

STUDIEHANDLEIDING

---

# **ESPO massagetherapie**

**7e druk, september 2010**

Copyright © 1990-2010, IVS Opleidingen, Dordrecht

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm, geluidsband, elektronisch of op welke wijze dan ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever (IVS Opleidingen).

Hoewel dit boek met zeer veel zorg is samengesteld, aanvaarden schrijver(s) noch uitgever enige aansprakelijkheid voor schade ontstaan door eventuele fouten en/of onvolkomendheden in dit boek,

IVS Opleidingen  
Spuiweg 105-109  
3311 GT Dordrecht

Website: [www.ivsopleidingen.nl](http://www.ivsopleidingen.nl)

---

# Inleiding

Voor u ligt de studiehandleiding voor de opleiding tot ESPO massagetherapeut. Deze handleiding heeft als doel u wegwijs te maken met betrekking tot de opbouw van het studieprogramma, de regelingen en de reglementen.

Inzet en motivatie, noodzakelijk voor zowel de opleiding als de uitoefening van het zelfstandige beroep, zijn voor ons bij de aanmelding belangrijke criteria. Wij hopen deze eigenschappen te stimuleren door ons enthousiasme en onze ervaring. U kunt bij ons altijd terecht met vragen over de opzet van een praktijk, de werkkring en alle andere zaken waarvan u denkt dat wij u erbij kunnen adviseren. Wij organiseren wekelijks studiebegeleidingsuren voor studenten in alle disciplines. Deze worden aangekondigd door middel van het mededelingenbord en u kunt hiernaar informeren bij de administratie.

Wij vertrouwen erop dat uw inzet voor deze opleiding net zo groot is als die van ons en rekenen erop dat u trouw iedere week de lessen zult volgen, de opgegeven stof 'verwerkt' en veel oefent. Het is juist deze routine dat succes oplevert. Uw wens om te slagen is even groot als de onze. Wij hebben er ook belang bij dat wij goede vakmensen blijven afleveren.

De directie van IVS Opleidingen wenst u veel plezier en succes toe met uw studie!



SECTIE 1

---

# Algemene informatie



---

# Inhoudsopgave

<b>Kwaliteitsbewaking</b> .....	<b>11</b>
1.1 Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschappen .....	11
1.2 Overkoepelende instanties .....	11
1.3 Commissie kwaliteitsbeleid .....	12
<b>Regels en procedures</b> .....	<b>13</b>
2.1 Toelatingbeleid .....	13
2.2 Theoriebeleid .....	13
2.3 Praktijkbeleid .....	13
2.4 Programmeringsbeleid .....	13
2.5 Studievorderingsbeleid.....	14
2.6 Beroepsprocedure.....	14
2.7 Huisregels .....	14
2.8 Regels voor het afbreken van de opleiding .....	15
<b>Overige informatie</b> .....	<b>17</b>
3.1 Modulaire opleiding .....	17
3.2 Dagopleiding.....	17
3.3 Niveau en vooropleiding.....	17
3.4 Vrijstelling .....	17
3.5 Vakanties .....	18
3.6 Groepsgrootte.....	18
3.7 Beroepspraktijkvorming.....	18
3.8 Voorzieningen .....	18
3.8.1 Kopiëren.....	18
3.8.1 Mededelingenbord/infokanaal .....	18
<b>ESPO massagetherapie</b> .....	<b>19</b>
4.1 (Keuze)modules.....	19
4.2 2-jarige opleiding .....	20
4.3 3-jarige opleiding .....	20
4.4 Diploma.....	20
4.5 Vooropleiding.....	20
4.6 Zorgverzekeraars .....	20
4.7 Studielastingsuren .....	21
<b>Werkmodel en beroepsprofiel</b> .....	<b>23</b>
5.1 Het Westers materiemodel.....	23
5.2 Het Chinese energiemodel.....	24
5.3 Het Indiase bewustzijnsmodel .....	24
5.4 Wie heeft er nu gelijk?.....	25
5.5 Een geïntegreerd model.....	26
5.6 Het belasting-belastbaarheid model .....	26
5.7 Grenzen aan de verantwoordelijkheid.....	28

<b>Vooropleiding</b> .....	<b>29</b>
6.1 Sportmassage/massage .....	29
6.1.1 Wat is sportmassage? .....	29
6.1.2 Mogelijkheden .....	29
6.1.3 Opleiding .....	29
6.1.4 Basic life support (BLS).....	30
6.1.5 Huiswerkbegeleiding en oefengroepen .....	30
6.1.7 Diploma.....	30
6.2 Wellness-massage .....	31
6.2.1 Wat is wellness-massage? .....	31
6.2.2 Diploma.....	31
<b>Verplichte modules</b> .....	<b>33</b>
7.1 Therapeutische basiskennis.....	35
7.2 Haptonomische ontspanningsmassage.....	37
7.3 Bindweefselmassage .....	39
7.4 Holistische massage:onderzoek en behandelen.....	42
7.5 Acupressuur van het bewegingsapparaat .....	45
7.6 Pathologie van het bewegingsapparaat .....	47
7.7 Anamnestiche vaardigheden.....	49
7.8 Triggerpoint therapie .....	51
7.9 Basic life support (BLS).....	53
<b>Facultatieve modules</b> .....	<b>55</b>
8.1 Haptonomische interactie: therapeutische vorming en communicatie. 57	57
8.2 Energetische massage.....	58
8.3 Manuele lymfe drainage (MLD).....	60
8.4 Voetreflexmassage .....	62
8.5 Oefentherapie .....	64
8.6 Ademtherapie en ontspanning .....	67
8.6 Aromatherapie.....	68
<b>BATC-erkenning</b> .....	<b>71</b>
9.1 Uw behandelingen vergoed door de zorgverzekeraars.....	71
9.2 Het belang van BATC erkenning voor massagetherapeuten .....	71
9.3 Medische kennis HBO-niveau .....	71
9.4 Voeding (BATC geaccrediteerd).....	72
<b>Tentamenreglement</b> .....	<b>73</b>
<b>Afstuderen</b> .....	<b>75</b>
<b>Adressen</b> .....	<b>79</b>





## Hoofdstuk 1

# Kwaliteitsbewaking

---

### In dit hoofdstuk:

Doorlichtingsuitslag  
Overkoepelende instanties  
Commissie kwaliteitsbeleid

---

### 1.1 Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschappen

Ons instituut is bezocht door de Inspectie van het Onderwijs in het kader van het jaarlijks onderzoek. Daarbij is de kwaliteit bij IVS Opleidingen als 'sterk' beoordeeld. Er werd onder meer gekeken of er sprake was van voortgang in de ontwikkeling van de kwaliteit van het onderwijs. IVS Opleidingen heeft aangetoond goed met deze processen bezig te zijn en u zult begrijpen dat dit een erkenning is waar we trots op zijn.

Standaard	Sterk	Meer sterk dan zwak	Meer zwak dan sterk	Zwak
Doelmatigheid programma				
Leerplaatsen en leermiddelen				
Onderwijsleerprocessen				
Beroepspraktijkvorming				
Studievoortgangsbegeleiding				
Voorwaarden examens				
Systematische voortgang en verbetering				

Figuur 1.1-1: Doorlichtingsuitslag van het Ministerie van OC&W.

Een volledig overzicht is terug te vinden op de website van het Ministerie en is in te zien bij de administratie van het instituut.

### 1.2 Overkoepelende instanties

#### Branche erkenning FBMS

Via de Federatie Belangenverenigingen Massage en Sportverzorging (FBMS) kunnen leden en studenten verzekerd worden tegen ongevallen. Ook een beroepsaansprakelijkheidsverzekering behoort tot het pakket.

#### RING

Het Registratie Instituut Natuurgerichte Gezondheid (RING) is een onafhankelijk registratiebureau met de registratie van therapeuten als kerntaak. De RING zorgt voor kwaliteitsbewaking en professionalisering.

#### Ministerie van OC&W

Beroepen die vallen onder de vestigingswetgeving worden bewaakt door het Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschappen. Zoals u kunt lezen in paragraaf 1.1 is het opleidingsinstituut doorgelicht en goed bevonden.

**BATC**

Afgestudeerde massagetherapeuten, die in zijn bezit zijn van het diploma 'medische kennis HBO-niveau' kunnen zich via de brancheorganisatie BMS aansluiten bij de Beroepen en Belangen Associatie voor Natuurgerichte Therapeuten en Consumenten (BATC) en mogen zich na acceptatie 'HBO zorgverlener' noemen. Patiënten en cliënten die voldoende verzekerd zijn kunnen hierdoor de facturen van de massagetherapeut bij de zorgverzekeraar declareren.

**1.3 Commissie kwaliteitsbeleid**

De onafhankelijke commissie kwaliteitsbeleid (CKB) bestaat uit drie personen uit verschillende onderwijsdisciplines. De commissie heeft als taak alle aanvragen voor een erkenningsregeling (ten behoeve van de sport- en/of massagetherapeuten) in behandeling te nemen. De commissie beoordeelt deze aanvragen op kennisniveau. Het resultaat van een onderzoek is bindend en wordt onvoorwaardelijk overgenomen door het RING.

Doelstelling:

- Het bepalen en bewaken van de kwaliteitseisen voor een RING-erkenning.
- Het registreren van de voortgang van de individuele therapeuten.
- Het bepalen van de individuele therapeutenniveaus.
- Het onderhouden van het contact met de BATC.

Het proces van de individuele therapeuten zal jaarlijks bekeken worden en de aanvraag zal dan ook jaarlijks moeten gebeuren.

Therapeuten dienen hun niveau te behouden c.q. te verbeteren door het volgen van symposia, bij- en nascholingen. Een overzicht van deze activiteiten is te vinden in de 'Message', het vakblad voor massage en sportverzorging van de BMS en op de website van IVS Opleidingen onder 'Kennispad'.

De commissie heeft een puntensysteem ingericht waarmee wordt bepaald of men aan de gestelde criteria (om in aanmerking te komen voor de erkenning) voldoet. Ook dit wordt jaarlijks worden bekeken. De registratie wordt openbaar gemaakt (alleen voor BMS-leden) via de eigen website.

De CKB 'zit' tussen de overkoepelende erkenningorganisaties en de opleidingen in en is onafhankelijk. Haar advies is bindend.

## Hoofdstuk 2

---

# Regels en procedures

### 2.1 Toelatingbeleid

Om toegelaten te worden tot de opleiding moet er aan de onderstaande eisen worden voldaan:

- De kandidaat dient zich in te schrijven bij IVS Opleidingen voor de 2- of 3-jarige dagopleiding, danwel per module.
- De kandidaat dient aan te tonen (met uitzondering van de 3-jarige opleiding) in het bezit te zijn van het diploma (sport)massage, wellness-massage of gelijkwaardig.
- De kandidaat dient een eventueel intakegesprek voor toelating tot de opleiding met een positief resultaat af te ronden.

#### Intakegesprek

Voor toelating tot de 2- of 3-jarige dagopleiding behoort een intakegesprek tot de procedure. Dit gesprek heeft als doel extra informatie te verkrijgen van de aanstaande student en deze de ruimte te bieden om eventuele vragen over de aanstaande opleiding te stellen.

Voor studenten die het modulaire traject volgen staat het vrij om een (intake)gesprek aan te vragen zodat ook zij de kans hebben eventuele vragen met één van de docenten kort te sluiten.

### 2.2 Theoriebeleid

IVS Opleidingen heeft zich tot doel gesteld de theoretische inhoud van de modules zo optimaal mogelijk te houden. Nieuwe wetenschappelijke, fenomenologische en empirische ontwikkelingen worden door onze docenten op de voet gevolgd. Indien belangwekkende inzichten veranderen dan wordt hier door aanpassingen van de lesstof snel en adequaat op ingespeeld.

### 2.3 Praktijkbeleid

Tijdens praktijklessen dient de student inzicht te verwerven en vaardigheid te verkrijgen in het zelfstandig uitvoeren (of assisteren bij de uitvoering) van een groot aantal praktische werkzaamheden.

### 2.4 Programmeringsbeleid

Iedere docent stelt, volgens de hierna genoemde voorschriften, voor zijn of haar eigen studieonderdeel zelf het lesprogramma samen. Deze voorstellen worden ter goedkeuring voorgelegd aan de opleidingscoördinator en zo nodig besproken in een docentenvergadering.

---

#### In dit hoofdstuk:

Toelatingsbeleid  
 Theoriebeleid  
 Praktijkbeleid  
 Programmeringsbeleid  
 Studievorderingsbeleid  
 Beroepsprocedure  
 Huisregels  
 Afbreken van de opleiding

---

Voorschriften voor het programmeren van het lesprogramma:

- Met betrekking tot de organisatie van het te geven onderwijs:
  - De tijdsduur van het programma.
  - De tijdsduur per les.
  - Het aantal lessen praktijk/theorie.
  - De wijze van toetsen/beoordelen.
- Met betrekking tot de doelstellingen:
  - De algemene doelstellingen van het programma.
  - De doelstelling per les.
- Met betrekking tot de onderwijsinhoud en de leermiddelen:
  - De leerstof/syllabi.
  - De te hanteren didactische werkvormen.
  - De audio/visuele hulpmiddelen, etc.

## 2.5 Studievorderingsbeleid

Een student wordt tijdens de opleiding beoordeeld op:

- de individuele studieprestaties (vordering, inzet);
- de uitoefening van praktische vaardigheden;
- de aanwezigheid tijdens de lessen.

Daarnaast vinden er tussentijdse toetsingen plaats door middel van take-home tentamens en eventuele andere opdrachten.

## 2.6 Beroepsprocedure

Tegen elke beoordeling en/of beslissing is beroep mogelijk. Voordat beroep wordt gedaan op de beroepscommissie dient de student wel eerst via de gebruikelijke hiërarchische weg alle mogelijkheden onderzocht te hebben om langs deze weg een oplossing te vinden.

## 2.7 Huisregels

Studenten oefenen de praktische handgrepen regelmatig met en op elkaar. Dit houdt in dat een goede verzorging van het eigen lichaam zeer wenselijk is. Denk hierbij aan schone, korte nagels en haren. Men hoeft zich niet overladen met parfum en deodorant naar school te begeven, maar een onfrisse lijflucht wordt wat ons betreft beter thuis gelaten. Schone (onder)kleding, handdoeken, lakens spreken verder voor zich. Docenten hebben het recht een student de toegang tot de lessen te ontzeggen wanneer deze naar hun oordeel niet aan de bovenstaande eisen voldoet.

Het is verder niet toegestaan om:

- in de leslokalen te eten/drinken;
- in het gebouw te roken;
- tassen en kleding in lokalen achter te laten (u kunt gebruik maken van de 'lockers');
- tijdens de lessen mobiele telefoons te gebruiken.

Studenten worden tevens vriendelijk verzocht:

- lokalen na afloop van de lessen netjes en opgeruimd achter te laten, d.w.z.:
  - afvalemmertjes ledigen
  - behandelafels recht/op gelijke hoogte zetten
  - dekens opvouwen
  - rolletjes op z'n plaats leggen
- materialen van de school zorgvuldig te behandelen;
- plastic bekertjes, lepeltjes etc. uitsluitend te gebruiken voor consumpties uit onze drankautomaat (het meenemen van eigen thermoskannen etc. is pas toegestaan na overleg met de directie);
- ons vóór aanvang van een les te berichten bij afwezigheid;
- voor de praktijklessen schone handdoeken en andere werkmaterialen mee te nemen.

