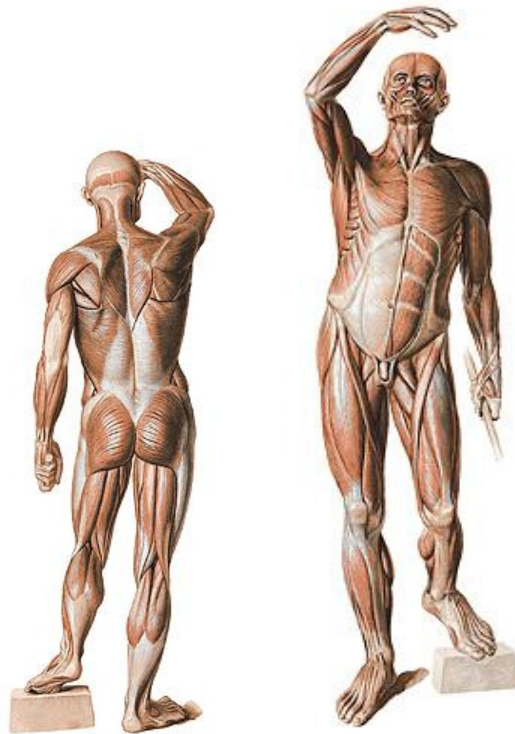


# Naturmedisinsk Muskelterapi

Profesjonsutdannelse innen  
Komplementær Alternativ Medisin (KAM)

2008 - 2010



SIRIUS  
INSTITUTT  
NATURMEDISINSK SKOLE (KAM)

# Naturmedisinsk Muskelterapi

## Toårig profesjonsutdannelse

### Emneoversikt

**Grunnkurs:** Fysikalsk Helsemassasje 66 timer

**Grunnkurs:** KranioSakral Teknikker

KST I 32 timer

KST II 32 timer

KST III (inkl. KST I Barn) 32 timer

Meridian og Energiteknikker 48 timer

Visceral (Organ)-massasje 64 timer

### **Spesifikke behandlingskurs:**

Behandling av nakke, rygg, skuldre og armer 48 timer

Behandling av rygg, ben, lend og bekken 48 timer

Behandling av kjeve og kjeveledd 32 timer

Oppstart av klinikk 16 timer

Oppsamling og eksamensprosjekt 24 timer

**Til sammen direkte undervisning** **434 timer**

### **Medlemskap i NNH (Norske Naturterapeuters Hovedorganisasjon)**

Naturmedisinsk Muskelterapi er NNH-godkjent. Som student under utdannelsen kan du melde deg inn i NNH. Dette gir en rekke fordeler, blant annet god og rimelig forsikring. Et fullverdig terapeutmedlemskap gir adgang til offentlig registrering i SABORG (Sammenslutningen av alternative behandlerorganisasjoner), som er et forum og "talerør" etablert av Helse- og omsorgsdepartementet.

### **Obligatoriske kurs/kriterier for fullverdig terapeutmedlemskap i NNH er bestått eksamen i:**

- Muskelterapiutdannelsen
- Naturmedisin og Østlig filosofi (se side 5)
- Etikk og kommunikasjon (se side 5)
- Grunnmedisin (se side 5)

### **Behandlingskursene**

Kursene i spesifikke behandlingsteknikker bygger på den siste nye forskning innen biofysikk og forståelse av kroppens bindevev, energimedisin fra Jim Oshman (USA), Tensegrity Energi teknikker fra Alain Gehin (F), Rosenberg teknikk fra Stanley Rosenberg (DK) og kinesiologi. Utdannelsen settes opp i samarbeid med Alfa-Living Danmark (www.alfa-living.dk).

# FAGPLAN

## Naturmedisinsk Muskelterapi

### Grunnkurs: Fysikalsk Helsemassasje

2 x 4 dager (66 timer) Total kursavgift kr 9100,- Kompendier er inkludert i prisen.

