

De onderstaande informatie sluit aan op de studiegids voor de opleiding tot TotalBodyReflex therapeut. U kunt de studiegids downloaden via de website www.totalbodyreflex.com.

Niveau 1, leerjaar 1

Les 1

Het lesprogramma van de eerste les bestaat twee dagen, waarbij we een start maken met recovery motilities. Er zijn drie recovery motilities die we in de eerste drie lessen zullen bespreken.

We starten met hoe het zelfherstel van het lichaam werkt volgens onze visie. Eén van de herstelmechanismes noemen we een disruption of membrane. Hoe ziet dat er uit, is het wetenschappelijk onderbouwd en zo ja, het allerbelangrijkste: hoe voelt dat dan? In deze les gaan we heel veel praktijk doen om het verschil te leren voelen tussen wat je gewend bent en wat je gaat leren voelen.

Het voelen bij TotalBodyReflex: tijdens deze les gaan we ook voelen naar verschillende soorten weefsels. Hoe voel je de darmen, hoe voel je de spieren, waar voel je andere organen, wat is het verschil tussen huid en spier?

Les 2

Les 2 gaat over infecties leren voelen. Je leert wat infecties met ons immuunsysteem doen en hoe lang we daar last van kunnen hebben. Het waarnemen van een infectie is ook een recovery motility en sluit aan op les 1. We onderscheiden het verschil tussen een acute infectie en chronische infectie. Wat kunnen we behandelen om zo snel mogelijk resultaat te hebben?

Anatomie en fysiologie speelt een centrale rol. Je leert wat de lymfatische output is, zodat je een begin gaat maken met het leren behandelen van lymfatisch weefsel. En je leert welke routes er open moeten zijn zodat dat wat je aan infectie weg behandelt, veilig het lichaam kan verlaten. We hebben het niet over reinigen en detoxen, maar het lichaam juist aanzetten tot ruimte te creëren, daar waar het de mogelijkheden voor heeft.

In deze les leer je ook wat shock voor een lichaam betekent en hoe we dit kunnen behandelen.

Tijdens deze les krijg je informatie over het reflectieverslag en de werkhouding die je als therapeut nodig hebt.

Les 3

In de derde les van recovery motilities leer je over botweefsel. Hoe ziet een bot er uit, uit welke delen is het bot opgebouwd, kan je dat waarnemen en zo ja, hoe voelt dat dan? In deze les leer je de botstructuren en de omliggende weefsels goed differentiëren en hoe je een botbreuk op celniveau leert op te lossen.

Je leert de embryologische ontwikkeling van een bot en wat voor effect het heeft als daar iets niet helemaal goed gaat.

We bespreken uitgebreid botbreuken en welke compensatiemechanismen er in het lichaam ontstaan. We leren het bot te herstellen met onze handen. Heel veel pijn van je cliënten kan je hiermee oplossen.

Les 4

Nu je handen al een beetje getraind zijn, gaan we ze nog meer gebruiken. In les 4 leer je 'luisteren naar het lichaam' om op de juiste plek, die het lichaam van de cliënt aangeeft, uit te komen.

Hiervoor heb je veel anatomie kennis nodig en ook dat zullen we je laten zien en voelen. We gaan het hebben over fascia en wat je aan fasciaweefsel kunt waarnemen.

In deze les leer je ook technieken om bij de recovery motilites te komen. Je leert anatomie van een aantal bloedvaten, van organen, van de hersenvliezen nog nauwkeuriger te voelen, zodat je weet waarom het lichaam recovery motilites afschermt.

In deze les leer je ook gebruik te maken van de website van my.totalbodyreflex.com, waar je speciale toegang voor krijgt. Hiermee heb je het bereik van een ongekend aantal technieken om je cliënten op de juiste manier te behandelen.

Aan het einde van deze vier lessen heb je de basis van TotalBodyReflex in de vingers.