### **2.8 Regels voor het afbreken van de opleiding**

Op alle opleidingen en cursussen zijn van toepassing de algemene cursusvoorwaarden van IVS Opleidingen, welke zijn gedeponereerd bij de K.v.K. onder nummer 23057084. Deze voorwaarden zijn te allen tijde opvraagbaar bij ons instituut.



## Hoofdstuk 3

---

# Overige informatie

### 3.1 Modulaire opleiding

De modulaire opleiding massagetherapie is opgebouwd uit verplichte modules en minimaal 3 facultatieve modules.

### 3.2 Dagopleiding

De dagopleiding bestaat uit een 2- of 3-jarige opleiding met één lesdag per week. Het eerste jaar van de 3-jarige opleiding bestaat uit de opleiding wellness-massage. In het tweede en derde jaar worden de meeste modules in een sterk verweven vorm behandeld waarbij veel tijd en ruimte wordt vrijgemaakt voor de casuïstiek en integratie. De student leert daarbij uitgebreid onderzoeken, behandelen en communiceren van en met echte en 'gespeelde' cliënten.

Meer informatie over de verschillende modules is te vinden in de omschrijvingen van de hoofdstukken 6 en 7. Hoewel deze beschrijvingen specifiek gericht zijn op het modulaire traject komt de inhoud ook voor wat betreft de dagopleidingen in grote lijnen overeen.

De toetsing binnen de dagopleidingen wijkt soms af van de modulaire opleiding. Deze verschillen worden door de docenten ruim op tijd aangegeven.

### 3.3 Niveau en vooropleiding

Massagetherapie is een opleiding op MBO+ niveau. Voor de 2-jarige opleiding wordt als vooropleiding (sport)massage, wellness-massage of gelijkwaardig verplicht gesteld. Bij de 3-jarige opleiding is dit in het programma opgenomen en hier is dus geen specifieke vooropleiding vereist.

### 3.4 Vrijstelling

Wanneer een student voor aanvang van de opleiding, één of meerdere modules (bij een ander opleidingsinstituut) reeds heeft gevolgd en de eindtermen daarvan voor 80% of meer overlappend zijn, dan is vrijstelling voor de betreffende module(s) mogelijk. De eindtermen dienen overlegd te worden.

Om in aanmerking te komen voor een vrijstelling dient een schriftelijk verzoek te worden ingediend, gericht aan de administratie van het opleidingsinstituut. Deze zal binnen 3 weken na het verzoek uitsluitel geven.

---

#### In dit hoofdstuk:

- Modulaire opleiding
- Dagopleiding
- Niveau en vooropleiding
- Vrijstelling
- Vakanties
- Groepsgrootte
- Beroepspraktijkvorming
- Voorzieningen

---

### 3.5 Vakanties

Tijdens alle opleidingen, modules en cursussen worden de reguliere schoolvakanties van de betreffende vestigingsplaats gevolgd.

### 3.6 Groepsgrootte

Een groep/klas bestaat uit maximaal 24 studenten. Een uitzondering hierop vormen de modules waar alleen theorielessen verzorgd worden. Dan is sprake van maximaal 30 studenten. Er is ook een minimum aantal van 10 studenten om een module of opleiding doorgang te laten vinden.

### 3.7 Beroepspraktijkvorming

Bij de dagopleidingen wordt het aspect van praktische ontwikkeling en binding met de beroepsvorming ook benadrukt in twee of drie stagetrajecten.

Het eerste stagetraject is een korte snuffelstage die een student aan het begin van de opleiding volgt. De student benadert hiervoor zelf een relevante praktijk of therapeutische inrichting alwaar deze twee dagdelen (twee maal vier uur) 'meeloopt' en over de schouder van de behandelaar meekijkt. De student schrijft daarna een kort verslag over de ervaringen en de indrukken. De snuffelstage kan worden gelopen bij reeds afgestudeerde massagetherapeuten. Daarnaast kan gedacht worden aan praktijken in de chiropractie, cranio-sacraaltherapie, osteopathie, fysiotherapie en revalidatie-afdelingen van verpleeghuizen, ziekenhuizen of een revalidatiecentrum.

Later in de opleiding volgt de student een tweede stagetraject. Tijdens de lessen casuïstiek komen onderzoek en behandelen van 'echte' cliënten uitgebreid aan bod.

IVS Opleidingen heeft zelf enige sportbegeleidingstrajecten lopen. Momenteel voornamelijk in de schaatswereld. Ook hier kunnen massagetherapeuten gevraagd worden voor een uitgebreid derde beroepspraktijkvormend traject.

### 3.8 Voorzieningen

#### 3.8.1 Kopiëren

Het kopieerapparaat staat in het kantoor en is ook beschikbaar voor studenten. Het betreft echter geen zelfbediening. De kosten bedragen 0,10 Euro per kopie.

#### 3.8.1 Mededelingenbord/infokanaal

Op het mededelingenbord in de kantine en op het infokanaal worden regelmatig aanbiedingen of interessante mededelingen geplaatst. Ook eventuele roosterwijzigingen worden hiermee gecommuniceerd. Op de website van het instituut wordt een vacaturebank bijgehouden. Deze kan met een gratis website-account worden geraadpleegd.

## Hoofdstuk 4

# ESPO massagetherapie

Massage kent vele gezichten en inzichten en een groot gedeelte van onze cursisten wil zich verder specialiseren in de diverse massagevormen. De meest voorkomende methodes zijn daarom gebundeld in de opleiding tot ESPO massagetherapeut.

Veel genees- en behandelwijzen gaan uit van de gehele mens. Een holistische visie waarin de mens wordt gezien als een eenheid van lichaam en geest. De opleiding tot ESPO massagetherapeut is gebaseerd op een synthese van het Westerse materiemodel, het Chinese energiemodel en het Indiase bewustzijnsmodel. De opleiding kan modulair en als 2- of 3-jarige dagopleiding worden gevolgd. Bij de modulaire optie dient de student binnen 5 jaar alle verplichte modules en 3 keuzemodules succesvol af te ronden. Bij de dagopleidingen is er geen sprake van keuzemodules omdat er met een vastgesteld programma wordt gewerkt. Een voordeel van een dagopleiding is meer structuur en integratie.

### 4.1 (Keuze)modules

De opleiding bestaat uit de onderstaande (keuze)modules:

- Therapeutische basiskennis
- Haptonomische ontspanningsmassage
- Oefentherapie (keuzemodule)
- Triggerpoint therapie
- Manuele lymfe drainage (keuzemodule)
- Bindweefselmassage
- Energetische massage (keuzemodule)
- Holistische massage: onderzoek en behandelen
- Haptonomische interactie: therapeutische vorming en communicatie (keuzemodule)
- Pathologie van het bewegingsapparaat
- Acupressuur van het bewegingsapparaat
- Aromatherapie (keuzemodule)
- Basic life support
- Voetreflexmassage (keuzemodule)
- Anamnestiche vaardigheden
- Ademtherapie en ontspanning (keuzemodule)

Meer informatie over de inhoud van de modules is te vinden op de aangegeven pagina's.

---

#### In dit hoofdstuk:

(Keuze)modules  
 Beroepspraktijkvorming  
 2-jarige opleiding  
 3-jarige opleiding  
 Diploma  
 Vooropleiding  
 Zorgverzekeraars  
 Studielastingsuren

---

#### **4.2 2-jarige opleiding**

Om aan de 2-jarige opleiding te kunnen deelnemen is een vooropleiding vereist. Het in het bezit zijn van een betreffend diploma is niet noodzakelijk al dient deze wel binnen de looptijd van de opleiding te worden behaald. Tijdens de opleiding wordt een groot aantal modules doorlopen die de student de therapeutische kennis en vaardigheden bieden om verantwoord als massagetherapeut te kunnen werken.

#### **4.3 3-jarige opleiding**

Aan de 3-jarige opleiding kan zonder vooropleiding worden deelgenomen. Tijdens het 1e jaar wordt de student dan kennis van wellness-massage bijgebracht, aangevuld met specifieke, op het beroep gerichte, vaardigheden. De theorielessen in het 1e jaar behandelen anatomie, fysiologie en de theorie van de massage. Tijdens de praktijklessen worden de diverse handgrepen en klassieke massagevaardigheden geleerd. Gedurende het 2e en 3e jaar wordt een groot aantal modules doorlopen die de student de therapeutische kennis en vaardigheden bieden om verantwoord als massagetherapeut te kunnen werken.

#### **4.4 Diploma**

Tijdens de opleiding wordt er regelmatig gedecentraliseerd getoetst. Deze toetsingsmomenten staan onder auspiciën van de Examen Stichting Perimedische Opleidingen (ESPO). Het eerste jaar wordt afgesloten met een theorie en een praktijkexamen. De opleiding wordt na het derde jaar afgesloten met een examen in de vorm van een afstudeeropdracht (zie hoofdstuk 11).

#### **4.5 Vooropleiding**

Met uitzondering van de 3-jarige opleiding is voor deelname aan de opleiding ESPO massagetherapie een vooropleiding sportmassage, massage, wellness-massage of gelijkwaardig vereist.

#### **4.6 Zorgverzekeraars**

De opleiding ESPO massagetherapie in combinatie met de opleiding medische kennis HBO-niveau opent de weg naar een vergoeding van de behandelingen binnen de praktijkvoering door de zorgverzekeraar. Tijdens de opleiding wordt de student hierover nader geïnformeerd.

#### 4.7 Studielastingsuren

Naam	Contacturen	Zelfstudie	Studiebeasting
Sportmassage, massage of wellness-massage	90 uur	150 uur	240 uur
Therapeutische basiskennis	24 uur	30 uur	54 uur
Haptonomische ontspanningsmassage	30 uur	40 uur	70 uur
Bindweefselmassage	24 uur	240 uur	340 uur
Pathologie van het bewegingsapparaat	27 uur	45 uur	72 uur
Acupressuur van het bewegingsapparaat	36 uur	60 uur	96 uur
Anamnestiche vaardigheden	15 uur	20 uur	35 uur
Triggerpointtherapie	24 uur	30 uur	54 uur
Holistische massage: onderzoek en behandelen	54 uur	120 uur	174 uur
Basic life support	3 uur	-	3 uur

Figuur 4.8-1: Studielastingsuren verplichte modules.

Naam	Contacturen	Zelfstudie	Studiebeasting
Energetische massage	24 uur	32 uur	56 uur
Manuele lymfedrainage	40 uur	60 uur	100 uur
Haptonomische interactie: therapeutische vorming en communicatie	24 uur	48 uur	72 uur
Voetreflexmassage	30 uur	32 uur	62 uur
Aromatherapie	24 uur	32 uur	56 uur
Oefentherapie	42 uur	84 uur	126 uur
Ademtherapie en ontspanning	24 uur	32 uur	56 uur

Figuur 4.8-2: Studielastingsuren keuzemodules.

Naam	Contacturen	Zelfstudie	Studiebeasting
Afstudeeropdracht	-	52 uur	52 uur
Beroepspraktijkvorming	10% van de studielastingsuren		

Figuur 4.8-3: Overige studielastingsuren.



## Hoofdstuk 5

---

# Werkmodel en beroepsprofiel

---

### In dit hoofdstuk:

Materiemodel  
 Energiemodel  
 Bewustzijnsmodel  
 Geïntegreerd model  
 Belasting-belastbaarheid model  
 Verantwoordelijkheid

---

De opleiding tot ESPO massagetherapeut is gebaseerd op de combinatie van verschillende inzichten. Getracht wordt een synthese te bereiken tussen de visies vanuit de drie grootste geneeskundige systemen.

- het Westerse materiemodel
- het Chinese energiemodel
- het Indiase bewustzijnsmodel

Veel geneeswijzen gaan uit van de gehele mens, de holistische visie waarin de mens wordt gezien als een eenheid van lichaam en geest. Maar wat is nu eigenlijk die gehele mens? Bij de bovengenoemde wereldmodellen wordt daar zeer divers over gedacht.

### 5.1 Het Westers materiemodel

In het Westers medisch model staat het materiële wereldbeeld centraal. In dit beeld wordt gesteld dat de wereld te begrijpen is door de essentie van materie te begrijpen.

De mens wordt gezien als een mechanisme. In dit biochemische mechaniek kunnen storingen optreden en verstoring leidt tot pathologie. Het ziektebeeld is te diagnosticeren als een afwijking in de stof. Deze afwijking is o.a. aan te tonen door fysisch-chemische diagnostiek. Datgene wat de patholoog-anatoom door zijn microscoop ziet als afwijkend van de norm wordt geduid als het ziektebeeld. Radio-diagnostiek, bloedonderzoek, echografie, MRI en diverse andere vormen van onderzoek geven een beeld van de stof.

De behandeling is ook op het niveau van de stof. Door bijvoorbeeld medicamenten toe te dienen of een operatie toe te passen, wordt getracht de oorspronkelijke situatie van de stof zo dicht mogelijk te benaderen of waar nodig te vervangen. Een patiënt is genezen als de afwijking in de stof verdwenen is. Een 'psychische' ziekte wordt ook steeds meer gezien als een fout in de stof, denk hierbij bijvoorbeeld aan serotonine in relatie tot depressieve stoornissen.

De vooropleidingen sportmassage, massage en wellness-massage en de modules bindweefselmassage en oefentherapie sluiten het meest aan op dit model. Ook de module haptonomische ontspanningsmassage kent elementen uit deze zienswijze.

## 5.2 Het Chinese energiemodel

Bij het traditionele Chinese denken bestaat alles primair uit energie. Deze energie heeft twee polen: yin en yang. De energie stroomt door het lichaam via meridianen. Materie is een product van deze energie en ziektes zijn het gevolg van een blokkering of exces van deze energie.

In het Chinese wereldmodel spelen emoties een belangrijke rol in het ontstaan van een pathologisch proces. Heftige kortdurende emoties (yang) kunnen soms leiden tot chronische verstoringen (yin); deze blokkeren de energie en leiden uiteindelijk ook tot een storing op het niveau van de stof.

In het Chinese wereldmodel heeft elke emotie een voorkeursplek van lichaamsrepresentatie. Elke emotie is gekoppeld aan een specifieke orgaanenergie. Elk subsysteem van emotie-energie-orgaan heeft zijn eigen karakteristieken. De emotie 'woede' blokkeert bijvoorbeeld de lever energie. Dit uit zich fysiek vooral in storingen van de lever en gal (gal spuwen, wat op je lever hebben), verkrampingen van de musculatuur en de ogen (blind van woede).

Ziekte wordt behandeld door de energie (weer) te laten stromen door middel van acupunctuur of -pressuur, kruiden, lichaams oefeningen en dieet.

De module in de opleiding tot ESPO massagetherapeut die het meest aansluit op dit wereldmodel is de acupressuur voor het bewegingsapparaat. Ook veel elementen uit de haptonomische ontspanningsmassage zijn te herkennen.

## 5.3 Het Indiase bewustzijnsmodel

Het Indiase model zet bewustzijn het hoogst op de ladder. Dit bewustzijn transformeert in energie en materie. Het lichaam kent verschillende bewustzijnsniveaus, chakra's genoemd. Zeven hoofdchakra's liggen op de mediaanlijn van het lichaam. Frappant is de opmerkelijke overeenkomst tussen de ligging van de meer 'metafysisch' voorgestelde chakra's en onze grote hormoonklieren en perifere vegetatieve regelcentra.