Forutsetning for deltakelse: Ingen.

Her lærer du å gi massasje med olje. Din klient oppnår større velvære og kan få "samle" kroppen igjen, etter for eksempel en lokalbehandling. Det blir undervist i de grunnleggende massasje- og arbeidsteknikkene som brukes ved oljemassasje. Du vil lære å gi en avslappende kroppsmassasje helt fra tåpissene til hårrøttene, hvor du vil kunne gi hele kroppen, inklusiv armer, ben, ansikt, hender og føtter en helt spesiell fornemmelse av avslapning.

#### **1. del (4 dager) kursavgift kr 4550,-**

Den første delen av kurset omhandler massasje av overkroppen, rygg, bryst og nakke, samt overekstremitetene (armer og hender). Det blir undervist i de grunnleggende massasje- og arbeidsteknikker som brukes ved oljemassasje, og når du kan gi massasje (kontraindikasjoner).

#### **2. del (4 dager) kursavgift kr 4550,-**

Den andre delen av kurset omhandler massasje av underkroppen (bakdel, ben og føtter), samt utstrekking av armer og ben. Deretter lærer du ansiktsmassasje og massasje av gravide. Dessuten vil du lære hvordan du på en mild måte, med bindevevsmassasje, kan fjerne cellulites (appelsinhud), samt stramme opp huden etter for eksempel en slankekur.

Etter kurset skal der avlegges en prøve. Ved bestått prøve mottas et diplom. For å kunne gå opp til eksamen i Naturmedisinsk Muskelterapi skal denne eksamenen være bestått.

### Grunnkurs: KST Basisutdannelse (I-III)

KranioSakral Teknikker: 3 x 4 dager (96 timer) Total kursavgift kr 14.550,- Kompendier inkludert.

Forutsetning for deltakelse: Ingen.

Du vil få en forståelse av kronisk stress. Du vil lære å teste om din klient har stress og hvordan du behandler det. Du vil lære å se, merke og lytte til klienten og hans/hennes kropp, så du kan velge de teknikkene som kan gjenskape balanse.

#### **KST I: 4 dager (32 timer) kursavgift kr 4850,-**

Forutsetning for deltakelse: Ingen.

Du lærer om KranioSakral-systemets grunnleggende anatomi og fysiologi, hvordan du merker knoklenes bevegelse (rytmen). Du vil komme til å arbeide med avslapning av nakke, rygg og lend, samt med å gi en bedre sirkulasjon av væskene i kroppen. Du jobber med hjerne- og ryggmargshinnene, sånn at de blir elastiske og smidige, og dermed gir plass til bevegelse av bl.a. knokler, nerver og hjernen.

#### **KST II: 4 dager (32 timer) kursavgift kr 4850,-**

Forutsetning: KST I

Du vil lære noen generelle teknikker for å avslappe kjeve, leddene i kraniebunnen og hodet. Du lærer også å utvide ditt arbeid med hjernehinnene. Dermed øker du blodsirkulasjonen i, og til og fra hodet. Du får noen spesifikke teknikker for å avslappe ansiktsknoklene, tenner og kjeve, samt avspenne de områdene som har med det sosiale nervesystemet å gjøre.