Niveau 2

Les 5

In les 5 gaan we verder met het behandelen van compensatie. Inmiddels heb je geleerd dat spierweefsel compensatieweefsel is. Soms is het nodig om dit te leren ontspannen. Dit doen we met de techniek advanced strain counterstrain. Dit is een techniek, oorspronkelijk uit de osteopathie, maar nu leer je deze kort en effectief te gebruiken om bij de recovery motilites te komen. Advanced strain counterstrain technieken leer je toepassen op organen en bloedvaten, op een veilige manier.

Les 6

In les 6 staat het lymfatisch weefsel centraal. Je leert de anatomie, fysiologie en embryologie kennen en je leert een scala aan technieken om het lichaam op lymfatisch niveau te behandelen. Je krijgt een totaal beeld van een bijzonder circulatiesysteem dat nodig is om het lichaam in staat te stellen zichzelf te repareren. Aan de hand van een aantal praktijkoefeningen en praktijkvragen, leer je ook stapsgewijs de functie van het behandelen van lymfatisch weefsel herkennen. Ook in deze les wordt veel met elkaar geoefend.

Les 7

In les 7 staat het endoderm centraal. We beginnen met de embryologische ontwikkeling van de oerdarm en de daaruit ontwikkelende organen. Je leert hoe ze zich vormen en welke structuren we in de huidige situatie na de geboorte nog terug zien en natuurlijk hoe je deze kunt behandelen. Er is veel anatomie en fysiologie tijdens deze les en je leert heel gedetailleerd de organen te voelen. Door de embryologie te volgen leer je waar te nemen welke structuren het meest invloed hebben op het zelfherstellend vermogen.

Praktijkdag

Op de praktijkdag aan het einde van het eerste leerjaar, gaan we verder in op vragen die tijdens het eerste leerjaar door de studenten gesteld zijn. Tijdens de praktijkdag wordt er een voorbereiding gegeven op het examen.

Leerjaar 2

Les 8

In het tweede leerjaar starten we met het ectoderm. Je leert over het begin van de neurale buis en hoe het embryologisch gevormde zenuwweefsel zich verder differentieert. Wat is het centraal zenuwstelsel en het perifere zenuwstelsel en hoe kan je dit waarnemen?

We behandelen het centrale zenuwweefsel op een veilige manier, dat betekent dat we beginnen bij het sacrum. De conus medullaris en de cauda equina staan centraal tijdens deze les, om zo ruimte te creëren voor herstel.

Tijdens de tweede dag leer je over de plexussen van het zenuwstelsel. Je leert de plexus cervicalis, plexus brachialis, de plexus lumbalis en de plexus sacralis goed te behandelen.

In deze les leer je een nieuw type techniek om weefsel te behandelen. Het gaat om een techniek voor de aangedane anatomie in relatie tot zijn omgeving. Dus je leert een beperking waar te nemen en de ruimte om die beperking te behandelen.

Ook leer je tijdens deze les een specifieke techniek om zenuwen te behandelen.

Les 9

Tijdens les 9 gaan we verder met het meso. Je leert de embryonale ontwikkeling van de bloedvaten. Vanuit de embryologische ontwikkeling leer je een behandeling opbouwen voor het portale systeem, de inferior vena cava en azygosysteem. Arterieel leer je de aorta, celiac trunk, superior mesenteric en de inferior mesenteric te behandelen.

Tijdens deze les leer je ook de neurovasculaire reflexen behandelen. Tijdens dit deel wordt de kennis uit les 8 en 9 geïntegreerd.

Les 10

In les 10 gaan we verder met het ectoderm. Deze les sluit aan op les 7. Je leert de pelvis en de in de pelvis aanwezige structuren te behandelen.

Aan het eind van deze les heb je alle technieken die TotalBodyReflex te bieden heeft geleerd en gaan we deze ook verder integreren met de anatomie.

Er is uitgebreid aandacht voor ontwikkelingen die de student laten zien en vragen waarmee de studenten komen, zodat je handen optimaal getraind worden.