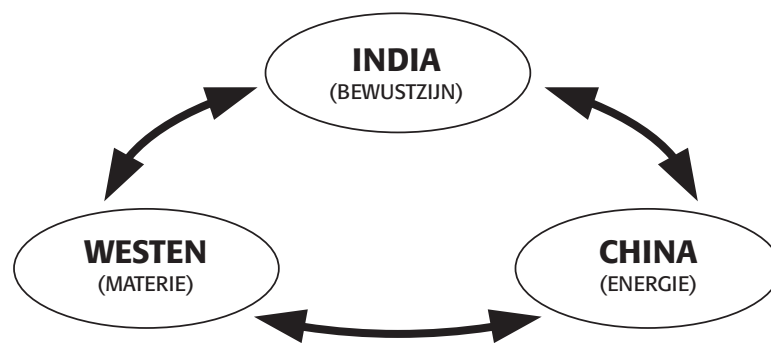
Bewustzijn manifesteert zich onder andere in persoonlijkheidskenmerken. Ieder chakra kent zo zijn eigen fasen van ontwikkeling binnen het opbouwen van onze persoonlijkheid. De persoonlijkheid als product van bewustzijn manifesteert zich in dit model in ons fysieke lichaam. De tweede chakra bijvoorbeeld heeft als bewustzijnsthema: 'ik en de ander'. Denk aan zaken als aantrekking en afstoting, de ontmoeting en seksualiteit en intimiteit. Bewustzijnsfixatie of vernauwing op deze gebieden leidt tot verstoringen van het tweede chakra. Vervolgens raakt de energiehuishouding uit balans en uiteindelijk zijn lichamelijke klachten het gevolg.

Ook in het Indiase model heeft elke chakra zijn specifieke lichaamsvoorkeur. De overeenkomsten met het Chinese model zijn meer dan opvallend. Het Indiase model legt de verantwoordelijkheid voor ziekte sterk bij de patiënt.

Behandelingen bestaan hier uit bewustzijnsveranderende oefeningen, massages en dieet. Tijdens de opleiding wordt dit model uitgewerkt bij de modules holistische massage, acupressuur van het bewegingsapparaat en ayurvedische massage. De student zal ook bij module haptonomische ontspanningsmassage veel elementen uit het Indiase wereldbeeld herkennen.

#### 5.4 Wie heeft er nu gelijk?

Drie grote stromingen met elk hun eigen thematiek, waar ligt het gelijk? Wetenschappelijk bewijs wordt wel eens als een vorm van gelijk gezien. De basisthema's zijn wetenschappelijk aangetoond: de materie, energie en meridianen, bewustzijn en chakra's. Dus daar ligt een gelijk. Maar wellicht ligt het gelijk meer in een synthese tussen deze drie stromingen.

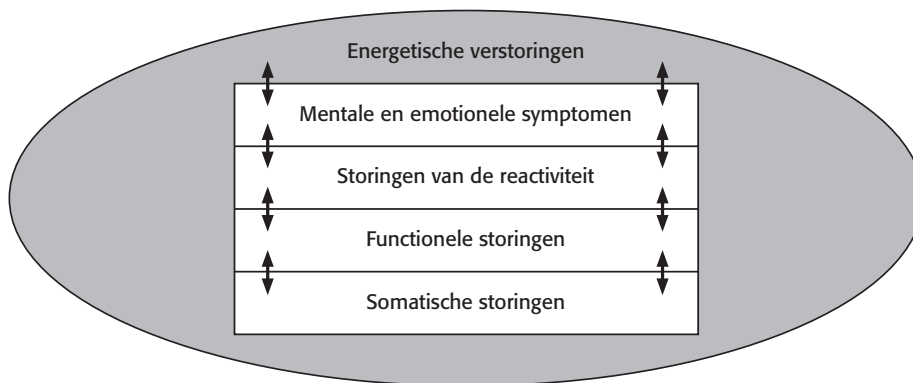


Figuur 5.4-1: De samenhang tussen de drie geneeskundige systemen.

De oorzaak van ziekte kan in één van de poten van de driehoek ontstaan. De manifestatie doorloopt vervolgens verschillende aspecten. Een ziekteproces kan zowel aan de somatische kant starten als aan de emotioneel mentale kant (zie figuur 5.4-2). Voorbeelden zullen dit verduidelijken. Een val van de trap levert een gebroken been op. Vervolgens is de functie van het been: 'lopen' verstoord. Storingen in de reactiviteit hebben meer te maken met zaken als pijnbeleving. Iedereen zal beamen dat een gebroken been pijn kan doen. Vervolgens kunnen emotionele en mentale processen opstarten: 'Hoe moet ik naar mijn werk met dat been?' en 'Nu kan ik mijn favoriete sport niet meer uitoefenen'.

Het proces kan ook omgekeerd opstarten. Langdurig onderdrukte emoties kunnen mentaal in het hoofd rondtollen. Piekeren en tobben is het gevolg. Hierdoor verandert de reactiviteit binnen het zenuwstelsel. Mensen worden reactiever (lees: prikkelbaarder). Vervolgens kunnen door allerlei neuro-fysiologische processen de functies van organen veranderen. Een verstoorde functie is de voorbode van een structurele verandering: de somatische aandoening. De verstoorde functie wordt wel ervaren door de patiënt, maar is vaak moeilijk 'hard' aan te tonen met medisch onderzoek. Vaak wordt de klacht bestempeld als 'tussen de oren'. Tegenwoordig spreken we liever van aspecifieke gezondheidsklachten versus specifieke gezondheidsklachten. In de opleiding wordt aan deze beide verschijningsvormen van pathologie veel aandacht besteed.

Mentale, emotionele en fysieke processen hebben altijd invloed op onze energetische systemen. Op zichzelf staande verstoringen van onze energetische systemen kunnen ook invloed hebben ons fysieke, emotionele en mentale lichaam. Denk hierbij bijvoorbeeld aan een fenomeen als elektromagnetische randstraling. In figuur 5.4-2 wordt dit proces nogmaals verduidelijkt.



Figuur 5.4-2: Van emotie naar somatische aandoening en vice versa, de invloed van energetische factoren.

### 5.5 Een geïntegreerd model

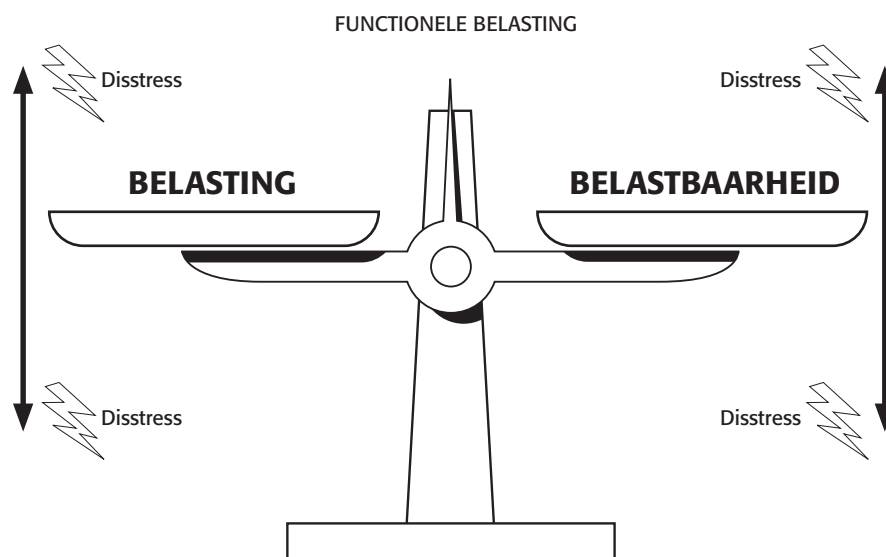
Moderne kennis uit de neuropsychoneuro-immunologie omarmt uiteindelijk de meer metafore benaderingen uit India en China. De verschillende benaderingswijzen zijn met elkaar te vervlechten tot een geïntegreerd model. In dit model ligt geen gelijk. Het is een manier van kijken en benaderen van cliënten vanuit een brede holistische visie. Binnen deze visie wordt uitgegaan van de kracht en zwakte van de diverse methodieken. Iemand met een acute longontsteking gepaard gaand met hevige koorts mag blij zijn met het gebruik van antibiotica binnen de westerse geneeskunde. Zelfs een zwaar middel als prednison kan hierbij in sommige gevallen levensreddend blijken te zijn. De aandoening heeft zich hierbij overduidelijk in de 'stof' gemanifesteerd. De kracht van de Westerse geneeskunde komt hier het meest tot zijn recht. Bij de heftige acute longontsteking wordt massage, acupunctuur of bijvoorbeeld homeopathie ontraden. Anders wordt het wanneer er sprake is van chronische longklachten zonder een duidelijk structureel karakter. Regelmatig gebruik van antibiotica of immuunsuppressoren lijkt dit beeld alleen maar te verslechteren. Nu komt er meer ruimte voor de Oosterse modellen. Mogelijk is sprake van een storing in het energetisch systeem. Meer in de door de Chinezen zo genoemde longenergie of door de Indiërs zo beschreven vijfde chakra. Vanuit de Chinese visie zou dit probleem te maken kunnen hebben met de onderdrukte emotie 'verdriet' en vanuit het Indiase denken kan de oorzaak voor de verstoring gezocht worden in het slecht uiten van de emotionele toestand.

Een geïntegreerde kijk op ziekte en gezondheid pleit voor een verregaande samenwerking tussen reguliere, additieve, alternatieve en traditionele vormen van gezondheidszorg. Verschillende behandelwijzen kunnen elkaar aanvullen in het belang van de gezondheidservaring van patiënt en cliënt. Binnen de opleiding tot massagetherapeut staat het geïntegreerde model centraal, de module holistische massage is te bezien als de samensmelting en integratie van de diverse modellen en methodieken.

### 5.6 Het belasting-belastbaarheid model

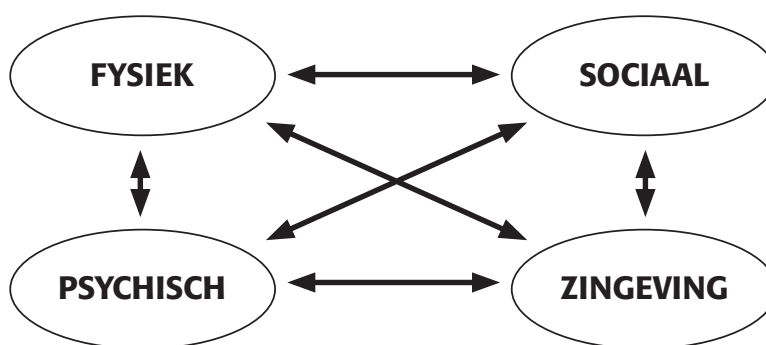
Een tweede belangrijk aspect van de opleiding tot massagetherapeut is de adoptie van het belasting-belastbaarheid model. Een helder model om mensen met klachten mee te benaderen. Belasting en belastbaarheid zijn te bezien als twee polen van een weegschaal, draaglast en draagkracht. Verstoringen binnen dit model worden geduid als 'stress'.

In het stressmodel wordt de functionele belasting bepaald door het evenwicht tussen de belasting en belastbaarheid. Stress binnen de grenzen van het model wordt als prettig ervaren, dit noemen we eustress, het leven kent plezierige uitdagingen. Beweegt de weegschaal echter in de richting van de grenzen van het model dan ontstaat disstress. Allerlei veranderingen in de werking van het zenuwstelsel treden op en de getroffene raakt in de zogenaamde alarmfase. De potentiële stressoren kunnen vanuit vier posities ontstaan. Deze vier belangrijke aspecten in ons leven kennen altijd een wederzijdse interactie.



Figuur 5.6-1: Het belasting-belastbaarheid model.

Figuur 5.6-1 laat het belasting-belastbaarheid model zien en figuur 5.6-2 toont vier aspecten van ons leven van waaruit de verstoring van dit belasting-belastbaarheid model zich kan manifesteren.

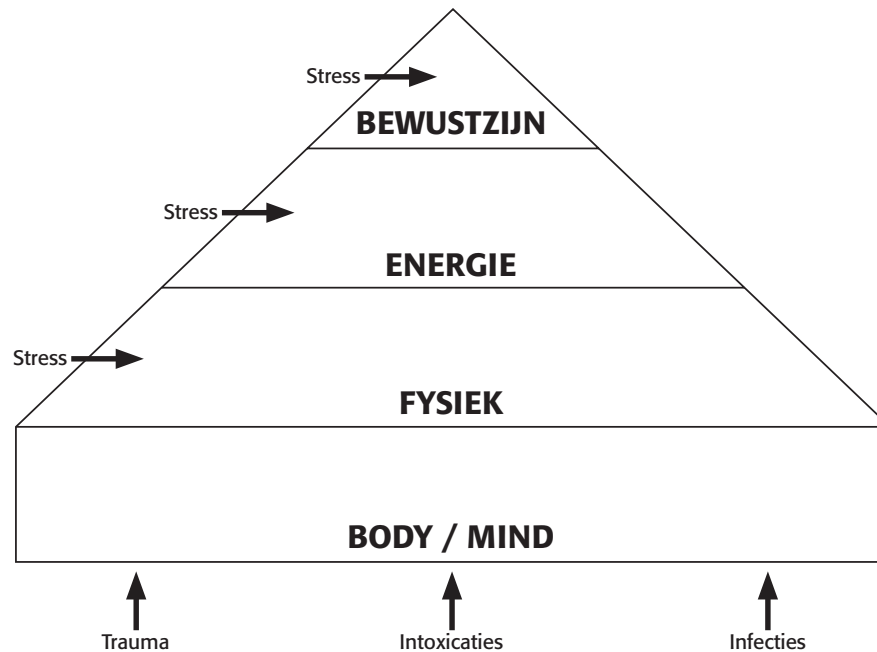


Figuur 5.6-2: Vier aspecten van ons bestaan.

Veranderingen in deze vier verschillende aspecten van ons leven over of rondom de grens van ons belasting-belastbaarheid model roepen de stressreacties op.

Ons fysieke lichaam kent zijn beperkingen. Evenzo werk, relaties, emoties, persoonlijke overtuigingen, de eigen ervaring, levensdoelen etc. Het verkeren rondom de persoonlijke grenzen bij de genoemde blokken geeft dus veranderingen in het functioneren van mensen.

Combineren wij de Oosterse modellen met het Westerse stressmodel van belasting en belastbaarheid dan komen wij uiteindelijk tot het onderstaande geïntegreerde model. Dit model is de rode draad in de opleiding tot ESPO massagetherapeut.



Figuur 5.7-1: Geïntegreerd model.

### 5.7 Grenzen aan de verantwoordelijkheid

Een massagetherapeut stelt niet zelfstandig een medische diagnose. Dit is de verantwoordelijkheid van een arts of ander daartoe bevoegd deskundige. De massagetherapeut stelt wel zelfstandig een werkdiagnose. Het primaire indicatiegebied voor de massagetherapie ligt bij de aspecifieke gezondheidsklachten. Bij specifieke gezondheidsklachten is het werk van de massagetherapeut altijd een additief naast een eventuele reguliere behandeling. Patiënten die zich aanmelden voor massagetherapie dienen in principe eerst gezien te zijn door een arts. Massagetherapeuten laten zich tijdens de anamnese en het onderzoek extra leiden door rode vlaggen en de bekend veronderstelde consequenties voor hun behandeling. In de verschillende lessen wordt hier inhoudelijk uitgebreid bij stilgestaan.

## Hoofdstuk 6

---

---

**In dit hoofdstuk:**

Sportmassage/massage

Wellness-massage

---

# Vooropleiding

Met uitzondering van de de 3-jarige opleiding is voor deelname aan de opleiding ESPO massagetherapie een vooropleiding sportmassage, massage, wellness-massage of gelijkwaardig vereist.