#### **KST III: 4 dager (32 timer) kursavgift kr 4850,-**

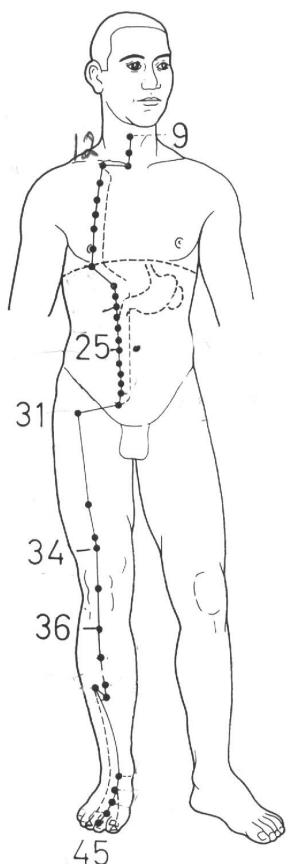
Forutsetning: KST I+II

Vi starter med å arbeide med energiteknikker og hvordan du, på en mild og effektiv måte, kan utbygge ditt arbeid med det sosiale nervesystemet, ved å jobbe på hals og ansikt. Videre vil det være fokus på barn. Kraniet er ennå ikke fullt utviklet hos små barn og dette må du ta hensyn til i behandlingen. På kurset lærer du hvordan barnets KranioSakral-system utvikler seg, og du vil lære spesielle teknikker som er gode til barn i forskjellig alder. Du blir undervist i hvordan du behandler for tidlig fødte barn og hvilke problemer de kan ha. Barn reagerer på en annerledes måte enn voksne, både på behandlingen og på din opptreden som behandler. Du vil lære å tyde barnets signaler, så du på den måten unngår å overskride barnets grenser.

Den siste dagen vil vi repetere hele forløpet av basisutdannelsen og det blir holdt en mindre teoretisk og praktisk prøve.

## Spesifikke behandlingskurs: Metoder og teknikker

På behandlingskursene blir alle relevante knokler og muskler gjennomgått med hefte, utspring, funksjon, hvilke nerver som innnærer musklene, hvilken meridianbane som påvirker muskelen og hvor triggerpunktene til avslapping av muskelen er. Du lærer å behandle med enkle og milde teknikker, samtidig med at du også jobber med øvelser som styrker og avslapper musklene. (Merk: Kompendier er inkludert i prisen).



### Behandling av nakke, rygg, skuldre og armer:

2 x 3 dager (48 timer) kursavgift a kr 3650,- (Totalt 7300,-)

**Forutsetning for deltakelse: KranioSakral-Terapi Basis del 1**

Etter kurset kan du behandle de fleste oppgaver med hodepine, smerter i nakke, skuldre og armer, f.eks. piskesmell, frossen skulder og tennisalbue.

### Behandling av rygg, lend, bekken og ben:

2 x 3 dager (48 timer) kursavgift a kr 3650,- (Totalt 7300,-)

**Forutsetning for deltakelse: KranioSakral-Terapi Basis del 1**

Når du er ferdig med kurset, kan du avbalansere hele ryggen, forbedre bevegelsen og lindre de fleste problemer med stivhet eller smerte i kroppen. Også spesifikke lidelser som f.eks. bekkenløsning, isjias eller vondt i ryggen.

### Behandling av kjeve og kjeveledd:

4 dager (32 timer) kursavgift kr 4850,-

**Forutsetning for deltakelse: KranioSakral-Terapi Basis del 2**

På dette kurset vil du lære å kombinere KranioSakral-teknikkene med avspenning av musklene i og omkring munnen, som har med kjevens funksjon å gjøre (i ansiktet, på halsen og på hodet). Etter kurset kan du avhjelpe mange problemer med bl.a. skjæring av tenner, snorking og hodepine som stammer fra kjeveleddene og/eller fra tennene.

### Meridian- og energiteknikker:

2x3 dager (48 timer) kursavgift a kr 3650,- (Totalt 7300,-)

**Forutsetning for deltakelse: Terapeutisk behandlingsform**

Første del av kurset omhandler hovedsakelig meridianlære samt meridianenes muskel- og organrelasjoner, samt forskjellige behandlingsmetoder via meridianene, bl.a. akupressur. Her lærer du på en meget effektiv måte å avbalansere spenningsnivået i hud, sener, leddbånd, muskler og knokler, som for eksempel ved en forstuet fot. Du vil bli introdusert for *Tensegrity*, som inneholder noen spesifikke, lette og veldig effektive former for energimassasjeteknikker, samt å lære å teste hvor i kroppen den primære ubalansen sitter.

