding tot mindfulness trainer aan het Radboudumc Centrum voor Mindfulness in Nijmegen en gaf de afgelopen jaren MBSR trainingen aan gedetineerden en justitiepersoneel. (rechts op de foto)



Workshop 1.3 – Mindfulness achter gesloten deuren. Right Now – MBSR in detentie | Guido Scholte en Bart van den Bosse