## 6.1 Sportmassage/massage

### 6.1.1 Wat is sportmassage?

Onder sportmassage wordt een complex van handgrepen verstaan die met de blote hand op de onbedekte huid van de passieve gezonde sportbeoefenaar worden toegepast. Het doel van een sportmassage is de lichamelijke conditie van de sporter te bestendigen, te verbeteren en/of de eventuele nadelige gevolgen van het sporten weg te nemen of deze zo min mogelijk te doen voelen. Deze definitie is samen te vatten in 3 karakteristieke woorden: voorbereiden, voorkomen en herstellen.

De benaming sportmassage zou de indruk kunnen wekken dat alleen sporters gemasseerd mogen worden, dit is echter niet juist. De bezitter van het diploma sportmassage mag iedereen masseren die gezond is.

Een massage met een therapeutisch doel mag uitsluitend door een fysiotherapeut, sporttherapeut of massagetherapeut uitgeoefend worden.

### 6.1.2 Mogelijkheden

Met het diploma sportmassage op zak kan men zich zelfstandig vestigen of in dienst treden van bijvoorbeeld een sportvereniging, sauna of beautyfarm. Ook het als sportmasseur samenwerken met een fysiotherapeut of chiropractor komt steeds vaker voor.

### 6.1.3 Opleiding

De opleiding sportmassage bestaat uit theorielessen met betrekking tot anatomie, fysiologie en sportmassage. Tijdens de praktijklessen leert de student massagetechnieken gericht op alle sportdisciplines en sportverzorging, inclusief taping, bandageren en EHBSO.

De opleiding duurt 1 schooljaar, start in september van ieder kalenderjaar en eindigt in de maand juni. De roosters worden aangepast aan de regionale vakanties en feestdagen.

Voor de meeste cursuselokaties is er één lesavond per week en zal er wisselend theorie- en praktijkles gegeven worden (de ene week drie uur praktijk en de andere week drie uur theorie). Uiteraard kan hiervan afgeweken worden. In Dordrecht kan het ook een lesochtend zijn.

Tijdens de de praktijklessen wordt er gemengd geoefend zodat de student zo adequaat mogelijk op het examen en de praktijk wordt voorbereid.

#### **6.1.4 Basic life support (BLS)**

Om aan het examen sportmassage te mogen deelnemen moet de student in het bezit zijn van een geldig BLS-certificaat. Het behalen van dit certificaat maakt onderdeel uit van de opleiding. De lessen worden verzorgd door instructeurs die zijn gecertificeerd door de Nederlandse Reanimatie Raad (NRR).

#### **6.1.5 Huiswerkbegeleiding en oefengroepen**

Op het instituut worden er huiswerkbegeleidingsuren georganiseerd. Daarnaast ontvangt de student bij aanvang van de opleiding een lijst met contactgegevens van alle deelnemende cursisten.

#### **6.1.7 Diploma**

De opleiding tot sportmasseur is een hele leuke opleiding die in een redelijk kort tijdsbestek te volgen is. Het is echter geen eenvoudige studie, hiervan doordringen zijn voorkomt teleurstellingen. Dagelijks met de stof bezig zijn is nodig om het diploma sportmassage te kunnen behalen. Om aan het examen te mogen deelnemen dient de student minimaal 16 jaar oud te zijn. Het theorie examen toetst de kennis van anatomie, fysiologie en de sportmassage theorie (waaronder hygiëne, EHBSO en sportverzorging). Tijdens het praktijkexamen komen sportverzorging, eerste hulp en sportmassage aan bod. Het praktijkexamen massage omvat alleen het onderdeel massage. Alle examens worden op een centrale locatie in Nederland afgenomen.

De opleiding sportmassage/massage vraagt om een goed doorzettingsvermogen. Het is bovendien belangrijk dat er iedere week buiten de cursustijd nog een aantal uren vrij gemaakt kunnen worden voor het bestuderen van de theorie en het oefenen van de praktijk. Uiteraard verschilt dit per individu en spelen motivatie en vooropleiding hierbij een belangrijke rol. Is het bovenstaande voor u haalbaar dan kunt u deelnemen want een specifieke vooropleiding is niet vereist

## **6.2 Wellness-massage**

### **6.2.1 Wat is wellness-massage?**

Enkele jaren geleden heeft ons instituut de beroepsopleiding tot wellness-masseur ontwikkeld. Deze opleiding onderscheidt zich van een reguliere (sport)massage opleiding door haar gespecialiseerde karakter. Zo vormen het welbevinden, de ontspanning en het goed voelen van de cliënt dé doelstellingen van deze beroepsopleiding en zijn interessante speerpunten als gezichts- en hotstonemassage een belangrijk onderdeel van het lesprogramma.

Massage is al zo oud als de mensheid en is voortgekomen uit de instinctmatige behoefte om bij ongemakken te wrijven op het lichaam. De kunst van het masseren is uitgebreid beschreven en een aantal basistechnieken en handgrepen komt steeds weer terug in deze literatuur. Wellness-massage maakt veelvuldig gebruik van deze handelingen, te weten: effleurages, petrissages, tapotages, schuddingen en fricties.

Massage is een prettige manier om lichamelijk en geestelijk tot ontspanning te komen en heeft een krachtige uitwerking op het algemene gevoel van welbevinden. Daarnaast bevordert massage de gezondheid doordat tal van lichaamsfuncties worden geactiveerd. Bij spierklachten zoals een stijve nek, pijn tussen de schouderbladen en onderrugklachten geeft massage veelal direct verlichting. Tegenwoordig neemt de wellness-masseur een belangrijke plaats in bij sauna's en beautyfarms, maar ook op cruise-schepen zijn er steeds vaker wellness-masseurs aanwezig om gasten te verwennen en verzorgen.

De tijdens deze opleiding opgedane kennis kan concreet worden toegepast bij: algemene stress en spanning, te hoge spierspanning, lokale storingen in de weefseldoorbloeding, storingen in de lichaamsbeleving en a-specifieke pijn of vermoeidheid. De opleiding is inhoudelijk afgestemd op het vervolgtraject ESPO massagetherapie.

### **6.2.2 Diploma**

Om voor het diploma in aanmerking te komen dient de student 3 theorievakken en 1 praktijkexamen met succes af te ronden. De examens worden centraal afgenomen en staan onder toezicht van de Examen Stichting Perimedische Opleidingen (ESPO).



HOOFDSTUK 7

---

# **Verplichte modules**



## 7.1

---

# Therapeutische basiskennis

Deze module behoort tot de opleidingen tot massagetherapeut en sporttherapeut, maar is ook als een op zichzelf staande cursus te volgen. Deze module behoort tot de verplichte modules. Bij veel andere modules is deze module als vooropleiding vereist. Dit is gedaan om alle studenten van het begin af aan van de opleiding met een gelijkwaardige basiskennis te laten starten. De school stelt dus als eis om deze module aan het begin van de modulaire opleiding te volgen. Op deze regel gelden wel een aantal uitzonderingen.

De volgende modules kunnen gevolgd worden zonder dat eerst de module 'theorie van de sport- en massagetherapie' is gevolgd:

- Haptonomische ontspanningsmassage
- Haptonomische interactie: therapeutische vorming en communicatie
- Voetreflexmassage
- Energetische massage
- Manuele lymfe drainage
- Triggerpoint therapie

## Verantwoording

Om tot een goed en verantwoord vervolg van de opleiding tot massagetherapeut en sporttherapeut te komen, wordt de cursist theoretische kennis aangereikt betreffende het holistische model, het belasting-belastbaarheid model en het vegetatieve functioneren van het individu.

Een aantal belangrijke vragen moet dan, als effectieve behandelaar, expliciet kunnen worden beantwoord. Bijvoorbeeld wat zijn de klachten van de cliënt? Hoe komt dat? Hoe komt de cliënt van de klachten af? Hoe lang gaat dat duren? Welke onderdelen moeten worden behandeld? Met welk doel? Welke behandelvormen of technieken zijn hiervoor geschikt? Met welke intensiteit? Hoeveel tijd zit er tussen twee behandelingen? Wat kan de cliënt er zelf aan doen? Kortom er wordt van je verlangd dat je weet wat je doet.

## Doelstellingen

Na afloop van deze module is de cursist in staat om een theoretische analyse te maken van het gezondheidsprobleem van de cliënt, daarbij gebruik makend van kennis uit:

- Het holistische model
- Het belasting-belastbaarheid model
- Het verschijnsel stress
- De bouw van het zenuwstelsel
- De werking van het totale zenuwstelsel
- De werking van het vegetatieve zenuwstelsel
- De hormonale component van het vegetatieve functioneren
- Segmentale reflexwegen
- Dermatomen, myotomen en sclerotomen
- De stressrespons, met de verschillende reactiefasen

- De prikkel-respons relatie
- Het begrip reactiviteit
- Lokale en ketenproblematiek
- Het begrip selectiviteit
- Het begrip nocisensoriek
- Het verschijnsel referred pain

### **Werkwijze**

De module bestaat uit 8 bijeenkomsten van 3 uur. De nadruk ligt op het klassikaal aanleren van theoretische basiskennis, welke voor het vervolg van de opleiding tot massagetherapeut en sporttherapeut van groot belang zijn. Voorbeelden uit de praktijk van de docenten dienen ter verdere verduidelijking.

De cursist wordt geadviseerd om de behandelde lesstof, enkele dagen na elke lesbijeenkomst, door te nemen en eventuele vragen de eerstvolgende bijeenkomst te stellen aan de docent of in te brengen in de groep. Dit komt de interactie tussen docent en groep verder ten goede en houdt de sfeer tijdens de bijeenkomsten open en ontspannen.

Van de cursist wordt verwacht dat de behandelde lesstof, aan het begin van de volgende les, in het kort, in eigen woorden kan worden samengevat en worden verteld aan de hele groep. Dit als extra toetsmoment voor de docent en om de kwaliteit van de opleiding te waarborgen.

### **Toetsing**

De cursist heeft deze module met goed gevolg afgelegd en ontvangt na afloop een certificaat wanneer aan de onderstaande voorwaarden is voldaan.

De cursist:

- is minimaal 80% van het aantal cursussen aanwezig;
- heeft de diverse opdrachten tijdens de lessen in voldoende mate uitgevoerd;
- behaalt een voldoende beoordeling voor het take-home tentamen (schrijfofdracht).

De schrijfofdracht dient in lettertype Arial, lettergrootte 11, uitgeprint aangeleverd te worden aan de docent en mag niet per email worden verzonden.

Zie ook: tentamenreglement.

## 7.2

---

# Haptonomische ontspanningsmassage

De module haptonomische ontspanningsmassage is voornamelijk een praktische cursus. De cursus bestaat uit tien bijeenkomsten van drie uur. Vier aspecten zijn met elkaar verweven:

- De grondbeginselen van de haptonomie
- Ontspanning en spanning
- Humanistisch persoonlijkheidsmodel
- Massage

Tijdens deze module wordt geleerd een goede ontspanningsmassage te geven gebaseerd op deze vier aspecten. Deze ontspanningsmassage bestaat uit meer dan het 'zomaar' doen van bepaalde massagetechnieken. Technieken kan iedereen leren, de ene persoon met wat meer, de ander met wat minder oefening. Waar het in deze cursus voornamelijk om draait, is dat je je bewust bent van wat je voelt en van wat je daaruit doet of laat. Dit vraagt ook oefening maar bovenal eerlijkheid naar jezelf en de ander toe.

Tijdens massage raken mensen elkaar aan. Wanneer mensen elkaar aanraken gaat dit gepaard met gevoel(ens). De masseur raakt aan en de gemasseerde wordt aangeraakt.

Dit is wat het directe huidcontact betreft. Technisch gezien worden zintuigen in de huid gelegen geprikkeld. Deze registreren informatie die door wordt gegeven naar hogere delen van het zenuwstelsel, waar dit een vorm van ervaring geeft. De huid voelt bijv. een warme hand die met bepaalde druk beweegt over het oppervlak van die huid. Maar hoe voelt de gemasseerde zich onder deze aanrakingen? Hoe voelt de masseur zich? Met andere woorden wat zegt je gevoel? Dit is een volledig subjectieve ervaring, ieder mens reageert op zijn eigen unieke wijze.

In deze cursus wordt veel stilgestaan bij de ervaring van het gevoel. Gevoel is niet goed of slecht. Gevoel is gewoon een toestand van de ervaring. Goed of slecht is een interpretatie van de waarnemer. Goed of slecht is vaak bepaald vanuit het nest waaruit je gekomen bent, de opvoeding en cultuur, je normen en waardenpatroon.

'Gevoelige kwesties' kunnen soms aan de orde komen in deze cursus. Gevoelens hebben ook veel te maken met emoties, zij zijn echter niet hetzelfde als emoties. Gevoelens en emoties kunnen gevoelig liggen en de ervaring van de menselijke kwetsbaarheid kan soms om de hoek komen kijken. In de kwetsbaarheid ligt een grote ontwapenende kracht besloten.

Het respectvol met elkaar omgaan wordt bij ons gezien als volstrekt vanzelfsprekend. De cursist wordt uitgenodigd om de ervaring aan te gaan binnen de eigen grenzen van kunnen en willen. De vele jaren dat deze cursus al gegeven wordt, hebben geleerd dat de nieuwe en 'her'ontdekte vanzelfsprekende kunst van het voelen, leidt tot een prettige en warme tijd met elkaar. Humor, luchtigheid en waar nodig verdieping, zonder trekken of duwen, dragen bij tot een stuk verrijking.

### Doelstelling

De doelstellingen van deze module zijn de volgende:

- Het verkrijgen van inzicht in de theoretische achtergrond van de haptonomie.
- Het verkrijgen van inzicht in het theoretisch persoonlijkheidsmodel vanuit de humanistische psychologie.
- Het opdoen van persoonlijke ervaring met het fenomeen haptonomie.
- Het op een positieve manier kunnen integreren van deze ervaring in een massagebehandeling.
- Het kunnen geven van een volwaardige ontspanningsmassage binnen de grenzen van een cliënt, afgestemd op diens behoefte en verwachting.
- Het ervaren van de eigen persoonlijke grenzen binnen een massagebehandeling.
- Het weet hebben van indicaties en contra-indicaties.

### Werkwijze

De cursus bestaat uit een theoretisch deel over gevoel, emoties en (ont)spanning. In het praktische gedeelte worden oefeningen met elkaar gedaan om dit te ervaren, afkomstig uit de haptonomie en andere lichaamsgerichte therapievormen. De nadruk ligt op masseren en gemasseerd worden. Je leert een vorm van massage waarin je eigen creativiteit en intuïtie volop de ruimte gaan krijgen. Om niet stuurloos te worden leer je massagetechnieken uit verschillende benaderingsvormen, denk hierbij aan milde bindweefseltechnieken, holistic pulsing, milde oscillaties en diepere spier- en fascietechnieken. Realiseer je dat haptonomie geen massagetechnieken van zichzelf kent, het 'haptische' aspect vind je puur en alleen terug in de manier van toepassen en benaderen.

Naast dit alles wordt ook stilgestaan bij enkele ontspanningstechnieken die je voor jezelf ook thuis kunt doen. Hoe meer ontspannen jezelf bent tijdens je massage, hoe groter het ontspannend effect op je cliënt. De ontspanningstechnieken die wij behandelen zijn de methode volgens Jacobson, de autogene training en de geleide fantasie. Deze technieken lopen door de hele cursus heen. In de facultatieve module oefentherapie wordt geleerd hoe je deze ontspanningstechnieken kunt overbrengen aan je cliënten.