### Visceral (organ)-massasje:

2x4 dager (64 timer) kursavgift a kr 4850,- (Totalt 9700,-)

**Forutsetning: Basisutdannelse eller god kjennskap til meridianer og meridianenes muskelrelasjoner.**

På dette kurset kan du finne sammenhengen mellom organer, meridianer og muskler, så du ved f.eks. massasje av magesekken, kan ferdigbehandle hals – og nakkemusklene, da disse relaterer til magemeridianen, og dermed få et mer varig resultat av din behandling. Du vil, ved hjelp av reflekspunkter i huden, lære å merke hvor der er spenninger i bindevevet i og mellom de indre organer, for deretter å avslappe disse spenningene.

### Oppstart av klinikk:

2 dager (16 timer) kursavgift kr 1850,-

Vi ser på regnskap, forretningsplan, osv. Vi anbefaler for øvrig studentene å holde øye med aktører i lokalområdet som holder kurs/foredrag vedrørende oppstart av virksomhet.

### Oppsamling og eksamensprosjekt:

3 dager (24 timer) kursavgift kr 3350,- I tillegg beregnes avgift for 3 ganger individuell evaluering og veiledning i forbindelse med prosjekt samt avsluttende eksamen inkl. sensorarbeid: kr 4300,-

Oppsamling og prosjekt: Holdes 3 - 4 måneder før eksamen. På denne samlingen blir alle teknikker fra hele utdannelsen gjennomgått, og vi tar for oss ulike behandlingseksempler. Du kan forberede eksamensprosjektet ditt ved å lage en disposisjon som du kan arbeide ut fra, og under samlingen er det mulighet for veiledning. Eksamensprosjektet skal være innlevert skolen senest 14 dager før eksamen.

# Hva lærer jeg?

## Under utdannelsen til naturmedisinsk muskelterapeut vil du lære:

- Å gi behandling av muskler, som består av å registrere og identifisere ubalanser i bevegelsesapparatet, samt i musklens tonus/spenning.
- Du vil lære å velge den behandlingsmetoden og rekkefølgen som i det enkelte tilfelle gir optimal avspenning av musklene og dermed hele kroppen.

### **Fagidentitet/behandlingsmetoder:**

- Fysikalsk Helsemassasje som virker på den ytre muskulatur
- Organmassasje som virker på den indre muskulatur
- Meridianmassasje og akupressur som indirekte påvirker muskulaturen
- Bindevevsmassasje som påvirker musklene i dybden
- Øvelser som klienten selv kan utføre og påvirke musklene
- KST - KranioSakral Terapi: - Løsne spenninger i og forbedre bevegelse i nakken og ryggen. - Avslappe membranene i kraniet, som holder knoklene sammen. - Arbeide med tannstilling og bitefunksjon. - Avslappe spenninger, smerter og traumer som sitter i kroppen. - Arbeide med det sosiale nervesystemet. - Arbeide med barn i forskjellig alder.

Du vil under utdannelsen bli øvd i metodevalg og i de prioriteringer som skal anvendes i de enkelte tilfeller. På den måten vil du sammen med klienten din kunne finne fram til den best mulige behandlingen av klientens individuelle og strukturelle problemer. Du vil også lære hvordan du kombinerer massasjen med KranioSakral-teknikker og dermed avbalansere hele kroppen.

### Behandlingspsykologi (min. 50 timer som er lagt inn i alle kurs)

Psykologiundervisningen tar utgangspunkt i det praktiske samt ulike situasjoner som kommer tette på hva du kan oppleve i egen klinikk. Du får dermed gjennom utdannelsen en dypere forståelse for samspillet mellom det kroppslige og det psykiske – og for samarbeidet mellom deg og klienten din. Videre vil du bli undervist i grunnleggende verdier og teorier.

