

Certifierad massör på Tärna folkhögskola – Läsåret 2017/2018

Vad är en certifierad massör?

Utbildningen är en yrkesutbildning till diplomerad massageterapeut, en fördjupning, påbyggnad och komplettering för Hälsovägledaren som därmed kan bygga på sin utbildning med examen vilken kan avslutas med av Branschrådet Svensk Massage certifiering till massör. Certifieringen är ett minimikrav på massören från de företag som söker anställda. Som certifierad massör är du kunnig i den praktiska massagebehandlingen och har även en bred teoretisk bas att stå på med god kännedom om både indikationer för massage men även när det gäller att avråda en person från behandling. Du kan efter genomförd kurs arbeta i team med andra terapeuter på klinik, arbeta som egenföretagare eller anställd som massör på Spa-anläggningar, gym eller liknande.



Omfattning

Kursen är en påbyggnadsutbildning till Tärnas ettåriga Hälsovägledarutbildning. Du utbildar dig till diplomerad massageterapeut. Kursen kan avslutas med certifiering till massör av Branschrådet svensk massage. Kurslängden är 17 veckor och innebär heltidsstudier. Kursen innehåller ett antal lärarledda lektionstimmar per dag, två-tre dagar per kursvecka. Dessutom ingår praktik på Tärna Folkhögskolas elevpraktik tre klocktimmar, en eftermiddag/kväll per kursvecka. Därutöver är det praktik- och inläsningsarbete i hemmet.

Tärna samarbetar med **Branschrådet Svensk Massage (BSM)** och den undervisande personalen kommer från Medicinskt Kursforum, Stockholm.



Målgrupp

Kursen vänder sig i första hand till personer...

- Som har en grundläggande massageutbildning och Hälsovägledarutbildning på folkhögskola eller motsvarande kunskaper.
- Som önskar fördjupa sina kunskaper för att kunna arbeta professionellt som massageterapeut.
- Som efter avslutad utbildning vill kunna genomföra praktiska och teoretiska certifieringsprov för massörer genom Branschrådet Svensk Massage.

Antagningsvillkor

Kursdeltagaren ska vara lägst 18 år, ha skickat in ansökan i tid, varit drogfri i minst 2 år, ha tillräckliga kunskaper i svenska för att kunna följa kursen (minst sfi c-nivå). Skolan bedömer att du kan tillgodogöra dig kursen.

Kursdeltagaren skall ha fullständigt kursintyg efter avslutad ettårig Hälsovägledarutbildning på folkhögskola, eller ha motsvarande kunskaper från annan utbildning som kan bedömas likvärdig, där det ingår en grundläggande massageutbildning.

Kursdeltagaren skall ha genomfört minst 30st helkroppsmassagebehandlingar.

Lärarna bedömer om kursdeltagaren kommer att vara lämplig som massör/massageterapeut.

Utbildningen klassas av CSN som eftergymnasial.

Innehåll

De delkurser som ingår i utbildningen kan delas in i tre övergripande block.

1. Anatomi och terapiperiod

Syfte:

- Att få goda kunskaper i rörelseorganens anatomi, dvs skelett, leder och muskler. Kunskap i anatomi är en grund för förståelsen av idrottsskadors uppkomst, behandling och hur de förebyggs.
 - Att få goda kunskaper i massageteknik för att på ett för kunden säkert och tryggt sätt kunna ge massage. Samt kunskaper i korrekt journalföring.
 - Att få goda kunskaper i enkla grepp vid muskeltöjning och terapeutisk stretching som är en mycket effektiv behandlingsmetod. Metoden ger bra effekter vid olika typer av störningar i rörelseorganen vilka orsakar rörelseinskränkningar av muskulära orsaker.
 - Att få kunskaper om och kunna behandla muskelsmärta orsakad av triggerpunkter. Dvs en rund palperbar ömhet i ett spänt stråk av muskeln. Dessa återfinns vanligen i all muskulatur. Aktiverade triggerpunkterna orsakar ofta djupt liggande värk i muskler och ledstrukturer.
- Anatomi
 - Massage och journalföring
 - Muskeltöjning/Triggerpunkter

2. Undersökningsteknik samt tentamen

Syfte:

- Att få kunskaper som ger dig möjlighet att genom ett enkelt tillvägagångssätt behandla någon med idrottsskade- eller förslitningsproblem.
 - Grunden är en rörelseanalys med aktiva och passiva rörelsetester som ger dig många viktiga pusselbitar i varför ett område skadas upprepade gånger.
 - Att upptäcka obalanser gällande styrka och smidighet i rörelseorganen kroppens leder.
 - Att kunna visa på svagheter och styrkor hos personen och därmed kunna ge enkla träningsråd som minskar risken att drabbas av skador.
 - Att snabbt kunna diagnosticera en skada för att bedöma om personen ska transporteras till annan vård än den du kan erbjuda.
- Undersökningsteknik
 - ABC

- Repetition
- Tenta teori
- Tenta praktik
- Certifieringsprov

3. Elevpraktik/Skolklirik

Syfte:

- Att under ordnade former och vid behov tillgång till kunniga lärare/handledare träna sina färdigheter i en realistisk kund/klientsituation
- Praktiskt använda sig av journalföring i datormiljö

Kund/klientarbete sker på skolan under hela kursen. Kursdeltagaren erbjuder personal och studerande på Tärna Folkhögskola samt personer utanför skolan ca 45min valfri massage.

För att öka sammanhållningen inom och över kursgränserna deltar kursdeltagaren i **skolgemensamma verksamheter** såsom: skapande verksamhet, motion/friskvård, temadagar, friluftsdagar, kulturdagar.