### Toetsing

De cursist heeft deze module met goed gevolg afgelegd en ontvangt na afloop een certificaat als hij/zij aan de onderstaande voorwaarden heeft voldaan.

De cursist:

- is minimaal 80% van het aantal cursus uren aanwezig;
- heeft het praktijktentamen, afgenomen door de docent, met een voldoende resultaat afgesloten;
- dient vóór afloop van de cursus een verslag in te leveren van minimaal één, en maximaal twee A4-tjes betreffende zijn persoonlijke ervaring en leermomenten tijdens deze cursus.

De schrijfpdracht dient in lettertype Arial, lettergrootte 11, uitgeprint aangeleverd te worden aan de docent en mag niet per email worden verzonden.

Zie ook: tentamenreglement.

## 7.3

---

# Bindweefselmassage

Deze cursus behandelt zowel de klassieke bindweefselmassage als de moderne bindweefselmassage gebaseerd op neurofysiologische en neuropsychologische inzichten. Deze module is een belangrijke pilaar binnen de opleiding tot massage- en sporttherapeut. Het neurofysiologisch en neuropsychologisch model komt in meerdere modules terug. De cursist leert dit model verder te gebruiken dan alleen in de bindweefselmassage.

**Doelstelling**

De module bindweefselmassage kent de volgende doelstellingen:

Theorie:

- geschiedenis van de bindweefselmassage, ontwikkeling in Duitsland en de relatie met acupressuur;
- ontwikkeling van de bindweefselmassage in Nederland, stand van zaken van wetenschappelijk onderzoek;
- kennis hebben van de toepassing van de bindweefselmassage in het medische behandelplan, vooral als bedoeld binnen de fysiotherapie;
- indicaties en contra-indicaties voor en de mogelijkheden van de bindweefselmassage binnen de massage- en sporttherapie;
- Indicaties:
  - ondersteunend bij functionele storingen binnen het bewegingsapparaat;
  - ondersteunend bij orgaanstoringen.
  - littekenbestrijding;
  - ontstoren van stressreacties.
- Contra-indicaties:
  - specifiek medicatiegebruik;
  - pathologie van de huid;
  - pathologie van het zenuwstelsel;
  - in relatie tot de specifieke situatie van de cliënt.
- kennis van de anatomie en fysiologie van het bindweefsel:
  - verschillende celstructuren en vezeltypen;
  - bloedvoorziening;
  - lymfesysteem;
- kennis van het centraal en perifeer zenuwstelsel en animaal en vegetatief zenuwstelsel in relatie tot het bindweefsel en de mogelijke effecten, zowel positief als negatief, van een bindweefselmassage;
- kennis van de neuro-anatomie en neurofysiologie betreffende de bouw en werking van het menselijke zenuwstelsel:
  - gelaagdheid van het brein (archi-, paleo- en neoniveau);
  - functionele indeling (logisch-, intuïtief-, emotioneel-, vitaal- en reflexbrein).

Dit alles in relatie tot het bindweefsel en de mogelijke effecten, zowel positief als negatief, van een bindweefselmassage.

- kennis van de efferente en afferente zenuwuiteinden in huid- en bindweefsel;
- kennis van de verschillende segmentale reflexwegen in relatie tot huid- en bindweefsel;
- kennis hebben van de hormonale beïnvloeding van het bindweefsel;
- inzicht hebben in de begrippen selectiviteit, actualiteit en reactiviteit, uitgaande van de specifieke situatie van een cliënt of patiënt gerelateerd aan de juiste intensiteitkeuze van een bindweefselmassage.

#### Praktijk

- huid-en bindweefselanalyse van de gehele rug, dit door middel van de onderdelen: anamnese, inspectie en palpatie;
- opstellen van een behandelprotocol, met daarin een duidelijke doelstelling van de behandeling;
- het kunnen geven van de juiste instructie aan de cliënt of patiënt betreffende de te verwachten reacties tijdens de behandeling;
- het kunnen uitvoeren van de diverse handgrepen, opgesplitst in oppervlakkig, middelmatig en diep, zoals daar zijn:
  - Oppervlakkige technieken:
    - huidtechnieken;
    - huidverschuivingen;
  - Middelmatige technieken:
    - huidplooiën en huidplukken;
    - harmonikagreep;
    - huidknedingen;
  - Diepe technieken:
    - gewebswäsche;
    - haaktechnieken;
    - haaltechnieken;
    - diepe spierfascie technieken;
- deze grepen kunnen toepassen in de volgende uitgangshoudingen van de cliënt en patiënt: ruglig en aangepast aan specifieke situatie;
- deze handgrepen kunnen toepassen op: rug, nek en schouder, bovenste extremiteit, onderste extremiteit, buik, gezicht;
- het leren herkennen van het eventuele optreden van een 'fehlreactie' tijdens de behandeling;
- het op de juiste wijze kunnen toepassen van de ontstoringstechnieken tijdens de 'fehlreactie';
- het op de juiste wijze kunnen afsluiten van de massage;
- de cliënt kunnen informeren over eventueel te verwachten reacties achteraf op de bindweefselbehandeling;

- het kunnen inschatten van de juiste behandelduur zowel per behandeling als in frequentie en in het totale aantal, en dit kunnen koppelen aan de reacties van de spanning in het bindweefsel.

**Werkwijze**

De cursus omvat 8 dagdelen van drie uur. De eerste twee bijeenkomsten bestaan uit theorielessen. De opzet daarna is een uur theorie gevolgd door twee uur praktijk. De laatste twee lessen zijn voornamelijk praktisch van aard. De cursisten onderzoeken en behandelen elkaar. Gewerkt wordt aan de hand van een bindweefsel-analyseformulier.

**Toetsing**

De cursist heeft deze module met goed gevolg afgelegd en ontvangt na afloop een certificaat als hij/zij aan de onderstaande voorwaarden heeft voldaan.

De cursist:

- is minimaal 80% van het aantal cursus uren aanwezig;
- heeft een voldoende beoordeling behaald voor de praktijktoets 'onderzoek en behandelen'.
- heeft een voldoende beoordeling behaald voor de theoretische toetsing.

Zie ook: tentamenreglement.

## 7.4

---

## Holistische massage: onderzoek en behandelen

Binnen deze cursus worden de verschillende benaderingswijzen binnen de massage naast elkaar gezet en gekeken naar hun overeenkomsten. Geput wordt uit de filosofieën van de Chinese en Indiase methodiek, vermengd met moderne westerse neurofysiologische en neuropsychologische inzichten. Getracht wordt een geheel te destilleren uit deze verschillende methoden en inzichten. Datgene wat praktisch goed en veilig toepasbaar is en bij kan dragen aan het welbevinden van de cliënt en patiënt wordt gedoceerd.

De basiskennis uit de anatomie en fysiologie wordt bekend verondersteld. Waar nodig dient de cursist deze zelf bij te spijkeren. Geleerd wordt te kijken naar de mens met zijn bewustzijn als een energetisch wezen, energie in interactie met een coördinerend zenuwstelsel. Reflexkringen spelen hierbij een sturende rol.

Wellicht één van de belangrijkste en meest vergeten processen binnen de massagetherapie is de wisselwerking tussen de masseur en de gemasseerde. Veel aandacht wordt dan ook besteed aan de attitude van de masseur en de effecten daarvan op de behandeling. Het ontwikkelen van het eigen gevoel (tast en beleving) is hierin belangrijk.

Gegevens verkregen uit de anamnese en functieonderzoek stellen de cursist in staat tot het opstellen van een behandelplan. Praktisch wordt geleerd te werken middels een vloeïing van technieken aan het dermatoom, myotoom, osteotoom en sclerotoom. In deze module ligt het accent op het leren werken met oscillaties en milde mobilisaties aan de perifere gewrichten en de wervelkolom. Deze nieuw te leren vaardigheden worden geïntegreerd met basisvaardigheden uit de energetische massage, acupressuur, sportmassage, bindweefselmassage en de haptische benaderingswijze.

Onderdeel van deze module is een bezoek aan de snijzaal van het Erasmus Medisch Centrum te Rotterdam. Dit vindt plaats aan het einde van de cursus en telt als één lesblok. Van iedere student wordt hier een kleine financiële bijdrage gevraagd welke buiten de cursusprijs valt (in 2007 bedroeg dit Euro 20,00). Dit bedrag valt buiten de verantwoordelijkheid van het IVS en dient bij de snijzaal te worden voldaan.

### Doelstellingen

Na het volgen van deze module heeft de cursist zich de volgende vaardigheden en kennis eigen gemaakt, de cursist:

- kent het integratief model waarin de westerse, Chinese en Indiase visie met elkaar verweven zijn;
- heeft inzicht in het geïntegreerd klachtenmodel waarbij sprake is van een tweerichtingsverkeer. Een klacht kan lopen van: psychische factoren (emotioneel-mentaal) - reactieve symptomen - functiestoornissen structurele veranderingen en v.v.;

- kent de functionele indeling van het menselijk zenuwstelsel: reflexbrein, vitaal brein, emotioneel brein, logisch brein, intuïtief brein, somatisch en autonoom zenuwstelsel, parasymphaticus en orthosymphaticus;
- kent de implicaties van bovengenoemde indeling voor zijn therapeutisch handelen;
- kent de indeling in dermatomen, myotomen, sclerotomen en osteotomen en de relevantie daarvan voor de therapie;
- heeft inzicht in de basiskennis van het Chinees energetisch emotioneel model;
- heeft inzicht in de basiskennis van het Indiaas energetisch bewustzijnsmodel;
- kent het onderscheid tussen een cliënt en een patiënt en stemt zijn handelingen hier adequaat op af;
- toont inzicht in het werken met het belasting - belastbaarheidsmodel gerelateerd aan de specifieke situatie van een cliënt of patiënt;
- begrijpt de samenhang tussen het belasting-belastbaarheidsmodel en de Chinese en Indiase zienswijze middels de piramide van van Gelder;
- is in staat tot een basisonderzoek van het energetisch systeem en het bewegingsapparaat, en richt zich hierbij op energetische veranderingen, reactieve symptomen en functiestoornissen (de massagetherapeut vormt zich geen oordeel over structurele stoornissen, dit is voorbehouden aan de arts of medisch specialist of ander daartoe bevoegd deskundige);
- kan de praktische onderzoekstechnieken voor de hierboven genoemde doelstelling toepassen. Hij is in staat de volgende informatie uit onderzoekstechnieken te destilleren:
  - Energetische systemen:
    - exces
    - deficiëntie.
  - Bewegingsapparaat:
    - dermatoom (reactieve en functiestoornissen);
    - myotoom (reactieve en functiestoornissen);
    - sclerotoom/osteotoom (reactieve en functiestoornissen).
- is in staat aan de hand van de vraag van een cliënt of patiënt in combinatie met de gegevens verkregen uit het onderzoek een behandelplan op te stellen;
- kent de basis van segmentale therapie;
- is in staat verschillende behandeltechnieken te combineren tot een integratieve behandeling, de cursist kent de behandeltechnieken aan de volgende systemen:
  - energetisch (manueel sederend of activerend; acupressuur technieken);
  - dermatoom (bindweefseltechnieken);
  - myotoom (klassieke massagetechnieken);
  - osteotoom/sclerotoom (oscillaties en milde mobilisaties).
- heeft weet van indicaties en contra-indicaties. De contra-indicaties weet hij te differentiëren tussen absolute en relatieve.
- heeft weet van het belang van rode en gele vlaggen binnen de diagnostiek.
- kent het verschil tussen aspecifieke en specifieke gezondheidsklachten.

**Werkwijze**

Deze module is zowel theoretisch als praktisch van aard. Het theoretische gedeelte bestaat uit hoorcollege en zelfstandig inlezen in de stof. Waar nodig wordt van de cursist verwacht dat hij zichzelf verder verdiept in de materie middels door de docent geadviseerde literatuur. Het praktische gedeelte bestaat uit het onderzoeken en behandelen van medestudenten. De cursist wordt geacht met veel verschillende personen te oefenen en werken. Dit vergroot je vaardigheden en maakt je flexibel. De lessen bestaan uit integratieve theorie en uit het oefenen van praktische vaardigheden. In de praktijk wordt gewerkt vanuit een oprecht respect voor elkaar. De cursist dient te zorgen voor een schoon lijf en handen met korte verzorgde nagels. De nodige lakens en handdoeken zorgen voor extra warmte en bedekking.

**Toetsing**

De cursist heeft deze module met goed gevolg afgelegd en ontvangt na afloop een certificaat als hij/zij aan de onderstaande voorwaarden heeft voldaan.

De cursist:

- is minimaal 80% van het aantal cursussen aanwezig;
- heeft de diverse praktijkopdrachten tijdens de lessen in voldoende mate uitgevoerd;
- behaalt een voldoende beoordeling voor de wellness-les en therapie-les;
- behaalt een voldoende beoordeling voor de anatomie in vivo-toets.

Zie ook: tentamenreglement.

## 7.5

---

# Acupressuur van het bewegingsapparaat

Deze module behoort tot de opleiding tot massagetherapeut, maar is ook als op zichzelf staande cursus te volgen.

De basis van deze module ligt in de traditionele Chinese geneeskundige filosofie. De opzet is dusdanig, dat alleen informatie uit de Chinese filosofie is verzameld, die relevant is voor de massagetherapeut. Op deze manier blijft de theorie direct toepasbaar bij de praktische mogelijkheden.

Acupressuur is heel goed te combineren met de andere therapeutische interventies, zoals die aan de orde komen tijdens de opleiding tot massagetherapeut, maar is ook heel effectief als zelfstandige therapie.

Ondanks de Chinese, energetische achtergronden, wordt bij de probleemaanpak toch allereerst uitgegaan van een westerse, medische diagnose. Kennis van anatomie, fysiologie en pathologie van het bewegingsapparaat is daarom gewenst.

Om tot een goede en verantwoorde behandeling te komen, wordt de cursist kennis aange-reikt omtrent probleemaanpak en gebruik van standaard behandelprotocollen. Vanuit een uitgebreid behandelprotocol leert de cursist redeneren en verklaren.

## Doelstellingen

Na afloop van de cursus is de cursist in staat om voor verschillende, veelvoorkomende aandoeningen van het bewegingsapparaat, op basis van een westerse, medische diagnose een behandelprotocol te gebruiken of zelfstandig een behandelplan op te stellen.

Daarbij gebruik makend van kennis omtrent:

- het verloop van de meridianen;
- de lokalisatie van de acupunten;
- Yin- en Yangproblematiek;
- de verschillende behandelmethoden;
- de verschillende aspecten van de behandeling;
- het gebruik van lokale punten;
- het gebruik van distante punten;
- het gebruik van lokale en distante regioversterkende punten;
- de rol van de Yinorganen;
- de rol van de chakra's;
- de functieformules;
- het gebruik van de verschillende standaard behandelprotocollen.

Na het inventariseren van het gezondheidsprobleem van de cliënt is de cursist in staat om een acupressuurbehandeling te geven, waarbij het gezondheidsprobleem van de cliënt, zowel symptomatisch, regioversterkend als oorzakelijk benaderd wordt.

### **Werkwijze**

De module bestaat uit 12 bijeenkomsten van 3 uur. De nadruk ligt op het klassikaal aanleren van zowel theoretische – als praktische vaardigheden, waarbij voorbeelden uit de praktijk van de docent dienen ter verdere verduidelijking.

De opzet is dusdanig, dat het geleerde vrijwel direct in de praktijk toepasbaar is. Op deze manier wordt men stap voor stap steeds meer eigen met de lesstof en leveren complexere problemen later minder moeilijkheden op.