### Praksis og journalføring

Det vil bli avholdt praksis på skolens klinikk på videregående trinn. Her skal du i løpet av de siste 6 måneder før avsluttende eksamen gjennomføre 12 behandlinger. 5 av disse skal gjennomføres i samarbeid med en ferdigutdannet muskelterapeut eller lærer. Skolen har en egen klinikkavdeling som kan benyttes av elever og studenter under utdanning.

Det er også en forutsetning at du jobber med både det teoretiske og praktiske stoffet mellom hvert kurs. Selv om neste kurs begynner med en grundig repetisjon av det foregående kursinnholdet, legger vi en kraftig føring fra skolens side om at du praktiserer det nye du lærer **fortløpende**. Du skal under hele utdanningsforløpet føre journal på klientene dine.

**Grunnkurs:** Det skal derfor medbringes studentbehandlingsjournaler mellom hver del av grunnkursene (Fysikalsk Helsemassasje og KranioSakral Teknikker I – III). Disse evalueres av lærer som gir deg veiledning og råd. For å gå opp til praktisk prøve i grunnkursene skal det godkjennes 10 stk. journaler per grunnkurs, dvs. 10 stk for Helsemassasje og 10 stk for KST Basis. Du kan også medbringe en klient til instituttet og gi behandling der, under veiledning av lærer eller en utdannet terapeut.

**Videregående trinn:** Det blir avholdt praksis på skolens klinikk. Det skal avleveres 5 stk journaler mellom hver del i de videregående kursene hvorav minst 3 av dem skal være på forskjellige personer. Totalt skal det før eksamensprosjektet være avlevert og godkjent 25 studentbehandlingsjournaler.

### Kriterier for godkjenning av studentbehandlingsjournaler:

- Utfyllende behandlingsoversikt i relasjon til pågjeldende videregående kurs.
- Relevant målsetting og strategi for behandling.

## Veiledning og evaluering

Du får tilbud om veiledning og oppsamling mellom kursene samt at det legges til rette for samlinger og øving på Sirius sin egen klinikk. Du kan også få skriftlig veiledning og hjelp ved forståelse av metoder og teknikker. Ønsker du å gjenta et kurs kan du delta til halv pris. Er du spesielt interessert, og ser vi fra skolens side at du har evner, vilje og engasjement, kan du søke om å være medhjelper på kurset du eventuelt repeterer og få kurset gratis.

- Ved avslutningen av KST III holdes det casediskusjoner samt en muntlig evaluering i grupper.
- En mindre praktisk prøve holdes 3 – 4 uker etter avsluttet KST III.
- Det holdes også en mindre praktisk prøve 3 – 4 uker etter del 2 i grunnkurset Fysikalsk Helsemassasje.
- 10 stk elevjournaler skal godkjennes i forkant av hver praktiske prøve.

Skolen er opptatt av at DU som student skal få optimalt ut av ditt studium, men vi er også opptatt av at ALLE kursister og studenter får like mye og det optimale ut av undervisningen og av en læringssituasjon. Dere jobber i grupper eller i par under det meste av den praktiske delen av undervisningen på skolen, så husk at dersom ikke du har forberedt deg, så går din manglende kunnskap eller mangel på praktiske trening ut over de studentene du arbeider i gruppe med.

## Avsluttende eksamen

For å kunne gå opp til muntlig og skriftlig eksamen i Naturmedisinsk Muskelterapi skal følgende være gjennomført, godkjent og bestått:

- Bestått prøver i Helsemassasje og KST Basis I-III og gjennomført alle kurs i utdannelsen
- Godkjent alle journaler
- Gjennomført praksisdelen
- Gjennomført og levert eksamensprosjekt
- Bestått kurs i Naturmedisin og Østlig filosofi
- Bestått kurs i Etikk & kommunikasjon

For å få et avsluttende eksamensbevis skal følgende kurs være fullført og bestått:

- Grunnmedisin

**Merk:** Skolen anbefaler at studenten starter på Grunnmedisin det første semesteret av utdannelsen til Naturmedisinsk Muskelterapeut. Dersom du ikke har tid eller mulighet til å avslutte Grunnmedisin innen avsluttende eksamen våren 2010, kan du ta eksamen i de gjenstående kursene etter endt eksamen. Men du vil altså ikke få et avsluttende eksamensbevis før alle kurs i Grunnmedisin er fullført og bestått.