Les 11

Les 11 is een vervolg op het endoderm van les 8. Je leert (nog) specifiek de fysiologie van het darmstelsel en de organen. We hebben speciale aandacht voor de pancreas en diabetes.

Je leert ook op basis van de embryologische kennis bepaalde prioriteiten stellen. Daarnaast hebben we het over enzymen en de rol van voeding op ons welzijn.

Les 12

Tijdens de 12e les gaan we uitgebreid in op het fascia weefsel. Het tensegrity model wordt toegelicht. Dit is een vervolg over de les over het meso. Onze focus richt zich op de effecten van beschadigingen van de fascia. Ook laten we in deze les zien hoe emoties opgeslagen worden in de fascia en hoe je deze effectief en efficiënt kunt behandelen zonder dat je hertraumatiseert.

Les 13

In les 13 staat het meso weer centraal maar nu wordt de integratie gemaakt met het ectoderm en het endoderm, speciaal gelinkt aan dystrofische klachten van armen en benen.

Deze aanpak blijkt in de praktijk zeer succesvol en lost heel veel klachten van het bewegingsapparaat op.

Les 14

Tijdens les 14 worden alle technieken die je in de eerste twee jaar hebt geleerd herhaald, geïntegreerd en word je verder begeleid in de mogelijkheden die TotalBodyReflex te bieden heeft.

Afhankelijk van je ontwikkelingen in leren waarnemen, je studie inzet en je je behaalde examens, word je toegelaten tot niveau 3.

Niveau 3, leerjaar 3

Les 15

De eerste drie lessen van het derde leerjaar gaan over het autonome zenuwstelsel. Je leert uitgebreid klachten van het autonome zenuwstelsel herkennen. Je leert de fysiologie van stress, de anatomie van stress en het behandelen van stress. In deze lesdagen leer je de Nervus vagus te behandelen. De technieken voor de Nervus vagus zijn uniek en nergens anders in Europa te leren. Door je kennis en 'leren luisteren' van je handen, ben je na deze lessen in staat om het verschil te maken met een client die getraumatiseerd is. In plaats van 'overleven' kan een client 'gaan leven'.

Les 16

In het tweede deel van het derde leerjaar leer je de anatomie, de fysiologie en de embryologie van het hart, longen en nieren. Je leert de longen, de bloedvaten en de vliezen waar te nemen en te behandelen. Je leert het hart zeer specifiek te behandelen, tot en met de coronaire vaten aan toe. Je leert de technieken voor de nieren om samen met het hart en de N. Vagus de bloeddrukregulatie te verbeteren. De technieken die je leert aan de hand van de embryologische ontwikkeling, zijn uniek.

Leerjaar 4

Les 17

In het vierde starten we een aantal lessen met het behandelen van de schedel met alle structuren van de schedel. Ook leer je de doorbloeding van de schedel te behandelen, zowel veneus als arterieel. Na deze les ben je in staat de complete circulatie te behandelen. Door de circulatie te behandelen, heb je een enorme potentie om zelfherstel op een positieve manier te ondersteunen.

Les 18

In het laatste deel van het vierde leerjaar behandelen we het brein. De embryonale opbouw van het brein wordt uitgelegd. Het effect van de verschillende hersengebieden wordt uitgelegd en je leert al deze gebieden behandelen. We leren in deze les over de tractussen die te behandelen zijn, de zintuigen, de lymfe en de craniale zenuwen. Je kunt na deze les de hersenstam, de kleine hersenen, het limbisch systeem en de corticale structuren van elkaar onderscheiden en behandelen. Misschien onvoorstelbaar maar het kan ECHT!

De lessen zijn volgens de visie van TotalBodyReflex opgebouwd. Afhankelijk van de ontwikkeling van de groep kan de volgorde en inhoud worden aangepast. De bovenstaande informatie is de minimale inhoud van de opleiding. Er kunnen geen rechten ontleend worden aan deze informatie.