De cursist wordt geadviseerd om de behandelde lesstof, enkele dagen na de bijeenkomst, nogmaals door te nemen en eventuele vragen de eerstvolgende bijeenkomst te stellen aan de docent of in te brengen in de groep. Dit komt de interactie tussen docent en groep verder ten goede en houdt de sfeer tijdens de bijeenkomsten open en ontspannen.

### **Toetsing**

De cursist heeft deze module met goed gevolg afgelegd en ontvangt na afloop een certificaat als hij/zij aan de onderstaande voorwaarden heeft voldaan.

De cursist:

- is minimaal 80% van de lessen aanwezig;
- behaalt een voldoende beoordeling voor het eerste multiple choice tentamen, dit wordt tijdens de zesde les gegeven;
- behaalt een voldoende beoordeling voor het tweede multiple choice tentamen, dit wordt de elfde les gegeven;
- behaalt een voldoende beoordeling voor de praktijkvaardigheidstoetsing.

Zie ook: tentamenreglement.

## 7.6

---

# Pathologie van het bewegingsapparaat

De module pathologie van het bewegingsapparaat behandelt de structureel aantoonbare afwijkingen van het bewegingsapparaat. Deze worden gedoceerd in het algemeen, per perifere gewricht, de wervelkolom en als mede enkele veel voorkomende systemische aandoeningen.

**Doelstelling**

Na het volgen van deze module is de cursist in staat om inzicht te tonen in de betekenis, gevolgen en effecten behorende bij een medische diagnose. Het is niet aan de massagetherapeut om zelfstandig een diagnose te stellen. Wel wordt hij in staat geacht de meest voorkomende pathologische beelden en bijgaande symptomen te interpreteren en integreren in een behandelplan. De cursist kan hierbij het cursusboek gebruiken als naslagwerk. Ook dient de cursist in staat te zijn zelfstandig relevante informatie te vergaren betreffende de kennis en inzichten rondom een pathologisch beeld én hij moet deze informatie kunnen verwerken in een behandelplan.

Een belangrijk aspect binnen het fenomeen pathologie is het onderscheid tussen specifieke en aspecifieke gezondheidsklachten. Dit onderdeel komt uitgebreid aan de orde onder andere gekoppeld aan de rode vlaggen.

De cursist kent en herkent de meest voorkomende pathologische toestanden rondom de volgende delen van het lichaam:

- bovenste extremiteit;
- onderste extremiteit;
- wervelkolom;
- systemische aandoeningen.

De cursist kent het verschil tussen en de opbouw van en naar:

- emotionele en mentale symptomen;
- reactieve stoornissen;
- functie stoornissen;
- structurele afwijkingen.

De cursist kent de verschillende fasen van weefselherstel in en na een pathologisch proces:

- ontstekingsfase;
- proliferatiefase;
- vroege en late remodeleringsfase;
- chronische ontstekingsfase.

De cursist kent de verschillende aspecten van bovengenoemde fasen met betrekking tot:

- huid en bindweefsel;
- spierweefsel;
- gewrichtskapsels;
- kraakbeen;
- bot.

De cursist kent:

- de verschillen tussen aspecifieke en specifieke gezondheidsklachten;
- het fenomeen rode vlaggen en kan dit vertalen in een pathologisch proces;
- de grenzen van zijn verantwoordelijkheid als massagetherapeut, gekoppeld aan de rode vlaggen.

De cursist is in staat de geleerde informatie te verwerken in de inzichten van het belasting-belastbaarheid model.

De lessen zijn voornamelijk theoretisch van aard. Relevante praktijkvoorbeelden zullen de stof meer tot de verbeelding brengen.

### **Toetsing**

De cursist heeft deze module met goed gevolg afgelegd en ontvangt na afloop een certificaat als hij/zij aan de onderstaande voorwaarden heeft voldaan.

De cursist:

- is minimaal 80% van de lessen aanwezig;
- behaalt een voldoende beoordeling voor het multiple choice tentamen.

Zie ook: tentamenreglement.

## 7.7

---

# Anamnestiche vaardigheden

Een gecombineerd praktische en theoretische module waarbij het aanleren van een goede massage- of sporttherapeutische anamnese centraal staat. De cursist leert omgaan met beslisbomen en wordt bekend gemaakt met basisgespreksvaardigheden.

**Doelstelling**

De cursist leert een adequate anamnese af te nemen; gerelateerd aan de vraag van de klant. Twee soorten van anamnesevoering worden onderscheiden:

- de traditioneel medische anamnese;
- het anamnestic model, de anamnese gebaseerd op empathische gespreksvoering.

In de regulier medische wereld en ook binnen veel vormen van complementaire en alternatieve geneeswijzen wordt veelal gewerkt met een eenrichtingsverkeer anamnese. De behandelaar stelt de vragen en de patiënt antwoordt. De anamnese gebaseerd op empathische gespreksvoering geeft een ander beeld op klachten. De therapeut nodigt hierbij de patiënt veel meer uit om zijn 'verhaal' te doen.

Het doel van de anamnese is niet het stellen van een medische diagnose. De cursist leert informatie te verzamelen teneinde te komen tot een optimaal behandelplan. De anamnese volgt zogenaamde beslisbomen. Deze houden het proces 'to the point'.

De cursist leert omgaan met de begrippen rode en gele vlaggen en de betekenis daarvan binnen de anamnese en praktijkvoering.

Naast het aanleren van een anamnese wordt de cursist gespreksvaardigheden aangereikt. Dit met als doel te leren luisteren naar het verhaal achter de klacht.

Een derde doelstelling ligt besloten in het op een goede manier gebruik maken van informatieverstrekking aan de klant betreffende de uitleg van de gekozen therapie en de te verwachten effecten van een behandeling. Veelal wordt hier gewerkt met behulp van een metafoer.

**Werkwijze**

De module bestaat uit 5 bijeenkomsten van 3 uur. Deze bijeenkomsten zijn zowel theoretisch als praktisch van aard. Cursisten wordt verzocht om voor de groep een anamnese praktisch te demonstreren. Hetzij in de rol van therapeut of cliënt.

**Toetsing**

De cursist heeft deze module met goed gevolg afgelegd en ontvangt na afloop een certificaat als hij/zij aan de onderstaande voorwaarden heeft voldaan.

De cursist:

- dient minimaal 80% van de lessen gevolgd te hebben;
- behaalt een voldoende beoordeling voor een op papier uitgewerkte anamnese (van een echte of een gesimuleerde cliënt). Deze anamnese dient tijdens de vierde bijeenkomst te worden ingeleverd;
- schrijft een kort verslag minimaal één A4 en maximaal twee A4 betreffende zijn/haar ervaringen, bevindingen, opmerkingen of aanmerkingen met de nieuwe anamnesevorm gebaseerd op de empathische gespreksvoering;

Het verslag en de anamnese dienen in lettertype Arial, lettergrootte 11, uitgeprint aangeleverd te worden aan de docent en mag niet per email verzonden worden.

Zie ook: tentamenreglement.

## 7.8

---

# Triggerpoint therapie

Tijdens het onderzoek en de behandeling van aspecifieke pijnproblemen krijgt het spierweefsel veel aandacht waar het om de tonus gaat. De aanwezigheid van zogenaamde myofasciale triggerpoints, specifieke pijnpunten in de verschillende spieren, is echter ook een mogelijkheid om pijn en functiestoornissen te verklaren. Deze triggerpoints kunnen zorgen voor pijn in andere delen van een spier of soms zelfs in nog verder weggelegen structuren. De symptomen die door triggerpoints worden veroorzaakt komen voor in voor spelbare patronen wat de mogelijkheid tot effectieve diagnostiek vergroot. Voor deelname aan de cursus is een vooropleiding sportmassage, massage, wellness-massage of gelijkwaardig vereist.

**Doelstelling**

Tijdens deze cursus leert de student het bestaan van triggerpoints herkennen en verklaren, hierbij gebruikmakend van verschillende theoretische modellen. Daarnaast zijn het leren kennen van factoren die triggerpoints in stand houden en uiteraard de behandel mogelijkheden speerpunten van deze cursus.

Aandachtspunten tijdens deze module zijn:

- inleiding triggerpoints;
- palpatie triggerpoints;
- triggerpoints en schouderpijn;
- triggerpoints en lage rugpijn en bekkengordelpijn;
- triggerpoints en beenpijn;
- triggerpoints en pijn in hoofd- en nekregio;
- verklaringmodellen van triggerpoints en referred pain;
- therapeutische interventies bij triggerpoints;
- herstelbelemmerende factoren;
- casuïstiek.

**Werkwijze**

De module bestaat uit 7 bijeenkomsten van 3 uur. Deze bijeenkomsten zijn zowel theoretisch als praktisch van aard.

**Toetsing**

De cursist heeft deze module met goed gevolg afgelegd en ontvangt na afloop een certificaat als hij/zij aan de onderstaande voorwaarden heeft voldaan.

De cursist:

- dient minimaal 80% van de lessen gevolgd te hebben;
- heeft de diverse praktijkopdrachten tijdens de lessen in voldoende mate uitgevoerd;
- behaalt een voldoende beoordeling voor een praktische demonstratie van een triggerpoint behandeling bij een bepaalde klacht;



7.9

---

## **Basic life support (BLS)**

De cursist wordt geacht een geldig reanimatiecertificaat in zijn/haar bezit te hebben. Het staat een ieder vrij een daartoe bevoegde opleidingsschool of instituut te bezoeken. De opleidingseisen zijn conform de voorwaarden van de Nederlandse Hartstichting. Uiteraard wordt dit ook bij het IVS georganiseerd. De data worden aan het begin van de opleiding bekend gemaakt.



HOOFDSTUK 8

---

# Facultatieve modules



## 8.1

---

# Haptonomische interactie: therapeutische vorming en communicatie

Deze module biedt de cursist een verdere persoonlijke verdieping in eigen gedrag en drijfveren. In kleine groepen wordt gewerkt aan het persoonlijk ervaren van verschillende aspecten uit de haptonomie. De cursist leert de opgedane ervaring te verwerken in zijn eigen behandelwijze om overdracht en tegenoverdracht te voorkomen.

**Doelstelling**

Na het volgen van deze module is de cursist in staat tot een verdieping van de behandeling van de psychologische componenten als onderdeel van een klacht binnen het meerdimensionaal belasting-belastbaarheid model.

**Werkwijze**

De cursist brengt in deze module zijn eigen leermomenten in, zodat door oefeningen en feedback met medecursisten 'blinde vlekken' en interferente gedragingen kunnen worden blootgelegd en getransformeerd. De eigen ervaring staat aan de basis van de behandeling en begeleiding van derden. Naast de theorie van de gebruikte modellen zijn de lessen voornamelijk praktisch van aard. Aan de hand van diverse praktijkopdrachten en huiswerk oefeningen worden de eigen vaardigheden verbreed.

**Toetsing**

De cursist heeft deze module met goed gevolg afgelegd en ontvangt na afloop een certificaat als hij/zij aan de onderstaande voorwaarden heeft voldaan.

De cursist:

- is minimaal 80% van het aantal cursus uren aanwezig;
- heeft de diverse praktijkopdrachten tijdens de lessen in voldoende mate uitgevoerd;
- behaalt een voldoende beoordeling voor de schrijfopdracht.
- De cursist dient voor afloop van de cursus een verslag in te leveren betreffende zijn persoonlijke ervaring en leermomenten tijdens deze cursus.

De casus dient in lettertype Arial, lettergrootte 11, uitgeprint aangeleverd te worden aan de docent en mag niet per email verzonden worden.

Zie ook: tentamenreglement.

## 8.2

---

# Energetische massage

Binnen deze module wordt het fenomeen 'energie' vanuit verschillende gezichtspunten benaderd en beschouwd. De verschillende gezichtspunten zijn:

- het Westers model: wetenschappelijke benadering esoterisch fenomeen;
- het Chinees model;
- het Indiaas model.

## Doelstellingen

Na het gevolgd hebben van deze module heeft de cursist kennis van en inzicht in de volgende theoretische en praktische aspecten:

Theorie:

- Het fenomeen energie vanuit de volgende gezichtspunten:
  - het Westers wetenschappelijk model;
  - het Westers esoterisch perspectief;
  - de Chinese zienswijzen;
  - de Indiase zienswijzen.
- De menselijke energievelden:
  - het fysieke veld;
  - het emotionele veld;
  - het bewustzijnsveld.
- De zeven hoofdchakra's en hun verschillende aspecten:
  - ligging op het lichaam;
  - relatie met autonome zenuwstelsel;
  - thema's per chakra ;
  - de begrippen exces en deficiëntie.
- het begrip en belang van de transpersoonlijke ontwikkeling;
- het belang van werken binnen de grenzen;
- kenmerken van flow;
- kenmerken van roofofbouw;

Praktijk:

- aarden;
- centreren;
- de verschillende diagnostische methodieken;
- het begrip oscillatie;
- de ligging van Yin Tang;
- het fenomeen oscillatie:
  - diagnostiek;
  - correctie;

- het begrip van het fenomeen vasculair autonoom signaal (VAS):
  - toepassen VAS binnen diagnostiek;
  - gebruik VAS ter controle van het therapeutisch effect;
- het harmoniseren van het energieveld:
  - het fysieke veld;
  - het emotionele veld;
  - het bewustzijnsveld, hierbij uitgaande van exces, deficiëntie of oscillatie;

### **Werkwijze**

Deze module is zowel theoretische als praktisch van aard. Het accent ligt op het praktische handelen. Het theoretische gedeelte bestaat uit hoorcollege en het zelfstandig inlezen in de geadviseerde en geraadpleegde literatuur.

Het praktische gedeelte bestaat uit het onderzoeken van en het uitvoeren en toepassen van de verschillende methodieken op de medestudenten. De studenten worden geadviseerd oefengroepjes te formeren om extra op en met elkaar te oefenen.

Verder wordt van de studenten verwacht dat zij met veel verschillende personen oefenen. Dit vergroot de vaardigheden en inzichten.

In de praktijk wordt gewerkt vanuit een oprecht respect voor elkaar. De cursist dient te zorgen voor een schoon lijf, schone kleding en korte verzorgde nagels. De nodige lakens en handdoeken zorgen voor extra warmte en bedekking.

### **Toetsing**

De cursist heeft deze module met goed gevolg afgelegd en ontvangt na afloop een certificaat als hij/zij aan de onderstaande voorwaarden heeft voldaan.

De cursist:

- is minimaal 80% van het aantal cursus uren aanwezig;
- heeft het multiple-choice tentamen (5e les) van tien vragen met een voldoende resultaat afgerond;
- heeft de diverse praktijkopdrachten tijdens de lessen in voldoende mate uitgevoerd;
- behaalt een voldoende beoordeling voor het take-home tentamen (schrijfofdracht);

De schrijfofdracht dient in lettertype Arial, lettergrootte 11, uitgeprint aangeleverd te worden aan de docent en mag niet per email verzonden worden.

Eén week voor het verstrijken van de laatste les dient de student een persoonlijke schrijfofdracht ingeleverd te hebben. Voor deze opdracht maakt de cursist een persoonlijke chakra-analyse aan de hand van een vragenlijst. De cursist kiest aan de hand van de uitkomsten van deze vragenlijst zelf een chakra en werkt deze uit conform het aan deze reader gekoppelde formulier 'chakra thema's'. De test en het themaformulier bevinden zich in de bijlagen van de cursusmap.

Zie ook: tentamenreglement.