## Naturmedisin & østlig filosofi, Etikk & kommunikasjon og Grunnmedisin

Det er absolutt nødvendig for forståelsen og integreringen av utdannelsen din at du har kunnskap fra naturvitenskapelige og naturmedisinske fag. I tillegg kreves disse fagene for et fullverdig terapeutmedlemskap i NNH (se s. 1). **Dersom du har ett eller flere av disse fagene fra før eller har en tidligere NNH-godkjent terapeutisk utdanning kan det søkes om dispensasjon fra kravet.**

### 1. Grunnkurs i Naturmedisin og Østlig filosofi (2 x 4 dager):

Del 1: 28. sept - 1. okt 2009

Del 2: ny dato kommer (høst 2009)

Kursavgift: kr. 4.850,- pr. del (totalt 9700,-)

For mer informasjon og oppdateringer: Se nettside: [www.sirius-senter.com/kinesisk\\_med.htm](http://www.sirius-senter.com/kinesisk_med.htm)

### 2. Etikk og kommunikasjon:

Todagers kurs: 19. – 20. sept 2009

Kursavgift kr: 2450,-

For mer informasjon og oppdateringer, se nettsiden til skolen.

### 3. Grunnmedisin:

Anatomi & Fysiologi (1. + 2. semester), Patologi & Sykdomslære (3. semester), Mikrobiologi (4. semester) og Førstehjelp (4. semester)

Datoer: Henviser til forelesningsplan og nettsiden til skolen.

Pris: Totalt ca kr 30 000,-

# Naturmedisinsk Muskelterapi

## Studieplan kull 2008 - 01

<b>Helsemassasje, Del 1:</b>	11. – 14. september -08
<b>KranioSakral Terapi I:</b>	16. – 19. oktober -08
<b>Helsemassasje, Del 2:</b>	13. – 16. nov. -08
<b>KranioSakral Terapi II:</b>	3. - 6. desember -08
<b>Helsemassasje Prøve:</b>	13. + 14. jan -09
<b>KranioSakral Terapi III:</b>	22. – 25. jan – 09
<b>KST Prøve:</b>	18. februar - 09
<b>Meridian og energiteknikker, Del 1:</b>	20. – 22. februar -09
<b>Nakke, skuldre og armer, Del 1:</b>	20. – 22. mars -09
<b>Nakke, skuldre og armer, Del 2:</b>	24. – 26. april -09
<b>Meridian og energiteknikker, Del 2:</b>	4. – 6. mai -09
<b>Rygg, bekken og ben, Del 1:</b>	12. – 14. juni –09
<b>Rygg, bekken og ben, Del 2:</b>	10. – 12. august –09
<b>Oppstart av klinikk</b>	9. september -09
<b>Organ (Visceral) massasje, Del 1:</b>	15.- 18. oktober –09
<b>Organ (Visceral) massasje, Del 2:</b>	19. - 22. november –09
<b>Kjeve og kjeveledd:</b>	11. - 13. januar –2010
<b>Oppsamling og prosjekt:</b>	26. – 28. februar 2010

**EKSAMEN:** **31. mai + 1. juni 2010**

Med forbehold om endringer. Viser til nettsiden til Sirius Institutt for mer informasjon, oppdateringer, pensumlister og forelesningsplan for grunnmedisin, naturmedisin og etikk & kommunikasjon.