## 8.3

---

# Manuele lymfe drainage (MLD)

In deze module wordt de massagemethode Manuele Lymfedrainage (MLD) volgens Dr. Vodder onderwezen. Aan de orde komen zowel de theoretische aspecten als de praktijk van de uitvoering van de massagetechniek. Manuele lymfedrainage bestaat uit zachte, subtiele technieken, waarbij het (in)voelend vermogen van de masseur een belangrijke rol speelt. Ook dit aspect krijgt in de cursus de nodige aandacht.

## Doelstelling

Na het volgen van deze module heeft de cursist kennis van en praktische vaardigheid in de volgende aspecten van MLD:

### Theorie:

- geschiedenis van de MLD, ontwikkeling in Duitsland en Oostenrijk;
- ontwikkeling van de MLD in Nederland;
- anatomie van het lymfestelsel en fysiologie van het lymfestelsel:
  - circulatie;
  - eiwittentransport;
  - initiele lymfevaten, pre-collectoren en collectoren;
  - rote lymfevaten, o.a. ductus thoracicus;
  - waterscheidingen;
  - lymfangion;
  - lymfeknoop;
  - lymfe;
- verschillen tussen bloedsomloop en lymfestelsel;
- invloeden van MLD;
- factoren die de lymfecirculatie beïnvloeden;
- oorzaken van het ontstaan van oedeem;
- verschillende typen oedeem en behandelmogelijkheden met MLD;
- indicaties voor MLD binnen massage en sporttherapie;
- contra-indicaties voor MLD binnen massage en sporttherapie;
- richtlijnen voor de uitvoering van MLD;
- techniekgrepen van MLD;

### Praktijk:

- beoordeling van de klacht en het probleemgebied in relatie tot MLD (anamnese) ;
- opstellen van een behandelplan;
- het kunnen geven van de juiste informatie aan de cliënt betreffende de te verwachten reacties tijdens en na de behandeling;
- het correct kunnen uitvoeren van de diverse techniekgrepen van de MLD in de juiste volgorde op de volgende delen van het lichaam:
  - hals (korte uitvoering);

- arm;
- been;
- rug thoracaal;
- rug lumbaal;
- buik (centrale drainagegreep);
- opbouw van een MLD-behandeling.

**Werkwijze**

Deze module is zowel theoretisch als praktisch van aard. Het accent ligt op het aanleren van de verschillende techniekgrepen. De module bestaat uit 10 dagdelen van 4 uur. Iedere les begint met een theoretische inleiding en de behandeling van praktijkvragen. Daarna oefenen de cursisten de MLD technieken op elkaar.

Van de cursisten wordt verwacht dat zij na iedere lesbijeenkomst het geleerde thuis oefenen (op gezonde modellen!). Alleen op die manier kunnen zij de techniek van de MLD in de vingers krijgen. Een instructievideo/DVD kan bij de docent worden aangeschaft.

**Toetsing**

De cursist heeft deze module met goed gevolg afgelegd en ontvangt na afloop een certificaat als hij/zij aan de onderstaande voorwaarden heeft voldaan.

De cursist:

- is minimaal 80% van het aantal cursus uren aanwezig;
- voert tijdens de tweede helft van de cursus de verschillende techniekgrepen uit op de docent;
- behaalt een voldoende beoordeling voor de schrijfofdracht.

De cursist maakt een take-home casus. Deze ontvangt hij/zij in de loop van de cursus en dient hij/zij uiterlijk op de negende lesdag in te leveren.

Zie ook: tentamenreglement.

## 8.4

---

# Voetreflexmassage

De module voetreflexologie is een facultatieve module in de opleiding tot massagetherapeut. Ook kan de module vrij van de opleiding worden gevolgd. Wel is van belang dat men enige kennis heeft van de anatomie en fysiologie van de mens. Het is vooral een praktische cursus. De cursus bestaat uit 10 bijeenkomsten van 3 uur.

Voetreflexologie is een oude geneeswijze die al voor de jaartelling bekend was bij de Egyptenaren en de Chinezen. Dr. Fitzgerald heeft het sinds begin 1900 verder ontwikkeld en het naar de Westerse wereld gebracht. Door het bewerken van (reflex)punten op de voet, die in contact staan met organen en orgaansystemen, wordt het zelfgenezend vermogen van het lichaam gestimuleerd.

In deze module leert men de probleemzones te diagnosticeren en interpreteren, de elementaire reflexpunten te voelen en hoe deze te activeren of sederen. Hiervoor worden verschillende behandelingstechnieken toegepast, die allen in de les worden geoefend. Ook wordt besproken hoe men een voetreflexzonebehandeling kan combineren met de andere massagetechnieken van de opleiding tot massagetherapeut.

Iedere cursist ervaart dus zelf het ontvangen en het geven van een reflexzonebehandeling.

Tijdens de cursus wordt ook stilgestaan bij de intentie waarmee een behandeling wordt gegeven, omdat deze van grote invloed is op het verloop van de behandelingen.

## Doelstelling

De doelstelling van deze module is dat de cursist na afloop van de cursus in staat is een volledige voetreflexzonebehandeling te geven. En daarbij aandacht heeft voor de volgende punten:

- de intentie van de therapeut;
- een duidelijke uitleg over gevoelige reflexpunten aan de cliënt;
- het juist interpreteren van de reflexzones;
- het juist integreren van reflexzones in de massage;
- de gevolgen van een behandeling voor de cliënt;
- de contra-indicaties;
- het toepassen van ontspanningsgrepen, indien nodig, voor een gunstiger verloop van de behandeling.

## Werkwijze

De cursus bestaat uit een theoretisch deel over voetdiagnostiek en de betekenis van teen- en voetvormen. Het grootste gedeelte bestaat uit het praktisch oefenen op elkaar. De aandacht ligt op het goed toepassen van de verschillende technieken. Ook ervaar je zelf wat het effect is van de behandeling. Dit zal voor ieder verschillend zijn. Er wordt veel gewisseld om veel ervaring met verschillende voeten te krijgen. Verder wordt geadviseerd om de in de les behandelde stof, thuis nogmaals te oefenen, zodat men in de volgende les door kan gaan.

Tijdens de les wordt ook aandacht besteed aan de houding van de cursist, zowel letterlijk als figuurlijk, om de behandeling tot een plezierige ervaring te maken.

#### Toetsing

De cursist heeft deze module met goed gevolg afgelegd en ontvangt na afloop een certificaat als hij/zij aan de onderstaande voorwaarden heeft voldaan.

De cursist:

- is minimaal 80% van het aantal cursus uren aanwezig;
- heeft de diverse praktijkopdrachten tijdens de lessen in voldoende mate uitgevoerd;
- behaalt een voldoende beoordeling voor het take-home tentamen.

Zie ook: tentamenreglement.

## 8.5

---

# Oefentherapie

Deze module is een verplicht onderdeel van de opleiding tot sporttherapeut en een facultatief onderdeel van de opleiding tot massagetherapeut, maar is ook als op zichzelf staande cursus te volgen.

De basis van deze module ligt in het feit, dat oefenen en bewegen een flink aantal positieve effecten heeft op het functioneren van de mens in het algemeen en op het herstellen na aandoeningen van het bewegingsapparaat in het bijzonder. Bewegen ontspant, mobiliseert, verbetert de verschillende aspecten van de spierfunctie, verbetert de doorbloeding van tal van structuren, smeert de gewrichten, herstelt het contact met het lichaam, etc.

Oefentherapie is zeer goed te combineren met de andere therapeutische interventies en biedt de massage- en sporttherapeut bovendien de mogelijkheid om huiswerk mee te geven aan de patiënt.

Kennis van anatomie, fysiologie en pathologie van het bewegingsapparaat is gewenst.

Om tot een goede en verantwoorde behandeling te komen middels oefentherapie wordt de cursist kennis aangereikt omtrent het belasting-belastbaarheidsmodel, het vegetatieve functioneren van de patiënt en de begrippen mobiliteit en spierfunctie. Daarbij worden de benodigde onderzoekstechnieken besproken en aangeleerd, zodat met behulp van het aangeboden kennismateriaal het gezondheidsprobleem van de patiënt kan worden geanalyseerd en daarna beslist kan worden welke stappen er oefentherapeutisch genomen moeten worden in een verantwoorde behandeling.

## Doelstellingen

Na afloop van de cursus is de cursist in staat, om voor elke denkbare aandoening van het bewegingsapparaat, te beslissen of oefentherapie geïndiceerd is en afhankelijk van deze beslissing, een behandelplan op te stellen.

Daarbij gebruik makend van kennis, omtrent:

- het belasting-belastbaarheidsmodel;
- het vegetatieve functioneren van de patiënt;
- het begrip gewrichtsmobiliteit;
- het begrip functionele mobiliteit;
- het begrip articulaire bewegingsbeperking;
- de bouw van bindweefsel;
- het fysiologisch onderhoud van bindweefsel;
- de herstelfasen van bindweefsel;
- geleid actieve mobiliserende technieken;
- actieve mobiliserende technieken;
- het geven van mobiliserende huiswerkoefeningen;
- de spierfysiologie;
- het begrip sarcomeer;

- langzame en snelle spiervezels;
- langzame en snelle motor-units;
- overwegend langzame spieren;
- overwegend snelle spieren;
- de musculaire dysbalans;
- de verschillende aspecten van de spierfunctie;
- de spierverkorting;
- het onderzoek van een spier op verkorting;
- de therapieregels bij het rekken van de musculatuur;
- contra-indicaties voor het rekken van de musculatuur;
- de proprioceptie en de propriosensoren;
- de gevolgen van proprioceptieve stoornissen voor de musculaire stabiliteit;
- het oriënterende onderzoek van de stabiliteit;
- therapieregels bij stabiliserende oefentherapie;
- het geven van stabiliserende huiswerk oefeningen;
- de therapeutische gevolgen van hypertonie;
- de therapeutische gevolgen voor bepaalde houdingsafwijkingen;
- het geven van oefeningen ter verbetering van de snelkracht;
- het geven van oefeningen ter verbetering van de absolute spierkracht;
- het geven van snelkracht verbeterende huiswerk oefeningen;
- het geven van absolute kracht verbeterende huiswerk oefeningen;
- onderzoek en oefentherapie voor de regio enkel;
- onderzoek en oefentherapie voor de regio knie;
- onderzoek en oefentherapie voor de regio heup;
- onderzoek en oefentherapie voor de regio lumbale wervelkolom;
- onderzoek en oefentherapie voor de regio cervicale wervelkolom;
- onderzoek en oefentherapie voor de regio schoudergordel;
- de begrippen spanning en ontspanning;
- het kunnen beslissen wanneer ontspanningstherapie is geïndiceerd;
- ontspanningstherapie kunnen geven middels de methode Jacobson;
- ontspanningstherapie kunnen geven middels de methode Autogene Training.

### **Werkwijze**

Deze module bestaat uit 14 bijeenkomsten van 3 uur. De nadruk ligt op het klassikaal aanleren van zowel theoretische als praktische vaardigheden.

De eerste 2 bijeenkomsten zijn totaal gereserveerd ter vorming van de theoretische basis-kennis. De rest van de cursus is overwegend praktisch van opzet.

De opzet is dusdanig, dat het geleerde vrijwel direct in de praktijk toepasbaar is, hetgeen ook zeer gewenst is. Op deze manier wordt men stap voor stap steeds meer eigen met de lesstof en leveren complexere problemen later minder moeilijkheden op.

De cursist wordt geadviseerd om de behandelde lesstof, enkele dagen na de bijeenkomst, nogmaals door te nemen en eventuele vragen de eerstvolgende bijeenkomst te stellen aan de docent of in te brengen in de groep. Dit komt de interactie tussen docent en groep verder ten goede en houdt de sfeer tijdens de bijeenkomsten open en ontspannen.

**Toetsing**

De cursist heeft deze module met goed gevolg afgelegd en ontvangt na afloop een certificaat als hij/zij aan de onderstaande voorwaarden heeft voldaan.

De cursist:

- is minimaal 80% van de lessen aanwezig;
- behaalt een voldoende beoordeling voor het multiple-choice tentamen, dit wordt binnen de tiende lesbijeenkomst op school gemaakt;
- behaalt een voldoende beoordeling voor het take-home tentamen (casus), dit wordt minimaal de dertiende les persoonlijk bij de desbetreffende docent ingeleverd.

Het tentamen dient in lettertype Arial 11, uitgeprint ingeleverd te worden bij de docent. Het mag niet per email verzonden worden.

Zie ook: tentamenreglement.

## 8.6

---

# Ademtherapie en ontspanning

Ademen gaat toch vanzelf? Gelukkig wel, maar helaas gaat het niet altijd vanzelf goed. Ademen is onlosmakelijk verbonden met ontspanning. Ademstoornissen kunnen tal van lichamelijke- en geestelijke klachten veroorzaken.

Ademtherapie is het helpen herstellen van een natuurlijke en ontspannen adembeweging die door het gehele lichaam voelbaar is. Ontspanningstherapie is het bewustworden en leren hanteren van lichamelijke en mentale gespannenheid. Ademtherapie en ontspanning bieden je de middelen om, via handgrepen, instructies en massagetechnieken, de spanning te regelen. Dit gebeurt via aandacht, voorstelling, houding, beweging en ademhaling. Daarmee kun je ontdekken of een probleem samenhangt met een verhoogde spanning die eigenlijk onnodig is en uiteindelijk door jezelf verminderd kan worden. Door het eigen maken van enkele instructies nemen de overspanning en stressklachten af, terwijl de stressbestendigheid merkbaar toeneemt.

Specifiek aan de technieken die geleerd worden is een dynamische vorm van ontspanning door onder andere het faciliteren van een functionele wervelkolom. De handgrepen en instructies zijn veilig en effectief, juist omdat ze nauw aansluiten bij de dagelijkse bewegingen.

Deze module biedt een verbreding en verdieping van het aanbod binnen de massagepraktijk.

**Werkwijze**

De module bestaat uit een acht bijeenkomsten van drie uur.

**Toetsing**

De cursist heeft deze module met goed gevolg afgelegd en ontvangt na afloop een certificaat als hij/zij aan de onderstaande voorwaarden heeft voldaan.

De cursist:

- is minimaal 80% van het aantal cursus uren aanwezig;
- behaalt een voldoende beoordeling voor de toetsing.

Zie ook: tentamenreglement.

## 8.7

---

# Aromatherapie

Aromatherapie is het gecontroleerd en geïnformeerd gebruik maken van etherische oliën om het algemeen welzijn en de gezondheid van een persoon te behouden en/of te verbeteren. Het is een holistische therapie, dit betekent dat ze uitgaat van de totale mens, zowel lichaam als geest.

Bij aromatherapie worden de etherische oliën, ook wel essentiële oliën genoemd, voornamelijk uitwendig toegepast. Via de huid komen bestanddelen van de oliën in het lichaam terecht, waardoor ze zo hun invloed uitoefenen op de inwendige mens.

In deze cursus aromatherapie leert u allereerst de etherische oliën kennen, de chemische samenstelling, de wijze van vervaardigen en de geneeskrachtige werking. Ook de basisoliën komen aan bod om vervolgens praktisch met de aromatherapie aan de slag te gaan.

Gedurende de praktijklessen leert u onder andere het maken van crèmes, badzout, pakkingen, kompressen, massageolie etc.

Tijdens deze opleiding maakt u kennis met alle gangbare behandeltechnieken uit de aromatherapie.

## Werkwijze

De module bestaat uit een acht bijeenkomsten van drie uur.

## Toetsing

De cursist heeft deze module met goed gevolg afgelegd en ontvangt na afloop een certificaat als hij/zij aan de onderstaande voorwaarden heeft voldaan.

De cursist:

- is minimaal 80% van het aantal cursus uren aanwezig;
- behaalt een voldoende beoordeling voor de toetsing.

Zie ook: tentamenreglement.





## Hoofdstuk 9

# BATC-erkenning

---

### In dit hoofdstuk:

Vergoeding door verzekeraars  
Medische kennis HBO-niveau  
RING-Register

---

### 9.1 Uw behandelingen vergoed door de zorgverzekeraars

Alle bij IVS Opleidingen afgestudeerde massagetherapeuten, in het bezit van het diploma medische kennis HBO-niveau, kunnen zich, mits zij ook lid zijn van de brancheorganisatie BMS aansluiten bij de BATC, [www.batc.nl](http://www.batc.nl). Door de BATC erkenning van onze massagetherapeuten kunnen patiënten voortaan een factuur bij hun zorgverzekeraar indienen. De massagetherapeuten mogen, na acceptatie, ook de titel dragen van HBO zorgverlener.

### 9.2 Het belang van BATC erkenning voor massagetherapeuten

Afgestudeerde massagetherapeuten en massagetherapeuten in opleiding kunnen zich (via de brancheorganisatie BMS) aansluiten bij de Beroepen en Belangen Associatie voor Natuurgerichte Therapeuten en Consumenten (BATC) en zich na acceptatie 'HBO zorgverlener' noemen. Hiervoor is het noodzakelijk dat ook het diploma HBO medische kennis en het certificaat voeding (BATC geaccrediteerd) wordt behaald. Hierdoor kunnen, zich daarvoor verzekerde patiënten, uitgeschreven facturen bij de zorgverzekeraar declareren. Voor reeds afgestudeerde massagetherapeuten en massagetherapeuten i/o is er een dispensatie regeling van 2 jaar na aanmelding.

De opleidingen HBO medische kennis en voeding kunnen parallel gevolgd worden aan de opleiding tot massagetherapeut.

### 9.3 Medische kennis HBO-niveau

Om verantwoord te kunnen werken in de medische, paramedische of complementaire gezondheidszorg is kennis van groot belang. Inzicht in de fysiologie van het menselijke lichaam gekoppeld aan pathologie vergroot de professionaliteit van de hulpverlener.

Deze module behandelt naast de algemene ziekteleer alle grote orgaan-systemen van het menselijke lichaam en de bijbehorende specifieke pathologie. Symptomen, oorzaken en behandelvormen als algemeen gebruikt en gesteld binnen de reguliere gezondheidszorg komen aan bod. Daarnaast wordt ook ingegaan op de invloed van bijvoorbeeld voeding, psyche en sociale omstandigheden in relatie tot ziekte en gezondheid vanuit een breder perspectief.

De opleiding wordt getoetst door de ESPO (Examen Stichting Perimedische Opleidingen) in de maand mei. Het examen bestaat uit 50 meerkeuzevragen.

### Vooropleiding

Om de cursus te kunnen volgen is kennis nodig van anatomie en fysiologie op MBO+ niveau. Deze kennis wordt opgedaan middels de opleiding sportmassage. Deze opleiding is ook nodig om in te kunnen stromen in de trajecten sporttherapeut en massagetherapeut. De opleiding sportmassage omvat ongeveer 90 contacturen en zo'n 150 studiebelastingsuren. De examens worden afgenomen door de ESPO (Examenstichting Perimedische Opleidingen) en vinden plaats in de maanden januari (anatomie) en april (fysiologie).

Als aan de bovenstaande eis is voldaan (of aan een gelijkwaardige eis) is het mogelijk om de opleiding medische kennis HBO-niveau te volgen. Deze opleiding omvat 90 contacturen en ongeveer 220 studiebelastingsuren.

### 9.4 Voeding (BATC geaccrediteerd)

Voeding heeft veel invloed op onze gezondheid. De cel als kleinste levende eenheid van het lichaam is voor zijn stofwisselingsprocessen volledig afhankelijk van wat jij als eigenaar van die cel, qua voeding, in je mond stopt. Verbrandings-, bouw- en herstelprocessen kunnen fysiologisch gezien niet zonder de daarvoor noodzakelijke voedingsstoffen. Pathologisch gezien kunnen overgewicht, allergieën, vermoeidheid en talloze vage klachten veroorzaakt worden, maar ook verholpen worden door voeding. Niet alleen fysieke processen worden oorzakelijk en therapeutisch beïnvloed door voeding, ook mentale en emotionele processen worden er wederkerig door beïnvloed. Om inzicht te krijgen in de effecten van voeding zul je je de basiskennis van de voedingsleer eigen moeten maken. Hieronder vallen onder andere de volgende onderwerpen:

Het spijsverteringskanaal en het spijsverteringsproces (zowel anatomisch, fysiologisch als pathologisch), de diverse voedingsstoffen, vitamines en mineralen, verschillende diëten en voedselcombinaties.

Tijdens deze cursus komen de volgende vragen aan bod:

Wat is de invloed van onze darmen op het immuunsysteem en wat heeft het te maken met eczeem? Bevat onze huidige voeding nog voldoende vitamines en mineralen? Hebben voedingssupplementen zin? Welke voedingssupplementen zijn geschikt en wat is een redelijke prijs? Hoe denken ze in andere geneeskundige tradities over voeding? Allerlei vragen die niet zomaar te beantwoorden zijn met een avondje google.

Met deze cursus leer je met een objectieve blik naar voeding en voedingssupplementen te kijken. Daarnaast zul je thuis door middel van opdrachten aan de slag gaan met de informatie die je tijdens de cursus krijgt aangereikt.

## Hoofdstuk 10

---

---

**In dit hoofdstuk:**  
Tentamenreglement

---

# Tentamenreglement

Alle tentamens en examens van IVS opleidingen voor wat betreft de massage- en sporttherapie staan onder auspiciën van de ESPO, de examen stichting perimedische opleidingen ([www.espo-examens.nl](http://www.espo-examens.nl)) .

Het uitgangspunt is om minimaal drie toetsingsmomenten per module te houden. Een uitzondering kan hieruit bestaan dat de vorm of inhoud van de module dit niet toelaat.

De volgende toetsvormen worden gebruikt:

- Schrijfo opdracht, meestal gekoppeld aan een persoonlijk leerdoel of persoonlijke ervaringen opgedaan tijdens de module.
- Praktijktoetsing; de docent toetst praktische vaardigheden als geleerd binnen de module
- Een multiple-choice tentamen.
- Open vragen; meestal in de vorm van een take-home tentamen.
- Casus opdracht; in de vorm van een take-home tentamen.

De regel is dat per module alle opdrachten als voldoende gemaakt dienen te worden en beoordeeld te zijn. Het inleveren na de van tevoren afgesproken sluitingsdatum van een opdracht of take-home tentamen wordt ook als een onvoldoende beoordeeld.

Na een onvoldoende heeft de student 1x een herkansing. Wordt deze ook als onvoldoende beoordeeld dan dient de module als geheel overgedaan te worden.

De student kan bezwaar aantekenen tegen een onvoldoende beoordeling. Dit dient binnen 14 dagen na afloop van de laatste lesdag van de module per aangetekende post te gebeuren. Uw bezwaar wordt dan beoordeeld door een commissie van beroep, hierbij is sprake van hoor en wederhoor. De commissie is aangesteld door de ESPO. Het adres van de ESPO is:

### **ESPO**

Postbus 4182

2980 GD Ridderkerk

Email: [info@espo-examens.nl](mailto:info@espo-examens.nl)



## Hoofdstuk 11

---

---

**In dit hoofdstuk:**  
Afstuderen

---

# Afstuderen

Het afstuderen voor het diploma ESPO massagetherapie gaat in de vorm van een afstudeergesprek/verdediging tegenover een commissie van docenten.

De afstudeermomenten zijn juni en oktober van ieder kalenderjaar. De exacte data zijn, te zijner tijd, bekend bij de administratie van IVS opleidingen of te vinden op de website van de ESPO.

Indien u alle afzonderlijke, benodigde modules van de massagetherapie of de dagopleiding massagetherapie met goed gevolg heeft afgesloten en van plan bent af te studeren als massagetherapeut kiest u een gespreksonderwerp waar u zich later, tijdens het afstudeergesprek, in gaat verdedigen.

Vanaf het moment van de onderwerpkeuze gaat u zich geheel zelfstandig (zonder structurele begeleiding) verdiepen in dit onderwerp. U verzamelt relevante informatie en brengt de verzamelde kennis, voor u zelf, bij elkaar. Ook het doen van aanvullend, zelfstandig onderzoek is mogelijk. Na verloop van enige (verdiepings)tijd poneert u een stelling. Er hoeft dus geen scriptie geschreven te worden, maar het mag wel. Vanzelfsprekend is (incidenteel) overleg met de docenten mogelijk en toegestaan. Ook kan gediscussieerd worden met medestudenten. De door u geponeerde stelling kunt u onderbouwen vanuit de (wetenschappelijke) literatuur en/of door uw zelfstandig uitgevoerde onderzoek.

Uiterlijk 2 maanden voor het door u gewenste examenmoment vraagt u het afstudeergesprek aan bij de ESPO door het invullen van het ESPO examenformulier voor massage- of sporttherapie (hieraan zijn examenkosten verbonden). Dit formulier is af te halen of op te vragen bij de administratie van IVS opleidingen of te vinden op de website van de ESPO. Op dit formulier maakt u uw onderwerpkeuze reeds bekend.

Uiterlijk 1 maand voor de datum van afstuderen levert u een volledig ingevuld afstudeerformulier in bij de administratie van IVS opleidingen. Ook dit formulier is te verkrijgen bij de bovengenoemde administratie of eerdergenoemde website. Dit door u ingevulde afstudeerformulier bevat informatie voor de commissie van docenten die het afstudeergesprek met u voeren. De inhoud wordt tevens meegenomen in de eindbeoordeling.

Aan de hand van het door u ingeleverde afstudeerformulier gaat u het afstudeergesprek in en dient u de door u geponeerde stelling te verdedigen. Uiteraard komen daarbij alle (relevante) inhoudelijke zaken met betrekking tot uw stelling en uw onderwerp aan de orde.

Dit afstudeergesprek wordt beoordeeld met een voldoende of onvoldoende. Bij een voldoende beoordeling bent u geslaagd en heeft u recht op uw diploma ESPO massagetherapie.

Bij een onvoldoende beoordeling dient u een herkansing voor het afstuderen aan te vragen bij de ESPO door zich opnieuw in te schrijven via het ESPO- examenformulier voor massage- of sporttherapie.

Samenvatting:

- U heeft de benodigde modules van de opleiding massagetherapie of de dagopleiding succesvol afgesloten;
- U wilt afstuderen;
- Er hoeft géén scriptie geschreven te worden, maar het mag wel;
- U kiest zelf een onderwerp voor uw afstudeergesprek;
- Uw onderwerp heeft een relatie of blijkt een relatie te hebben met uw opleidingsrichting (massagetherapie);
- U verzamelt zelfstandig literatuur en doet kennis op met betrekking tot uw onderwerp;
- U poneert voor uzelf een stelling;
- U kunt deze stelling onderbouwen vanuit de (wetenschappelijke) literatuur en/of via een zelfstandig uitgevoerd onderzoek.
- Uiterlijk 2 maanden voor het afstuderen vraagt u het afstudeergesprek aan via het ESPO- examenformulier voor massage- of sporttherapie;
- Uiterlijk 1 maand voor de datum van afstuderen levert u een volledig ingevuld afstudeerformulier in bij de administratie van IVS opleidingen;
- U voert uw afstudeergesprek en verdedigt uw stelling;
- Bij een voldoende beoordeling bent u geslaagd voor uw diploma ESPO massagetherapie;
- Bij een onvoldoende beoordeling dient u zich, voor het alsnog kunnen verkrijgen van uw diploma, opnieuw in te schrijven via de ESPO.

Voor kandidaten die zowel in de richting massagetherapie als sporttherapie willen afstuderen is het NIET mogelijk 1 afstudeergesprek aan te vragen. Gesprekken voor massagetherapie en sporttherapie voor 1 kandidaat vinden dus afzonderlijk plaats.

Afstudeergesprekken zijn een, voor de student, individuele, aangelegenheid en kunnen dus NIET samen met een medestudent worden gevoerd.

Voorbeeld 1 van een afstudeeronderwerp: ADHD

Voorbeeld 1 van een geponeerde stelling: Kinderen met ADHD en massagetherapie; een effectieve combinatie.

Voorbeeld 2 van een afstudeeronderwerp: De ICE-regel

Voorbeeld 2 van een geponeerde stelling: De ICE-regel is achterhaald en dient niet meer te worden gebruikt door de sporttherapeut.



## Examenstichting Perimedische Opleidingen

# Afstudeerformulier

Naam en voorletters kandidaat:

---

Meisjesnaam (indien van toepassing):

---

Adres:

---

Postcode en woonplaats:

---

Telefoon:

---

Geboortedatum:

---

Richting: ESPO massagetherapie / ESPO sporttherapie (doorhalen wat niet van toepassing is)

Afstudeermoment (maand en jaar):

---

Onderwerp:

---

Motivatie:

---

---

---

Stelling:

---

Motivatie:

---

---

---

---

---

---

---

---

Belangrijkste gebruikte literatuurbronnen:

---

---

---



## Examenstichting Perimedische Opleidingen

# Beoordelingsformulier afstuderen

Naam kandidaat: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Richting: massagetherapie / sporttherapie

<b>Blok 1</b>	<b>Onvoldoende</b>	<b>Matig</b>	<b>Voldoende</b>	<b>Goed</b>
Motivatie van onderwerp				
Motivatie van probleemstelling				
Relevantie verzamelde literatuur/artikelen				
Eigen inbreng				

criterium: van blok 1 dienen alle items minimaal als voldoende beoordeeld te zijn.

<b>Blok 2</b>	<b>Onvoldoende</b>	<b>Matig</b>	<b>Voldoende</b>	<b>Goed</b>
Inhoudelijke kennis van onderwerp				
Inhoudelijke kennis van sport-/massagetherapie				
Integratie onderwerp met sport-/massagetherapie				
Eigen mening en discussie				

criterium: van blok 2 dienen 3 van de 4 items minimaal als voldoende beoordeeld te zijn.

<b>Blok 3</b>	<b>Onvoldoende</b>	<b>Matig</b>	<b>Voldoende</b>	<b>Goed</b>
Verdediging probleemstelling				
Verwoording van kennis				

criterium: van blok 3 dient beide items minimaal als voldoende beoordeeld te zijn.

Motivatie beoordeling: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Eindbeoordeling: \_\_\_\_\_

## Hoofdstuk 12

---

# Adressen

---

**In dit hoofdstuk:**

IVS Opleidingen

ESPO

---

### IVS Opleidingen

Adres: Spuiweg 105 t/m 109  
3311 GT Dordrecht

Telefoon: (078) 6144934  
(078) 6312839

Fax: (078) 6130461

E-mail: [info@ivsopleidingen.nl](mailto:info@ivsopleidingen.nl)

Website: [www.ivsopleidingen.nl](http://www.ivsopleidingen.nl)

Bankrekening: 44.38.88.965 ABN/Amro te Dordrecht  
38.54.49.011 Rabobank te Dordrecht

Girorekening: 16.38.943

K.v.K.: 23057084

### Examen Stichting Perimedische Opleidingen

Adres: Postbus 4182  
2980 GD Ridderkerk

Website: [www.espo-examens.nl](http://www.espo-examens.nl)