**Studenten plikter å holde seg løpende orientert om studieplan og informasjon/meldinger på nettsiden til skolen.**

### **Informasjon om offentlig registrering og godkjenning**

Naturmedisinsk muskelterapi er NNH-godkjent (Norske Naturterapeuters Hovedorganisasjon). Dette er en bransjeorganisasjon som er godkjent av SABORG (Sammenslutningen av alternative behandlerorganisasjoner), et statlig organ etablert av helsemyndighetene.

Sirius Institutt er i søkeprosess med NOKUT (Nasjonalt organ for kvalitet i utdanningen) om offentlig godkjenning for utdannelsen Naturmedisinsk Muskelterapi. NOKUT er et uavhengig, statlig organ som skal kontrollere og bidra til å utvikle kvaliteten på høyere utdanning og fagskoleutdanning i Norge.



Strandgt. 162, 5525 Haugesund, tlf 52715750 / 97171616, [sirius@sirius-senter.com](mailto:sirius@sirius-senter.com), [www.sirius-senter.com](http://www.sirius-senter.com)

# Verdt å vite

## **SØKNADSRIST SKOLEÅRET 2008-2010: 1. SEPTEMBER 2008**

### Opptak

- Generell studiekompetanse eller realkompetanse
- Personlig intervju/samtale i forbindelse med opptak

### Skolekontrakt

En standard skolekontrakt skal underskrives i forkant av studiet. Dette er en bindende kontrakt som gjelder for hele studietiden. Depositum på kr 5000,- skal betales før studiet starter. Beløpet returneres etter endt utdanning.

### Økonomi og finansiering:

**Pris for Muskelterapiutdannelsen: Kr 69.000,-**

Pris for obligatoriske kurs for registrering hos NNH/SABORG:

- Grunnmedisin: ca kr 30.000,-
- Naturmedisin & Østlig filosofi: Kr 8900,-
- Etikk & kommunikasjon: kr. 2450,-

### **Undervisningsmateriale:**

All skriftlig materiale og kompendier er **inkludert i kursavgiften.**

Behandlingsbenk: kr 2800,-

Plansje (triggerpunkt): kr 1000,-

Supplerende oljer og diverse utstyr kan kjøpes på skolen (olje til bruk på kurs er inkludert i kursavgiften).

**Total pris for hele Muskelterapiutdannelsen (inkludert alle kurs): Ca. kr 109.000,-**

**Dersom annet ikke er avtalt faktureres hvert kurs fortløpende. Alle kurs skal være betalt før kursstart.**

### Obligatorisk pensum: (For supplerende/understøttende litteratur, se skolens nettside)

- Menneskekroppen. Fysiologi og anatomi (utv. kap.), Universitetsforlaget, ISBN 9788205348073 + arbeidsbok ISBN 9788205348080.
- Materiale/kompendier utarbeidet av Britta Andersen (Alfa Living): inkludert i kursavgift
  - Anatomi til Muskel- og Kranio-Sakral Teknikker, Basisutdannelsen
  - 3 stk kompendier: KS Teknikker Basisutdannelsen, del 1-3
  - Fysisk helsemassasje, grunnutdanning
  - Spesifikk behandling av rygg, lend, bekken og ben
  - Spesifikk behandling av nakke, skuldre og armer
  - Spesifikk behandling av ansikt, kjeve og kjeveledd
  - Meridianlære og energiteknikker
  - Organmassasje

### Informasjon om Sirius Institutt, Naturmedisinsk skole (KAM)

Skolen ble startet av Stine Røthing i 1998. I dag er Sirius Institutt en godt etablert institusjon innen Komplementær Alternativ Medisin (KAM). Skolen samarbeider med blant annet Alfa Living i Danmark og Naturmedisinsk Fagskole i Drammen. Sammen kan vi tilby både toårige, ettårige og en rekke kortere naturmedisinske utdannelse og kurs. Som den eneste skolen i Norge tilbyr Sirius Institutt en toårig profesjonsutdanning i Kranio-Sakral-Teknikker etter Alain Gehin sine prinsipper.

